## سریزه

زه چې کله کله خپل اعصاب نه شم کـابو کـولی او خپلـ بچیو سره ناسم چلند کوم، کله چې غواړم دوی ووهم یا زیاړې ورته وکړم نو دغه خبره مې رایاده شي: «د روزنې تېروتنې له زاړه نسله نوي نسل ته لېږدي. مثلاً پلار خپل زوی ځکـه ځـوروي چې له ده سره هم په ماشومتوب کې خشـونت شـوی دی. اوس پرته له دې چې پخپله وپوهېږي، د غچ اخیستنې د جـبران پـر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلنـد کـوي. پـه دې توګـه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پیاوړی کوي، هغه ځواك چې پخـوا يې په تر لاسه کولو کې پـاتې راغـلی و.» لـه دې سره شرم راتـه ودرېږي چې ته ځنګه خپل غچ له ماشومانو اخلې؟

زه هم د اکثرو نورو افغانانو په څېر پـه مسـتبدو محیطونـ کې اوسېدلی یم. په ماشومتوب کې وهل شوی یم. خپل ژنیتوب مې په حربي ښوونځي کې تېر کړی او څلور کالـه مـې پـه نـه کـړي ګنـاه ډول ډول جزاګـانې لیـدلې دي. پوهنتـون مـې د تنظیمونو او د طالبانو په خورا مستبدو واکمنیو کې ویلی دی ز له استبداد څخه کرکه لـرم. کلـه چـې دغـه جملې لـولم نـ ځورېدلې اروا مې یو څه تسکین مومي: «هغه دولتونه چـې لـه



Download from:aghalibrary.com

وګړو څخه ازادي اخلي، هغوی له ځانه شړي یا پر رسنیو بنـدیز لګوي، پخپله مفکورې او عقیدې جوړوي او پر نورو یې تپي، څنګه چې ښکاري هغسې ځواکمن او پیاوړي نه دي. دوی که په ریښتیا سره غښتلي وای نو دې ته به نه اړ کېدل چـې خلـك وډاروي. دوی لکه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنیز ښـکاري خو پښې یې د لرګیو دي.»

پورته اقتباسونه د (احساس حقارت) لـه کتابـه رااخیسـتل شوي دي چې ما په ۱۳۷۷ کې لوستی و. دغه کتاب راته زمـا او زما د ټولنې د هینداري په شان ښکاره شو. (احساس حقـارت) ایراني اروایوه ډاکتر محمود منصور په ۱۹٦۴ کې په پارسي لیکلی دی. د بحث موضوع یې د الفرد ادلر Alferd Adler مشـهوره نظریه «د حقارت غوټه یـا the inferiority complex» ده. د کتاب په لوستو راته ښکاره شوه چې موږ هم د وګړو په توګـه او هم د قوم او د ملت په حیث د حقارت د غوټې ښکار شـوي یـو او زموږ په ورځنیو کړنو او چارچلند کې د دې غوټې اثر جوت دی نو فکر مې وکړ چې دغه کتاب باید پښتو کړم.

د دې کتاب په لوستو به خپلـې ځینـې اروایـي او ټـولنیزې ستونزې راجوتې شي او د علاج لارې به یې هم وپېژنو.

که څه هم کتاب تقریباً نیمه پېړۍ پخوا لیکل شوی دی خو ما چې انټرنټ وکوت، اوس هم په دې اړه د ارواپوهانو نظر چنداني نه دی بدل شوی.

«د حقارت احساس» او «د حقارت غوټه» دوه بېل مفاهیم دي. د حقارت احساس یو طبیعي احساس دی چې هر بني ادم په ماشومتوب کې ورسره مخ کېږي. دغه احساس سړی دې ته هڅوي چې ځان له سیالانو سره سیال کړي او دا یو شعوري عمل دی خو د حقارت عقده (د حقارت غوټه) هغه حالت دی چې د انسان په لاشعور کې ځای لري او د انسان پر ټولو کړنو وزر غوړوي. څنګه چې د ادلر د بحث موضوع د حقارت غوټه ده نو ما هم د کتاب عنوان د «احساس حقارت» پر ځای «د حقارت غوټه» ولیکه.

ډاکتر محب الله زغم

۱۳۸۹د غبرګولي ۱۲

# لومړی څپرکی

## ۱. د حقارت مسئله

مور د حقارت مسئله څکه راسپړو چې دغه مسئله نه یوازې په اروایوهنه کې؛ بلکې د روزنې په برخه کې هم پوره اهمیت لري.

د حقارت احساس مور ته دا راښيي چې د مور و پلار او د ښوونکو مسولیت تر هغه څه لوی او مهم دی چې مور یې معمولاً انګېرو؛ څکه هغه تېروتنې چې کورنی یا ښوونځي او په ټولیزه توګه وګړي یې د ناپوهی په وجه ترسره کوي، د سړي پر عقلي، عاطفي او اخلاقي جوړښت باندې داسې ناوړې اغېزې کوي چې بیا به یې درملنه هم نا ممکنه وي.

له بل پلوه د مسئلې اهمیت په دې کې دی چې دا د فرد او ټولنې تر منځ اړیکي مطرح کوي. د روزنې ټولنیز هدف هم دا دی چې فرد له ټولنیز چاپیریال سره جوړجاړی پیدا کړي.

ماشومانو او زلمکو ته د هغوی د حقونو ورکول، د لویانو غوښتنې په پام کې نیول او د فرد او ټولنې حقونو ته پاملرنه، هغه څه دي چې مراعاتول یې د روزنې ظریف هنر غواړي. که چېرې روزونکی خپله دنده په سمه توګه ترسره نه کړي او د دغو حقونو او غوښتنو تر منځ لانجې پیدا شي نو په دې وخت کې حقارت د یوه سرکښ او ځورونکي احساس په بڼه رامنځته کېږي چې ممکن کرغېړنې پایلې ولري.

په دې څپرکي کې به هڅه وکړو چې د حقارت لاملونه، پایلې او د مخنیوی لارې چارې په لنډه توګه راوسپړو.

## ۲. د حقارت لاملونه

موږ تفوق او برلاسی ته لېواله یو، غواړو چې تر نورو بر اوسو. کله چې برلاسی ته نه شو رسېدلای او دغه لېوالتیا مو له ماتې سره مخ کېږي نو د حقارت احساس راته پیدا کېږي.

د دې لپاره چې وپوهېږو دغه تمایل له کوم ځایه سرچینه اخلي، باید مسئله له پیله وڅېړو او تر هر څه له مخه باید وپوهېږو چې ژوند څه شی دی؟

ژوند یعنې د ځان ساتنې (conservation) د تولې برقراره لرل. هر هغه څه چې زموږ د وجود اروایي انډول ورانوي، په عین وخت کې ځان ساتنه مو هم فعالوي. ویلای شو چې ژوند د دغه انډول چې هره شېبه ماتېږي، دوامداره او پرله پسې برابرول دي. (څنګه چې موږ خپل جسم له فیزیکي خطرونو ساتو، هماغسې باید خپله اروا هم ثابته وساتو. ژوند هغه قوت دی چې هره ګړۍ زموږ اروایي حالت د نارمل خوا ته راګرځوي. ژباړن)

خو زموږ په ټولنیز چاپېریال کې ځان ساتنه، پر نورو باندې له برلاسی سره غوټه ده؛ ځکه چې د ژوند په مبارزه کې ځان ساتنه اغلباً له برلاسی سره برابره ده. یعنې سړی به هله خوندي وي چې تر نورو بر وي.

په ژوو کې برلاسی ته تمایل په ښکاره لیدلای شو؛ ځکه چې په دوی کې اخلاقي ملاحظات نشته چې دغه تمایل یې پټ وساتي.

ټولو به لیدلي وي چې سپي، پیشکې او مرغان د دې لپاره چې یوه ناڅیزه مړۍ تر لاسه کړي، یو بل وهي. بیا هغه چې بر شو، مړۍ بلې خوا ته تښتوي چې نور یې ځنې وانه خلي.

د مرغانو او ژوو په باب د نروېژي ارواپوه «شیلدروپ اب» په کتنو کې د زده کړې پامور ټکي شته. د دغو کتنو پر بنسټ الوتونکي او ژوي په خپلو منځو کې د مراتبو د ټاکلې سلسلې اړیکي سره لري. مثلاً د چرګانو په فارم کې هر چرګ (چرګه) د بل بادار دی او هغه بل باید دی تر ځان پورته وګڼي. دلته مثلاً «الف» چرګ پر «ب» چرګ حاکم دی او «ب» چرګ د «ج» چرګ بادار دی او هغه ځوروي. بیا ممکن بېرته همدا «الف» چرګ د «ج» چرګ تر لاس لاندې وي. له دغو کتنو جوتېږي چې د یوې ډلې د افرادو تر منځ، اړیکي یوازې په بدني ځواک پورې نه دي تړلي؛ بلکې په دې لاره کې فردي لاملونه هم اثر لري. که داسې نه وای نو باید «الف» چرګ پر «ج» چرګ باندې هم بر وای.

ایا د بشر ټول تاریخ به په بېلابېلو ډولونو برلاسی ته د تمایل له څرګندونې پرته بل څه وي؟ انسان هڅه کوي چې د

علم او صنعت په مټ پر فیـزیکي نـړۍ او د زور او ځـواک پـه وسیله پر ټولنیزه نړۍ برلاسی شي. سیاسي تاریخ د امپریـالیزم د استبداد او تسلط له همدغو وسوسو څخه پرته بل څه نه دی. د دغو وسوسو هدف دا دی چې پر نورو باندې د برلاسۍ اړتیا مـو پوره شي. برلاسۍ ته اړتیا د هر انسان او هر ملت پـه ختـه کـې اغږل شوې ده.

د ادیانو تاریخ راښیي چې انسان د خپلو عقیدو د خپراوي لپاره زیاتې هڅې کړې دي. په حقیقت کې عقیـده د انسـان د وجود اصلي تومنه ده. که د چا عقیده پر نـورو بـره وي، دی بـه ځان هم بر وګڼي.

ټول غواړي چې د خپل ځواك کړۍ پراخـه کـړي. پراختیـا غوښتنه هم په ماشومانو کې، هم په زلمکو او لویانو کې شته خو څنګه چې انسان ورو ورو بدلېږي نـو د عمـر پـه تېرېـدو سره دغه احساس یې ورو ورو کمزوری کېـږي. دا چـې ولـې دغـه غوښتنه په ماشومانو کې تر غټانو زیاته ده، دلیـل یـې د انسـان وده ده. وده په دوامدار ډول د انسان بـدني ثبـات مـاتوي. (نـن د ماشـوم ونـه ۶۰ سـانتي مـتره ده، شـپږ میاشـتې وروسـته بـه ۷۰ سـانتي مـترو تـه ورسېږي، نو د ودې په بهیر کې د ماشوم د بدن اندازې ثابتې نـه پـاتېږي. ژبـاړن) د ودې په حال ماشومان، پر هغو خوراکي توکـو سربېـره چـې د

ورځنیو فعالیتونو لپاره ورته اړتیا لري، یوڅه اضافي خوړو ته هم ضرورت لري چې د فیزیولوژي پوهان ورته «د ودې ځیره» وایي.

د انسان د ذهني ودې په اړه هم خبره همداسې ده. مانا دا چې برلاسی ته د ماشوم تمایل په ودې پورې اړه لري او داسې بریښي چې دغه غوښتنه به د هغه د معنوي او روحاني وجود د جوړولو لپاره ضروري وي. د همدې تمایل په وجه ماشوم د دې پر ځای چې د هغو شیانو په پېژندلو قانع شي چې د هماغه وخت اړتیاوې یې پوره کوي، غواړي لا ډېر څه وپېژني او په لا ډېرو خبرو وپوهېږي. همدا وجه ده چې ماشوم پوښتنې کوي، هر څه ازمایي، هر شی لمس کوي، لاس پرې موښي او تل د خپلو ضرورتونو له دایرې څخه پښه اړوي. ماشوم هره شېبه لا نوي شیان پېژني او پوهه یې لا زیاتېږي. ماشوم په دې ډول د خپلو غوښتنو او د خپل شوق کړۍ پراخوي او د خپلې نړۍ د لاندې کولو پر لاره گام اخلي. خو انسان ان د ژوند له لومړیو ورځو د ځان د پراختیا په لاره کې له داسې خنډونو سره مخ کېږي چې له منځه وړل به یې ناشوني وي.

باندني ځواکونه د ماشوم له دغو طبیعي تمایلاتو سره چې هغه د خپلو غوښتنو پوره کولو ته هڅوي، لاس او گرېوان کېږي او ورته ماتې ورکوي.

تنکی ماشوم ژر په دې باندې پوهېږي چې باندنی نـړۍ د ده په واک کې نه ده. دی نه شي کولای چې سـپوږمۍ پـه غېـږ کې ونیسي. دی پر دې لایتناهي فضا باندې ان لږ تسلط هم نه لري. بده لا دا چې پر هغو کسانو باندې چـې د ده پـه شـاوخوا کې دي، دی تر ټولو کم واک لري. ده ته تل ویل کېږي «دا کار مه کوه، دغه شي ته لاس مه وړه، غلی شه، کرار شه، په کړکـۍ لاس مه وهه، په لښتي کې مه گـډېږه....» دی غـواړي لا هـم لوبې وکړي خو مور یې په زوره څملوي. په داسې وخت کې یې له خوبه راویښوي چې لا یې د خـوب تنـده نـه ده ماتـه. هغـه خواړه ورکول کېږي چې دی ورڅخه کرکه لري خو هغه مېوه نه ورکول کېږي چې ده ته خوند ورکـوي. همـدا وخـت دی چـې ماشوم ته خپله کمزوري معلومېږي؛ ځکه چې له لویانو سره په خپله مبارزه کې یې ماتې خوړلې ده. د همدې لاعلاجـې مـاتې په اثر یې په وجود کې د حقارت احساس ریښه ځغلوي.

هر ماشوم دغه احساس لري. دا یوه طبیعي چاره ده. دغـه احساس په خپل ذات او تر دې حده هېڅ تاوان نه لـري او سره له دې چې په وار وار د ماشوم سترگې له اوښکو ډکېږي خو بیـا هم دغه  حالت ورته گټور دی. دغه احساس پـه ماشـوم کـې د

لویېدنې لېوالتیا پیدا کوي. دی غواړي د پلار په شان شي او د لویانو پیښې وکړي.

دا احساس داسې ځواک دی چې ماشوم په خوځښت راولي او هغه اړ باسي چې بېلابېلې لوبې وکړي او په دغو لوبو کې د لویانو پېښې وکړي. په دې توګه د حقارت احساس تر ټولو ارزښتناکه انګیزه ده چې ماشوم د ځان روزنې ته اړ باسي. کله چې د انسان شخصیت ورو ورو او په تدریج سره وده کوي او ثبات مومي، دغه احساس هم مړاوی کېږي.

خو دریغه چې وضع تل دا شان نه وي. غالباً د تحول دغه څېره چې وړاندې شوه، بې له تیتې جګې نه وي؛ ځکه چې بېلابېل لاملونه د عادي تحول پر لاره خنډ جوړوي او په سړي کې حقارت پیاوړی کوي. دغه احساس د ماشوم پر نازک بدن لکه اغزی لګېږي او د ژنیتوب او لویېنې پر مهال یې لا ډېر ځوروي. دغه احساس په اسانۍ سره له منځه نه ځي؛ بلکې لکه ناسور زخم ټول عمر د سړي پر بدن پاتې کېږي. له دې احساس څخه بېلابېل دفاعي غبرګونونه زېږي.

د حقارت لاملونه درې دي.

۱. د چاپېریال اغېز

۲. واقعي حقارت

۳ .غیر عادي صفات یا ځانګړنې

## الف : د چاپېریال اغېز

اکـثره وخـت پـه اول سر کـې کـورنۍ تېروتنـه کـوي او د حقارت احساس چې په لومړي سر کې عـادی او نورمـال دی، په لوی لاس زیاتوي.

د بېلګې په توګه اکثره وخت مغروره او ځانغواړي مینـدې او پلرونه چې غـواړي بچـي یـې بایـد حـتماً نابغـه اوسي، پـه دوامداره توګه خپل اولاد د کورنۍ له نورو ماشومانو سره او یـا د خپلو خپلوانو او یا د ګاونډیو له هغو ماشومانو سره پرتلـه کـوي چې تر دوی تکړه دي. په دې توګه خپـل بچـي لـه دې عـذاب سره مخ کوي چې «ولې زه د نورو په شان نه یم؟»

کله کله مشرې خویندې او مشر وروڼه تر ځان کشر ورور یا خور ماشوم ګڼي او په هېڅ کې یې شماري، پـه تېـره بیـا کـه دغه مشران یو څه ښه استعداد هم ولري نو پـه دې وخـت کـې به د یوه لاشعوري حسادت په وجه کشران تحقیروي.

په ښوونځیو کې هم ځینې ښوونکي، هغه زده کوونکي چې درس یې سم نه وي زده، د ټولو شاګردانو په وړاندې رټي؛ حال دا چې ماشوم پوهېږي چې تر خپله وسه یې کوښښ کـړی دی. مثلاً د ارزونې په پایله کې زده کوونکي د لیاقـت د درجـې پـر

اساس پر چوکیو کېنول کېږي یا په حاضرۍ کې یې نومونه په همدې حساب لیکل کېږي. که موږ وغواړو یا ونه غواړو، هغه شاګردان چې نومونه یې په اخر کې لیکل شوي دي او پر اخرو چوکیو کېنول شوي دي، په درسونو کې لا پسې سستېږي او پر ځان باندې باور له لاسه ورکوي.*

دغه ټکی دا راښيي چې د زده کوونکو تر منځ د سیالۍ پیدا کول، څومره ظریف او ستونزمن کار دی. دلته که د مسئلې باریکیو ته پوره پام ونه شي، خواشینوونکې پایلې به ولري.

د رقابت چاره د لویانو او د لویو ټولنیزو ګروپونو تر منځ هم له ستونزو خالي نه وي. چارواکي باید په علمي حوزو او اداري چارو کې هم د حقارت مسئلې ته ځیر وي.

له لویه سره باید له انسان څخه د هغه تر وسه پورته تمه ونه لرو، که نه نو حقارت به ورته پیدا شي؛ ځکه چې هغه به فکر وکړي چې هېڅ کله یې له خپلو هڅو کوم حاصل نه دی

---

*** په ځینو ملکونو کې شاګردان د لیاقت په لحاظ په ګروپونو ویشل کېږي. مثلاً هغه شاګردان چې د نمرو اوسط یې ۱۰۰-۸۰ وي په A ګروپ کې، له ۸۰-۶۰ نمرې والا په B او تر هغه کښته نمرې والا په C ګروپ کې راځي. بیا د هرې ډلې د استعداد او ضرورت سره سم درسي پروګرام ورته جوړېږي. هلته هېڅوک اول نمره نه وي او هر څوک له خپلو همسویه ټولګیوالو سره په یوه ډله کې وي، په دې توګه به هېڅوک ځان حقیر نه ګڼي. ژباړن**

اخیستی. لا مهمه دا چې هغه احساس کوي چې نه یوازې د نورو؛ بلکې د ځان قناعت یې هم نه دی حاصل کړی. په پایله کې به په ده کې دغه احساس ریښه ځغلوي چې دی تر عادي او نارملې کچې ټیټ دی.

خو دا مطلب هم په زړه پورې دی چې که یو چا ته په ماشومتوب کې دغه فرصت په لاس ورشي چې په وار وار اسانو بریاوو ته ورسېږي، دغه حالت هم د تمې پر خلاف هغه د حقارت له احساس سره مخ کوي. دا ځکه چې هغه له نویو موقعیتونو (نویو ستونزو) سره له مخامخ کېدو سره، پر ځان باندې باور له لاسه ورکوي. کله چې دی له نویو سختو ستونزو سره مخ کېږي نو احساس کوي چې پخوا تېروتی و، پخوانۍ بریاوې واقعي بریاوې نه وې. دی گومان کوي چې اوس یې سترگې د حقایقو پر وړاندې خلاصې شوې دي. دې وخت کې ورته پته لگېږي چې دی کمزوری دی.

په همدې او دې ته ورته په نورو دلیلونو هغه ماشومان چې نازولي دي او مور او پلار یې د پتنگانو په څېر ترې تاوېږي، غالباً د حقارت له احساس سره مخ کېږي. دغو ماشومانو ته د ښوونځي لومړۍ ورځ یو لوی مصیبت دی. لکه له جنت څخه چې دوزخ ته ورکوز شوي وي.

د محیط اغېز هم اهمیت لري. هغه ماشومان او زلمکي چې په کارگرو کورنیو کې زېږي، یو خو د نیستۍ، د خوړو د کموالي او نورو شرایطو په وجه جسماً تر نورو ضعیف وي او بل دا چې مجبورېږي تر خپل وس زیات پر مختگ وکړي. څنگه چې دوی له خپل ظرفیته پورته کارونه نه شي کولای نو خپله کورنۍ او ان خپل ځان نه شي راضي کولای.

داسې کسانو ته تر معمول وخت د مخه د لویانو کارونه ورسپارل کېږي؛ پرته له دې چې په بدل کې یې په کورنۍ کې بهتره وضع پیدا کړي. په همدې وجه دوی احساس کوي چې استثمار کېږي او په تېره بیا هغه وخت چې ځان له نورو همزولو سره پرتله کوي نو د خپلو شرایطو ټیټوالی په ژوره توگه محسوسوي.

## ب . واقعي حقارت:

حقارت کولای شي چې له یوې واقعي بدني او یا اروایي نیمگړتیا څخه سرچینه واخلي.

هغه ماشوم او زلمکی چې ملا یې کړوپه وي، گوډ وي، نظر یې کمزوری وي، غوږونه یې درانه وي، عقلي وده یې لږه وي او یا یې ذهن پڅ وي، د دغو نیمگړتیاو په وجه دوه واره ځورېږي. یو ځل په دې چې په خپل محیط کې واقعاً تر نورو څه کمی

لري، دوهم ځل په دې ځوريږي چې همزولي او د شاوخوا کسان وربانديې ملنډې وهي. په دې عمر کې دوی کله کله ان د مور او پلار له بې حوصله گۍ سره مخ کيږي. دغه مينديې او پلرونه ځانونه د اولادونو د دې حالت مسوول گڼي؛ ځکه خو د نفس عزت يې ژوبليږي.
ممکن د حقارت دغه ډول تر نورو هغو ډېر ځوروونکی وي او ټول عمر له سړي سره پاتې شي.

د دې ډول حقارت بيان د پخوانو اديبانو په اثارو کې د يوه حالت او يا د يوې مهمې پېښې د توصيف په بڼه ليدلای شو، نه د يوې نظريې په بڼه.

په هغو کې تر ټولو ښکلې کيسه د هغه «شاهزاده» ده چې شيخ سعدي شيرازي په ځانگړې ظرافت او استادۍ ليکلې ده. هغه وايي: «دی په ونه ټيټ او وړوکی و خو نور ورونه يې دنگ او ښايستوکي. پلار ورته د حقارت په سترگه کتل.» شاهزاده په خپل ذکاوت په خبره پوه شو، شکايت يې وکړ چې «اې پلاره! ناپوهه دنگ ښه دی که لنډی پوه؟» او «د شيانو ارزښت په غټوالي پورې نه وي.» هغه له دې ترخه احساسه ځوريده؛ تر هغې چې «پاچا له يوه غښتلي دښمن سره مخ کيږي» او «لنډی» د حقارت د جبران لپاره بې سارې زړه ورتوب ښيي او په مېړانه

دښمن تار په تار کوي. تر دې بري وروسته پاچا د هغه سر او سترګې ښکلوي، خپلې خوا پورې يې نيسي، ورځ تر بلې يې لا ډېر نازوي او ان خپل ځاى ناستى (وليعهد) يې ټاکي. د ده برلاسي د ورونو حسادت راپاروي. هغوى يو شيطاني پلان جوړوي خو «لندى» خبرېږي، د هغوى پلان شنډوي او وايي «ناممکنه ده چې هنرمن دې ومري او بې هنر دې د هغه ځاى ونيسي» لويوالي ته د رسېدو دغه هدف ټول عمر له لندي سره وي؛ هغه ډېر نور ملکونه نيسي- خو پخپله د بل ملک (د حقارت) بندي دى.

## ج : عجيبه او غير عادي ځانګړنې:

ځينې غيرعادي او عجيبه صفات، پرته له دې چې له واقعي حقارت سره رابطه ولري، سړى د نورو د ملنډو کړي. کله کله پر ځينو کسانو داسې ريشخند نومونه اېښودل کېږي چې ټول عمر ورسره پاتېږي. د «پمن»، «چينجن»، «سپږن» په څېر نومونه په ماشومتوب او يا ژنيتوب کې پر خلکو بردول کېږي. مثلاً که د چا د مخ يو غړى يوه ژوي ته ورته وي، د هماغه ژوي نوم ورباندې اېښودل کېږي. لکه ګيدړ (که د چا زنه نرۍ او اوږده وي) ليوه (که د چا د اړخ داړې يو څه غټې وي).

کله کله په اندام کې لړه بې نظمي د دې ډول ملنډو لامل ګرځي؛ لکه: پر مخ یا تندي باندې خال، پر پوستکي باندې تور یا سپین داغ، د سر په ویښتو کې سپین خاپ، شپږمه ګوته، ډېره لوړه یا ډېره ټیټه ونه، له حده زیات مزیتوب یا ډنګروالی او بدرنګي.

° ° °

باید ووایو چې ممکن پورته یادې شوې درې واړه سرچینې هره یوه په یوازې سر او یا هم له نورو سره په ګډه حقارت رامنځته کړي.

په دې توګه، ماشومتوب چې په اصل کې باید د ژوندانه تر ټولو ښکلی پړاو وي، د ځینو ماشومانو لپاره داسې پړاو دی چې د هغوی پر عواطفو وژونکي ګوزارونه کېږي. دوی له هماغه وخته ځانونه خوار، نا چاره او یا سرټیټي ګڼي.

## ۳. د حقارت پایلې او عواقب

کله چې د یادو لاملونو په اثر په چا کې حقارت پیــدا شــو، هغه به ډېر وځوروي. اوس باید وګورو چې سړی به د دغه رنــځ پر وړاندې څرنګه غبرګون ښیي؟ څنګه به د هغه له شره ځــان خلاصوي؟ او یا څنګه به ځان د حقارت له احــتمالي خطرونــو ساتي؟

د شلمې پېړۍ په سر کې «**الفرد ادلر**» چې لومړی د **فرویــد** Sigmund Freud همکار او هم فکره و، له هغه سره تــر څــه مودې همکارۍ وروسته، د فروید له مکتبه جلا شو او ځان ته یې بېل مشهور مکتب جوړ کړ. هغه «حقارت» د خپلې نظریــې بنسټ وګرځاوه او د حقارت عقده یې نژدې د ټولو غــیر عــادي سلوکو د واقعي لامل په توګه راوپېژنده.

د ادلر په باور، د حقارت غوټه د انســان د رنــګ رنــګ او ډېرو کړنو سرچینه ده. کولای شو چې دغه کړنې له تسلیمه تــر بغاوته، له بې زړه توبه تر استبداده، له شرارته تر بې کچې بنده ګۍ، د هوډ له نه لرلو څخــه تــر خــورا ټینــګ هــوډه او د دغــو قطبونو تر منځ پر ټولو کچو باندې ډلبندي کړو.

د ممکنه عواقبو تنوع او ګڼوالی دا راښــیي چــې د حقــارت زړي چې د ماشوم په اروا کې کرل شوي، د هر فرد له ځــانګړنو

او د ودې د شرایطو له څرنګوالي سره سم بېلابېل او رنګ رنګ حاصل ورکوي.

له حقارت سره د ماشوم یا زلمکي یا لـه لویـه سره د انســان د مبارزې میکانیزم، تل پر یوه اصل ولاړ دی او هغه جبران دی. جبران د نیمګړتیا د له منځه وړلو مانـا نـه لـري؛ بلکـې هغـه «پانګ یا دړې» ته ورته دی چې د تلې په سپکه پله کې ایښودل کېږي چې توله پرې برابره شي او سړی خپل تعادل بیا مومي. دا هم ســمه ده چـې پـه ځینـو مـواردو کـې جـبران د نیمګړتیـا د ختمېدو سبب ګرځي. داسې ډېر ځوانان لیدل شوي دي چې په ماشومتوب کې به یې ډنګر بدن او کمزوري اندامونه لـرل خـو خپله ټوله ځواني یې په سپورټ لګولې او په نتیجه کې اتلان او پهلوانان ځنې جوړ شوي دي.

که د چا حقارت په ټولنیز مقام پورې یـې اړه ولـري، دی د خپلې ټولنیزې وضعې د ښه کولو هڅه کـوي. دغـه هڅـې بـه خامخا د هغه د حقارت په کمولو کې اغېزناکې وي. خـو خـبره تل داسې نه وي. مـوږ نـه شـو کـولای چـې ژونـد د ریـاضي د معادلې په څېر وګڼو. ان هغه وخـت چـې د حقـارت احســاس ظاهراً له منځه تللی او موږ یې د دوام لپاره کوم دلیل نه لرو، بیا هم باید دا ومنو چې په ماشومتوب کې محسوس شوی حقـارت

د سړي په زړه کې پاتې کېږي او د هغه د کړنو همیشنی لاربنود ګرځي.

تاریخ د ډېرو حقارتونو هینداره ده.

ناپلیون بناپارت بد ګومان او جاه طلب و. د ژوندانه ټیټو شرایطو او ټیټې ونې هغه ځوراوه. په شپاړس کلنۍ کې یې ځکه د ځان وژنې هڅه کړې وه چې وېریده هغه څه ته به ونه رسېږي چې د ده کبر او غرور یې غوښتونکي وو. وروسته بخت ورسره مل شو خو د ویاړنې تنده یې هېڅ کله ماته نه شوه، ان تر دې چې، د اروپا لویه وچه یې په اور او وینو ولړله. ایا دا هماغه د خوارۍ او حقارت اور نه دی چې پخوا د هغه په ماشوم زړګي کې بل شوی او ټول عمر یې د هغه ټول بدن د برلاسۍ او تفوق تږی ساتلی دی؟ ایا دغه احساس به په کوچنیوالي کې د نادر افشار، ګوډ تیمور، چنګیز او نورو زړونه نه وي زخمي کړي؟

جبران د کلمې په بیولوژیکي مانا هغه برغولی دی چې طبیعت یې د بدن پر نیمګړتیاوو باندې ږدي او په دې توګه د سړي د وجود انډول تر یوه حده برابروي، هغه انډول چې تر دې د مخه نه و او یا خراب شوی و.

که د چا یوه پښه لنډه وي او بدن يې يوې خوا ته کوږ شوی وي، نوشمزی به يې د دې کوږوالي په جبران کې بلې خوا ته کږېږي.

تاواني شوی زړه له حده زيات غټېږي تر څو د کميت په مټ خپل کيفيت پوره کاندي. کله چې ماغزه زخمي کېږي نو د ماغزو د تاواني شويو مرکزونو د مرستې لپاره، نوې ضميمې پخپله جوړېږي.

په اروايي چارو کې هم خبره همداسې ده خو توپير يې په دې کې دی چې دلته جبران دوې موخې لري: لومړی دا چې د نيمګړتيا په وړاندې لکه «پانګ يا دړه» شي او دويمه دا چې د دغه نيمګړتيا د احساس پر وړاندې چې خورا ځوروونکی دی، د فرد ملاتړ وکړي يعنې هغه ته تسلي ورکړي.

دغه ټکي مو دې ته اړ باسي چې د جبران ډولونه په دوو ډلو وويشو:

_ هغه ډله چې په ښکاره توګه پر نيمګړتيا برى مومي.

_ هغه ډله چې سرې د نيمګړتيا له شره خوندي کوي.

اوله ډله، بريالی يا د اتلولۍ جبران او دويمه ډله، د خوندي کوونکي يا سرپوښ ايښودونکي جبران په نوم يادوو.

د جبران اول ډول د خندونو پر مورچو برید کوي، پر هغوی بریالی کېږي خو دویم ډول یې خندونه کلابند (محاصره) کـوي او نه یې پرېږدي چې سر راپورته کړي.

## بريالی جبران يا د اتلولۍ جبران:

د جبران دا ډول تر ډېره په هغو کسانو کې ليدل کېږي چې د ځان درنښت ته اهميت ورکوي او د قوي عزت نفس خاوند وي. په داسې کسانو کې حقارت د هغه لمسوونکې منبعې حيثيت لري چې د دوی د مبارزې غريزه په خوځښت راولي. ګواکې دوی به خپلې کمزورۍ ته وايي چې «ته نو ګومان کوې چې پر ما به برېږې؟ ته تېر وتلې يې، اخر به زه پر تا باندې بر شم» دوی د دې لپاره چې واقعاً پر خپلې کمزورۍ باندې بر شي، يوازې په جبران نه قانع کېږي؛ بلکې په «مضاعف جبران» لاس پورې کوي. مانا دا چې دوی په دې لاره کې خپله ټوله انرژي، هڅه او هاند کاروي. دوی نه يوازې د خپل ضعيف غړي نيمګړتيا له منځه وړي؛ بلکې هغه په داسې غړي بدلوي چې تر معمولي کچې ډېر پياوړی وي.

په دې توګه د ځينو وړتياوو نه لرل، د خارق العاده استعدادونو په بڼه څرګندېږي. د «مضاعف جبران» يوه وتلې بېلګه د يونان نامتو خطيب «دموستن Demosthene» دی. هغه په زلميتوب کې بې زړه او ترټړی و خو وروسته نه يوازې دا

چې پر خپلې کمزورۍ بر شو؛ بلکې د خپل وخت خورا لوی خطيب شو.

الفرد ادلر د دغو بېلگو په هکله ټینگار کوي او د «بتهوون» مثال راوړي چې د خپل عمر په اخرو کې کوڼ شوی و. د ادلر د شمېرنو له مخې په سلو کې ۷۰ نامتو نقاشانو د نظر کمزوري لرله. په دې توگه وینو چې پر نیمگړتیاوو بانـدې د برې حس په ډېرو مواردو کې د استعداد او قریحې د لاس ته راوړلو غوره موقع او لاره ده.

د اتلولۍ د جبران د دې ډول مثالونه په تاریخ کې ډېر دي او په ټولو هغو کې پر بدني حالت د رواني حالت بری ځرگند دی. «دویم گیوم» چې یو لاس یې د زوکړې پر مهال فلج و، د دردوونکو او له تصوره پورته هڅو په پایله کې غښتلی تورزن شو. خو دا ډول جبران ممکن په ټولو مواردو کې ژور نه وي؛ ځکه چې د بدني نیمگړتیا له منځه وړل، کېدای شي ورسره مله اروایي ستونزه حل نه کړي. مثلاً گیوم باید پر خپل بې حده تکبر بر شوی وای، نه د خپل لاس پر شوټوالي. همدا وجه ده چې د هغه نسبي بري ونه شو کړای چې د نیمگړتیا احساس یې له منځه یوسي. بنایي شاهزاده او د هغه روزونکي به په دې نه وي پوه شوي چې دلته د هغه مېړانه په تورزني کې نه؛ بلکې

د خپلې نیمګړتیا په منلـو او د یـو ډول اخلاقـي تقـوا یعنـې د تواضع په غوره کولو کې وه.

د حقارت جبران په داسې صفاتو باندې چې تر نیمګړتیـاوو لا عالي وي، د اتلولۍ د جبران تر ټولـو ښـه او عـالي ډول دی. دې جبران چې ښیګڼه پر بدګڼه کامیابوي، تل د خلکو زړونـه خپل کړي دي. بېلګې یې په ختیزو او لوېدیزو اسطورو، کیسو او نکلونو کې ډېرې دي. «ساندریون» د یـوې خـوارې حقـیرې وړې نجلۍ داستان دی چې په پای کې د خپل صبر او تدبیر په برکت د لویانو پر شرارت او بې رحمۍ بـرى مـومي. پـه غـربي ادبیاتو کې «پتي پوسه»، «لوپتي پرینس» او ورته نور اثـار او پـه شرقي ادبیاتو کې د شـاهنامې «بېـژن او منیـژه» او د سـعدي د ګلسـتان «حقـیر شـاهزاده» او پـه سـلګونو نـورې کیسـې یـې څرګندې بېلګې دي.

## ملاتړی یا پټوونکی جبران:

که څوک له حقارته ځورېږي او نه شي کولای چې له خپل حقارت سره مبارزه وکړي او پر هغه بریالی شي او یا په ځان کې داسې استعدادونه وروزي چې د حقارت په جبران کولو سره په ده کې تعادل رامنځته کړي یا کله چې سړی هومره پراخ نظر او فلسفي لید نه لري چې خپله نیمګړتیا ومني نو هڅه کوي چې خپله نیمګړتیا داسې پټه کړي چې په برید کې تر نورو وار ړومبی کړي او نور غلط کړي. داسې کسانو ته برید، د نیمګړتیا د پټولو وسیله ده. دا ډول جبران د کمزورو خلکو وسله ده. دوی پرته له دې چې د نورو د تېرایستلو نیت ولري، د انساني طبیعت په وجه، دې لارې ته راښکول کېږي.

دلته د ډارن سړي مثال پوره سم ښکېږي. ډارن چې مجبور وي په توره شپه کې یوازې سر په یوه لرې ځای کې لاره ووهي نو د دې لپاره چې ځان مېړنی وښيي، شپېلک وهي. همدارنګه د دې حالت نور څرګند مثالونه هغه کسان دي چې لاپو او درواغو ته مخه کوي. څومره چې ځان ورته هېڅ ښکارېږي، هماغومره ډېرې لاپې وهي.

جالبه دا ده چې د دې کسانو ټولې هغه چارې چې د واقعیتونو د پټولو لپاره یې ترسره کوي، د خلکو له خوا هم په

اسانۍ سره منل کېږي. دا خبره نه یوازې په ورځنیو معاشرو کې لیدل کېږي؛ بلکې د سیاست په ډګر کې هم ځینې ناپوه وګړي د خپل غولوونکي ظاهر په برکت شهرت مومي او حرفه یې ((نبوغ !؟)) ته رسېږي.

دلته باید د هغو کسانو ارواپوهنه وڅېړو چې په دې لاره کې خپلو موخو ته رسېدلي دي. دوی ډېره زیاته هڅه کوي چې د خپل فرهنګ، معرفت او د خپلې کورنۍ حقارت پټ کاندي. ټول خبر دي چې پیسو یا مقام ته نوي رسېدلي کسان، د خپل کارځای لپاره د کتابونو لوکسې الماری جوړوي، پنډ، غټ غټ او د ښې پښتۍ کتابونه په کې ږدي چې خلکو ته ځان پوه وښيي.

د موټرچلوونکي اروپوهنه هم د پام وړ ده. ایا موټر د جبران تر ټولو غوره وسیله نه ده؟ هغه ډېر ناپوه، کمزوري او پخ کسان هم کولای شي چې بې له زحمته پر اکسلېټر پښه ټینګه کړي او د ځواک او سرعت خښتنان شي. دوی چې پر لارو تر نورو مخکې کېږي نو په خوندونو کې ډوبېږي.

خو د ماشومانو او زلمکو په اړه: هغه ماشومان چې له حقارته ځورېږي، معمولاً له څېرې غښتلي ښکاري. دوی غالباً ځان ستایه او ترخه ژړي دي. دوی تل په دې لټه کې وي چې

په نورو خپل ناز او کبر ومني، د لويانو پيښې وکړي او ځان تـر نورو مهم وښيي. يا دا چې ځېلي او ضدي کېږي.

په دې توګه د ځواک او وړتيا ښودنه، غالباً د پټې او نـاويلې کمزورۍ نخښه ده. هغه چې واقعاً ځواکمن دی، دې ته اړتيا نه لري چې نورو ته خپل زور وښيي؛ ځکه چې دا کار کومـه ګټـه نه لري.• د تکبر او لويوالي هذيان* د واقعي حقارت له جـبران څخه پرته بل څه نه دی. څنګه چې وروسته بـه يـې وګـورو دا خبره يوازې د افرادو په برخه کې نه؛ بلکې د ټولنو په بـاب هـم سمه راځيږي.

---

• عسکري پرېډ معمولاً په هغو هېوادونـو کـې دېـر پـه دبـدبې سره تـر سره کېږي چې يا خو مستبد حکومتونه لري، پـه خلکـو کـې يـې ملاتـړي لـږ دي او حکومت خپلو خلکو ته خپل زور ښيي يا دا چې له ګاونډيو ملکونو په وېره کـې دي او د زور په ښودلو سره هغوی په غوږ وهي چې پام چـې حملـه رابانـدې ونـه کړئ. ژباړن

* د تکبر هذيان په اروايي ناروغانو کې ليدل کېږي. ناروغ ځان خورا مهـم کس معرفي کوي، مثلاً د افغانستان يو عادي وګړی به وايي «زه د سينما تـر ګـردو لوی ستوری يم، پوهېږې، هاليوود په ما پسې شله دی چې راځه زموږ پـه فلمونـو کې کار وکړه خو زه يې نه منم. ها بله ورځ اميتابچن راته زنګ وهـلی و، خـوارکی راته زارۍ کوي چې زما لور درپسې مري، خير دی واده ورسره وکړه» کلـه کلـه د دوی استدلال دومره قوي او د وينا انداز يې دومره جدي وي چـې خپـل مخاطـب تر تاثير لاندې راولي او مخاطب يې پر خبرو باور کوي. ژباړن

هغه مذهبونه او دولتونه چې له وګړو څخه ازادي اخلي، خلك له ځانه شړي يا پر رسنيو بنديز لګوي، پخپله مفکورې او عقيدې جوړوي او پر نورو يې تپي، څنګه چې ښکاري هغسې ځواکمن نه دي. دوی که په ريښتيا سره غښتلي وای نو دې ته به نه اړ کېدل چې خلك وډاروي. دوی لکه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنيز ښکاري خو پښې يې د لرګيو دي. دوی پخپله ښه پوهېږي چې که زغر ونه لري نو په دردوونکي توګه به راوپرځېږي.

د همدې اصل پر بنسټ، د ځينو دولتونو ناسنجول شوي خوځښتونه او پوځي حرکتونه په واقعيت کې د دوی د کمزورۍ ښکارندوی دي. اکثره ډارن هېوادونه ندرتاً سوله خوښوونکي وي. دوی د بريد لپاره نه؛ بلکې له ډاره او خونديتوب ته د غيرعادي اړتيا په وجه په خپل شاوخوا کې پوځي ځواك راټولوي. دا ځکه چې دوی ته هرڅه د دښمن مورچل ښکارېږي. اصلاً د دوی تمايل دفاعي وي خو د دې لپاره چې خپل مرضي «ناخونديتوب» پټ کړي، هغې ته د لمسووني بڼه

ورکوي. د تعجب خبره دا ده چې اکثره وګړي د دې مسـاَلې پـه شننه کې تېروتنه کوي.*

د دې ډول جبران په خوا کې یو بل ډول یې هم شته چې ډېر توپیر ورڅخه نه لـري او بایـد «تسـل ورکـوونکی جـبران» یـې ونوموو.

## تسل ورکوونکی جبران:

دغه جبران ډېر ډولونه لري: لومړی ډول یــې خیـال پلـو او خیالي نړۍ ته تېښته ده. انسان له خیالي نړۍ څخـه هغـه څـه غواړي چې په واقعي ژوند کې یې نه شي تر لاسه کولای.

موږ هر یو چې په ماشومتوب کې مو د خـوارۍ او نـاتوانۍ احساس کړی نو ځان سره مـو ویـلي دي چـې کاشـکې دومـره غښتلی وای چې خپل حریف مې د موم پـه شـان پـه لاس کـې نیولی او د خپلې خوښې جزا مې ورته ورکړې وای؟

---

* ګومان کوم چې موږ به هم ځکه هر وخت د خپلو بابـا ګـانو تـورې یـادوو چـې پخپله خوندي نه یو. موږ اکثره وخت داسې غښتلې حکومت نـه دی لـرلی چـې د نورو د تیریو مخه ونیسي، همدا وجه ده چې کله یـو او کلـه بـل پـر مـوږ بانـدې بریدونه کوي. موږ د دښمن د شړلو توان لرو خو د راتلو مخه یې نه شـو بنـدولی؛ ځکه چې د دښمن مخه په فکر او تدبیر سره ډب کېدای شي او موږ پـه دې برخـه کې خوار یو. ژباړن

داسې ډېر ماشومان او زلمکي شته چې پــه خيــالي نــړۍ کــې غواړي، نه ښکاره کېدوونکي «نامرئي» اوسي.*

دې ته ورته خيالونه تل د ماشومانو په ذهــن کــې وي. دغــه تخيلات له انساني غوښتنو سرچينه اخلي او مخکې تر دې چې په ادبياتو کــې د زړه راښــکونکو خــو غمجنــو نکلونــو پــه بڼــه ځرګند شي، د وګړو په منځ کې خوله په خوله لېږدېدلي دي.

په ختيزو او لويديزو ادبياتو کې د دې نکلونو جوتې بېلګې ليــدلای شــو. د فرانســې د نــامتو ليکــوال «لا فــونتين» ( La Fontaine) د (پيريت) يا د شيدې پلورونکې او کټــوې کيســه په غربي ادبياتو کې د دې جبران له مشهورو بېلګو څخه ده:

شيدې پلورونکې چې غواړي په هره توګه لــه خوارۍ څخــه ځان وژغوري او شتمنه شي، ګومان کوي چې د شيدو د پلورلــو په پيسو به وشي کولای چې اول خنزيــر او بيــا خوســۍ او غــوا واخلي... خو د خيالونو په دې کشمکش کې يې د شــيدو کټــوه

---

* دغې ماشومانه هيلې هنر ته هم لاره کړې ده. په «مسټر انډيا» فلم کې يــو هندي کيميا پوه داسې مواد جوړوي چې که سړی يې استعمال کړي نو خلــك بــه يې نه شي ليدلای. د فلم اتل پر ځان باندې همدغه مواد اچوي. د هند د دښــمنانو ځالې ته ورځي، د هغوی پلان معلوموي. د هند دښمنان غواړي چې پر دې هېــواد اټومي حمله وکړي خو د فلم اتل دغه توطيه شنډوي. ژباړن

پر ځمکې لوېږي او ماتېږي... دا د خپل هاغـه خـوب پـه غـم کې ډوبېږي چې ریښتیا نه شو.

د پېریانو او ښاپېریو کیسې د هغه تمایل خبرې کوي چـې د هر وګړي په زړه کې شته. هرڅوک هیلـه کـوي چـې متقـي او پرهېزکاره انسان ـ یعنې موږ ـ لـه تصـور څخـه پورتـه ځـواک ولري او یا دې دومره ډېره شتمني ولـري چـې ټولـه دنیـا ورتـه درناوی وکړي.

کله کله دغه خیالونه دومره پراخېږي چې د اندېښنې سبب ګرځي. ځینې ماشومان او ځوانان د خپل ذهن په خیـالي نـړۍ کې ډوبېږي. کله خو دوی خیال له واقعیت سره دومـره ګـډوي چې ځان ته خیالي خویندې او وروڼه جـوړوي او ان لـه هغـوی سره په خاصه لهجه خبرې کوي. دوی خپل دې عمل ته دومـره واقعي رنګ ورکوي چې ته وا له ملموسـو او محسوسـو کسـانو سره اړیکي لري. په دې وخت کې میندو او پلرونو ته اندېښـنه ورلوېږي چې بچو ته یې هذیان پیدا شوی دی.

یوه ورځ یې ما ته یو ښوارلس کلن زلمکی راوست. دغه ژنـی تر دې دمخه هځاند تکړه زده کوونکی و، تر اووم ټولګي پورې په ښو نمرو کامیاب شوی و. د اتم ټولګي پـه لومړیـو کـې یـې درسونه پرې ایښي وو، له نورو سره یې خپل اړیکي شلولي وو او

ارامي نړۍ ته يې پناه وړې وه. اغلباً له ځانه سره غږېده، په مخصوصه ژبه يې له نا ليدونکو افرادو سره خبرې کولې.

دی د يوې متوسطې کورنۍ يوازېنی اولاد و. مور او پلار يې د هغه په اړه تل يوه خوله وو، دی پر هغوی ګران و. د هغه په ارثي سوابقو کې هيڅ شکمن شی نه ښکارېده. په جسمي او عصبي معايناتو کې يې هم کومه ناروغي نه وه موندل شوې. په اول سر کې د ناروغ په شخصي سوابقو کې کوم ناسم شی ترسترګو نه شو خو تر اوږدو ګروېږنو وروسته جوته شوه چې دغه زلمکي د لومړني ښوونځي په ټوله دوره کې د لوبو او درسونو يو ښه ملګری درلود. د ده د ملګري کورنۍ به تل دی هڅاوه او شاباسي به يې ورته ويله خو انډيوال يې د منځنۍ دورې تر پيليدا د مخه د زده کړو لپاره يوه اروپايي هېواد ته استول کېږي. تر دې وروسته په دواړو کورنيو کې هر وخت د ده د ملګري د پرمختګونو خبرې کېږي. هرڅوك د هغه د ليکونو کيسې کوي. دغه زلمکی اول خو ډېره موده د دې وضعې پر وړاندې له سرې سينې کار اخلي، ځان پرې ناګاره اچوي خو وروسته يې په سلوک کې لږ لږ بدلون راځي. بيا داسې وخت هم راځي چې هرکله د ده د ملګري په هکله خبرې کېږي نو دی بې له ځنډه له کوټې څخه وځي. دی په اووم ټولګي کې هم د تېر په

څېر په درسونو کې تکره دی خو د اتم ټولګي په لومړیو کې پڅېږي. د مور او پلار یې دې ته پام کېږي چې هلک کور ته له راتلو سره سم د کوټې ور په ځان پسې بندوي او په لوړ غږ خبرې کوي. لږه موده پس پر ځان باندې دغه کنټرول هم له لاسه ورکوي، کله کله د نورو په مخ کې له خیالي افرادو سره خبرې کوي، له داسې عجیبه کارونو غږېږي چې له خپلو نالیدونکو ملګرو سره یې ترسره کړي. مور او پلار یې لومړی په بېلابېلو درملنو لاس پورې کوي خو د خپل یوه دوست په سپارښتنه ارواپوه ته ورځي.

د راغلي کس د مخینې او حالاتو لنډه یادونه مې ځکه وکړه چې کله کله په ماشوم یا زلمکي کې د یوه ژور پټ کړاو نخښې نښانې څرګندېږي. دا نخښې پر دې کړاو باندې د ماشوم د برې موندنې هڅې په بڼه توګه جوتوي. کله کله له واقعي نړۍ څخه تېښته سړی په سومنابولیزم (somnambulism) یا په خوب کې د تګ په ناروغۍ اخته کوي.

ځینې وخت سړی د دې پر ځای چې له خپل ځوروونکي چاپېریاله د خلاصون لپاره د خیال نړۍ ته پناه یوسي، په رښتیا سره له خپل محیطه لاس مینځي او هر څه خوشي کوي. دغه حالت «تېښته» نومېږي. د ژان ژاک روسو مشهوره تېښته هم د نورو تېښتو په څېر له مخکیني فکر او پلانه پرته تر سره شوه.

روسو پــه ١٦ کلنــۍ کــې لــه ټولــو ان لــه ځانــه هــم نــاراض او اندېښمن و. یوه شپه یې د ښار دروازې پر خپل مخ باندې تړلــې ولیدې، یوه شېبه وېرې اخیستی و خــو وروســته یــې ځــان ازاد وګاڼه او وتښتېد. دی وایي:

«څومره چې د وحشت تر تلقین لاندې د تېښتې نقشه راتــه غمجنه ښکارېده، هماغومره پخپله تېښتې مجذوب کړی وم... یوازېنی احساس ازادي او خپلواکي وه چې پر ما یې اثــر کــړی و. ما ګومان کاوه چې ازاد شوی یم. د الوتنې لپاره همدا بــس و چې یو ټوپ وکړم او اسمان ته ورسېږم. ما په خونــدي توګــه پــه بې پایه نړۍ کې ګام ایښوده. ګومــان مــې کــاوه چــې د خپلــې وړتیا په برکت به په هر ګام کې له خوښۍ، کانونو او نویو پېښو سره مخ کېږم.»

زموږ په عصر کې چې د کورنیو نظام شلېدلی او د کــورنۍ د مشر واک څو واره کم شــوی دی، دا ډول تېښــتې لا پــه اســانۍ ترسره کېږي.

لس کلن «د» د ماشومانو د لارښوونې بنســټ تــه راغــلی و، هغه تر دې دمه څو ځله له خپل کوره تښــتېدلی و. دی هوښــیار خو حساس او نازك طبیعته هلک دی. مور یــې همــدا یــو زوی لاره. مور یې څو کاله له خپل مېړه سره تېروي خــو وروســته لــه

لېوره سره تار ځغلوي، بیا له مېږه څخه طلاق اخلي او لېوره تـه کېني. بل بچی زېږوي، له نوي مېږه څخه هم طلاق اخلي او له بل سړي سره واده کوي. «د» د خپل عمر ځو کاله د پلار په کور کې په ناز او نعمت تېروي خو وروسـته یـې پـلار هـم بـل واده کوي، میرې ته یې خدای درې ماشومان ورکوي. کله چې مـیره له «د» سره د پلار زیاته مینه ګوري، هغه سپکوي او رټـي یـې. «د» شدید غبرګون ښیي خو ښکاره ده چې پر میرې یـې زور نـه رسېږي. سره له دې چې د «د» کورنۍ لږ عاید لـري خـو ده تـه ښې جامې وراغوندي او ښه مکتب تـه یـې اسـتوي خـو دغـه ظـاهري ښـېګڼې د هغـه د بـاطن فریـاد نـه شي وژلای. دی د ناخوالو په وجه له کوره تېښتي او تر ډېر لټون وروسـته مونـدل کېږي. «د» اعتراف وکړ چې ځنګه به یې ځان د شپې په تیـاره کې په تنګو تیارو کوځو کې د خلکو د کورونـو د دروازو شـاته پټاوه چې د چا ورپیام نه شي. بیا به چې کوځې له خلکـو تشـې شوې، د خزلو په بېلرونو کې به پټ شو او سهار بـه یـې خپلـه لاره وهله. دوو کسانو هغه هوایي ډګر ته څېرمه پیدا کړ او کور ته یې ولېږه. هغه د هوایي ډګر شاوخوا چېرته شـپه کـړې وه. د الوتلو هـوس دې کـار تـه اړ ایسـتلی و. ده ویـل چـې غـواړي پراشوټیست شي خو یوازې د مور مینې کولای شول چـې دغـه تېښـتېدونکی هلـک لـه لالهنـدۍ وژغـوري. د لیکـوال پـه

لا رښوونه هغه د خپلې مور کره واستول شو. سره له دې چې مور یې په وس کې لا بدتره وه خو ښنګه چې هلك هلته تر نورو مشر او پر ټولو بر و، خپل تعادل او ارامي یې بیا وموندە. دلته مور د هغه پلوی ده او پلندر (میرنی پلار) یې هم ځوانیمرد او بې ازاره.

دلته باید دې ټکي ته هم اشاره وکړو چې د لویانو د تسل ورکوونکي جبران ډېرې بېلګې د هغوی په هنري تخلیقونو کې انعکاس مومي. هغه هنري تخلیقونه چې هنرمن پکې د خپل واقعي حالت پر خلاف داسې انځور کاږي چې په حقیقت کې دی غواړي هماغسې اوسي، په همدې جبران کې شمېرل کېږي. ډېری هنرمندان چې په تیاتر او یا سینما کې د ډېرې خندا له لاسه د خلکو بهوډي ورخوږوي، په خپله خورا غمجن خلک دي.

«مولیر» په «خیالي بیمار» ډرامه کې ځکه ناروغي نفي کوي چې پخپله یې له خپل روغتیایي حالته ډېره اندېښنه درلوده. همدارنګه لیدل کېږي چې د مغولو تر برید وروسته، تصوف تر پخوا لا غوړېږي، ګڼ شمیر مولفان د تصوف لوی اثار پنځوي. دوی داسې مفاهیم رانغاړي چې په هغو کې د خیال د نړۍ پر وړاندې خندونه له منځه وړل شوي دي. دا ځکه چې

په دې وخت کې ملي احساسات د يرغلگرو تر پونـدو لانـدې زخمي شوي وو.

بېرته به اصلي مطلب ته راوگرځو: دا به مبالغه نه وي چې د ځينو زلمکو بد او انحرافي عادتونه د حقارت زېږنده وبولـو او دا له واقعيت څخه تېښته وگڼو؛ ځکه چې دلتـه هـم چاپېريـال د هغـوی د هوسـونو پـر وړانـدې خپلـې دروازې تـړي او دوی مجبورېږي چې له خپل بدن څخه مرسته وغواړي او ځان تسل کړي. په دې توگه تنکي ژښي يـوازې پخپلـه د خپـل خصـوصي ژوندانه شاهدان پاتې کېږي. ايا د خـاطراتو محرمانـه کتـابچې به په ځينو مواردو کې له ځانه سره د معاشقې څرگندې بېلگـې نه وي؟

بېلښتي (اشتقاقي) يا بې لارې جبران:

د جبران بل مورد هغه دی چـې سـړی خپلـه کمـزوري پـه کارونو کې د غير ضروري دقت لـه لارې جبرانـوي. يعنـې پـه ډېرو وړو خبرو پسې گرځي. څنگه چې دغه سړی لوی کارونـه نه شي کولای نو په وړو جزييـاتو کـې د پلټنـې لـه لارې هڅـه کوي چې ځان او ښايي نور وغولوي. کولای شـو دغـه جـبران بېلښتي جبران ونوموو.

د بېلګې په توګه يو شاګرد چې ذهن يې پخ دی، د درسونو په حفظ کولو سره ځان د تکړه شاګردانو په کتار کې دروي. يعني په تفکر کې خپله کمزوري د درس په حفظ کولو او د انضباط په رعايت سره جبرانوي.*

ښکاره ده چې داسې «ښه!؟» شاګردان پر ښوونکو ګران دي؛ ځکه چې دا د هغوی په نظر مودب او هڅاند زده کوونکي برېښي خو ټول دوستان بيا د دوی په اړه ورته ښه نظر نه لري. ملګري يې دوی په دې تورنوي چې، د ژوندانه په دغه لوبه کې چې ښوونځی نومېږي او د ښوونکي او زده کوونکي پر دوو مقابلو لوبغاړو ويشل کېږي، ټګي برګي کوي. څرګنده ده چې د پيغورونو دغه باران د دوی عقده لا زياتوي. دوی په دې توګه ځينې لندمهالې برياوې ترلاسه کوي. که څه هم دغه لاره د بري موندنې له جبران څخه توپير لري؛ لېکن بيا هم د اتلولۍ د جبران څرك پکې ښکاري. دلته سړی ښوونکيو ته داحق ورکوي چې دغو بې چاره ګانو ته درناوی وکړي.

---

*** له بده مرغه زموږ په ښوونځيو کې د تکړه توب معيار يوازې د درسونو حفظ کول دي. شاګردانو ته نه د فکر کولو موقع او نه يې فکر ته ارزښت ورکول کېږي. ژباړن**

په ځان ښودنه کې هم همدا حال ښکاري. ځان ښودنه دا ده چې څوک دې بې وخته د مسایلو خورا بې اهمیته او بې ارزښته جزییاتو ته پام اړوي. کله چې دغه کسان بې وخته د الفاظو پر اس سپرېږي نو پر هره خوا یې داسې ځغلوي چې ممکن پخپله د خپلو خبرو محتوا، څنګه چې ښایي، درک نه کړای شي. په ریښتیا د هغه سړي پر حال ژړا پکار ده چې د کلمې تر مانا د هغې ټکو ته ډېر پام کوي او که دغه پرده یې له مخې لرې شي نو د فکر خواري به یې جوته شي.

خو هغه زلمکي او ژړني چې د جاه طلبۍ په اور کې سوځي او یا د دغه اور لمبې د هغوی له لاشعور څخه راپورته کېږي، بیا هم د حقارت پر وړاندې بیلې لارې غوره کوي. دوی کله کله د دې پر ځای چې خپل حقارت پټ کړي، ممکن لا یې جوت او په مبالغه یې توګه یې رابرسېره کړي او له هغې ګټه واخلي. خامخا به وپوښتئ چې دا به څنګه امکان ولري چې څوک دې له حقارته ګټه واخلي؟ خبره داسې ده چې دوی تمارض کوي یعنې په ټګۍ سره ځان ناروغ ښیي او له ناروغۍ ګټه اخلي. که تر دې مخکې خپلو خپلوانو دوی ته اهمیت نه ورکاوه، په دې حالت کې به ورته پام وکړي؛ ځکه چې ناروغ یعنې هغه څوک چې نور یې خیال ساتي، پام ورته کوي، غوښتنې یې پوره کوي

او هر وخت يې خبر اخلي. په دې توګه هغـه چـې ځـان عـاجز ښيي، وياړنه ګڼي.

د ځان عاجز ښودنه دوې موخې يا دوه ډوله ګټې لري.

لــومړۍ دا چـــې: د نـــورو پـــام، خواخــوږي او محبــت راجلبوي. مثلاً څوک چې تر دې د مخه چا ورته پام نـه کـاوه، تر دې وروسته به له دې نظره يـو دم د خپـل محـيط اول نمـبر کس شي. يعنې هغه نقش به مـومي چـې ده يـې د لرلـو هيلـه درلوده.

که دغه کس ماشوم وي نو ټول پـرې راټـولېږي او نـازوي يې. مور يې له ځانـه سره پـر خپـل کـټ څملـوي. (پـه غـربي هېوادونو کې ماشومان معمولاً په جلا کوټو کـې څمـلي، لـه مـور او پلار سره په يوه خونه کې نه څملي. ژباړن) ټولـه کـورنۍ لـه هغـه پوښتنه کوي: څه شی غواړې؟ څه شی درتـه راوړم؟ ... نـو دی به امرونه کوي او نور ټول به د ده په خدمت کې وي، دی بـه د کورنۍ مرکز ګرځېدلی وي.

دويم دا چې: عاجز ښودنه نور بې وسـلې کـوي. دا پـر نورو او ان پر ځان باندې د نيوکې لپـاره پـه ښـه ورځـي. «څـه شی؟»، «دا تاسې څه واياست؟»، «زه هيڅ کار نه کوم، نه وينئ چې زه ناروغ يم؟» دا يو ډول وياړمنه بهانه ده. غوره عـذر دی،

داسې عذر چې تل د منلو وړ دی نو سړی کولای شي، بې غمه ځملي او ان خپل وجدان هم ویده کړي: «مبارزه به څه ګټه ولري؟ زه ولې ځان په تکلیف کړم؟ زما له لاسه یو کار هم نه کېږي، زه ناروغ یم.»

دغه لاشعوري یا نیم شعوري محرکونه د هیستریک* او نیوروز د تظاهراتو اصلي سرچینې دي. په خوب کې میتیازې کول او ترټرېتوب غالباً همدا ریښه لري. دا هماغه «ناروغۍ ته پناه وړل» دي چې فروید یې په هکله ټینګار کړی دی.

خو خبره همدلته نه ختمېږي. که یو څوک د مبارزې لپاره نه وي جوړ شوی، که یو څوک د اتل کېدو ظرفیت ونه لري او دا هم ونه غواړي چې ځان ناروغ وښیي نو یوه بله لاره هم ورته شته چې خپله د تسلط غوښتنې غریزه وربانـدې پوره کړي. کله چې سړی نه شي کولای ځان پر نورو بر او مسلط کړي نو د نسبیت له اصله ګټه اخلي. هغه داسې چې نور سپکوي، خصوصاً هغه کسان چې په ده باندې شک کوي او یا

---

*** hysteria یو ډول اروايي ناروغي ده چې د اروايي فشارونو په اثر رامنځته کېږي. څنګه چې مېرمنې تر نارینوو ډېر روحي فشارونه ګالي، نو دغه ناروغي په ښځو کې زیاته لیدل کېږي. همدا وجه ده چې د ناروغۍ نوم هم له رحم څخه اخیستل شوی دی، hystericus په لاتین کې رحم ته وايي. پخوا ګومان کېده چې دغه ناروغي به د رحم له مرضونو سره تړاو لري خو اوس دا خبره رد شوې ده. ژباړن**

دی له هغوی کرکه لري. دی تل د هغوی د ژوند جزییات او سلوک څاري. همدا چې هغوی کومه وړه تېروتنه وکړي، دی به یې په ملنډو غندي، د نورو پر وړاندې به پر هغوی ریشخند وهي. که دغه کسان هېڅ عیب ونه لري نو دی به ورته له ځانه عیبونه جوړوي، په دروا‌غو او بهتان به لاس پورې کوي خو دا باید هېره نه کړو چې هغه کس چې خلک ځوروي او عیبونه یې لټوي، تر ډېره په دې پسې وي چې ځان پورته وښیي، نه دا چې نورو ته تاوان ورسوي.• (لاروشفوکو) ویلي دي چې «انسان تر ډېره د تکبر په وجه د نورو عیبونه لټوي او بد رد ورپسې وايي، نه د شیطاني او خباثت په وجه» ځکه چې موږ پر خپلو هغو عیبونو چې موږ تر نورو ټیټوي، سترګې نه پټوو خو کله چې نور زموږ عیبونه ویني د هغوی دغه ګستاخي نه بخښو.

## د غچ اخیستنې یا جګړه ییز جبران:

دا ډول یرغلیز جبران ځکه د غچ اخیستنې جبران نوموو چې موږ اړ باسي د خپلو عیبونو په وجه له نورو غچ واخلو.

---

**• څوک چې غیبت کوي، په حقیقت کې خپل مخاطب ته دا وايي چې پلانکي دغه عیب لري خو زه یې نه لرم. مګر د دې لپاره چې خپله ځانغوښتنه پټه کړي «خو زه یې نه لرم» ورسره نه وايي. ژباړن**

دغه جبران کله کله کرغېړنه او غمجنه بڼه غوره کوي او ځینې وخت سړی د ځانوژنې پر لور بیایي.

ځانوژنه د مـرضي ارواپـوهنې کرغېـړن څپرکـی دی. د دې نړۍ پرېښودل، خصوصاً هغه وخت چې سړی ژړنـی یـا زلمکـی وي، تر ټولو دردوونکی کـار دی. ډېـره دردوونکـې ده چـې یـو ځوان د دې لپاره ځان وژني چې د دې ټیټـې نـړۍ لـه رسـواییو څخه ځان خلاص کړي. هغه هم په داسې عمر کې چې ژونـد باید د سـړي مخـې تـه موسـکا پـر شـونډو او پرانیسـې غېـږه ودرېږي او هغه له هیلو او امیدونو سره په غېږ کې ونیسي.

سره له دې هم دغه غمجنې پېښې ډېرې لیدل کېږي. پـه ځینو مواردو کې به د ځان وژنې لامل په مینه کې ناکامي او یـا «ذهني تباهي» هم وي خو په اکثرو مواردو کې یې اصـلي لامـل حقارت دی.

البته ځان وژنه جبران نه دی خو هغه فکر چـې سـړی د ځان وژنې خوا ته بیایي، د جبران حیثیت لري. ایا دغه فکـر د غچ اخیستنې فکر دی که تسل ورکوونکی؟ بې له شکه دواړه.

د غچ اخیستنې فکر، تر ځان وژنې د مخه تقریباً پـه دې مضمون د سړي ذهن ته لاره کوي: «تاسو تل له ما سره بد چلند کړی دی! اې زما ناقابله مور او پلاره، اې زما د ژونـد تـر ټولـو گرانه یاره، اې زما بېرحمو او ځیرو اندیوالانو چې لـه انسـانیته

لري ياست! کاشکې زما مړينه ستاسو د کړنو ابدي سـزا شي او تاسې تل زما په مړينه پښېمانه اوسئ.»

خو له دې فرياد سره به تل يو غمجـن زګـيروی هـم مـل وي: «هغه وخت چې زه ژوندی وم، پر تاسو نه وم ګران خو کله چې له دې نړۍ څخه لاړ شم، بيا به راسره مينه وکـړئ. تاسـې به پر دې باندې خواشيني شئ چې زه مو له لاسـه ورکـړی يـم. اوس به مې مزار د مينې په ګلونو ښکلی کړئ خو زما پـه ژونـد کې مو دغه ګلونه رانه دريغول. اوس به مو د مينې کـړۍ رانـه تاوه کړئ خو وخت يې تېر دی.» دغه مينه، دغه پس له مرګـه مينه چې ځانوژنه يې اجباراً راپيدا کـوي، د تسـل ورکـوونکي جبران حيثيت لري.•

خو ممکن ځانوژنه د يوې ساده تېښتې په توګه وي. يعنې پرته له دې چې د جبران مسـئله پـه مـنځ کـې وي، لـه هغـې وضعې څخه تېښته وي چې د زغملو نه ده. په دې توګـه ځـان وژنه له مبارزې څخه د لاس پر سر کېدو حيثيت لري.

---

**• زما په ګومان اکثر شاعران چې په خپلو شعرونو کې د خپل مرګ خبره کوي او په حقيقت کې پخپله خپل مـرګ ژاړي، همـدا وجـه بـه لـري. دوی د لوسـتونکي عواطف راپاروي او غواړي چې لوستونکو ته خپل مرګ ورياد کـړي او پـر خپـل مرګ يې وژړوي. ژباړن**

په حقيقت کې ممکن د جبران هڅې او پلانونه له مـاتې سره مخ شي. کله چې سړی له حقـارت سره د مقـابلې ظرفيـت ونه لري او نه هغه مهارت ولري چې پر خپلې نيمګړتيا سرپوښ کيږدي نو حقيقت ورته په بربنډه توګه څرګنـديږي. دغـه رنـځ دومره دردوونکی وي چې د سړي ورځ وربدوي. پـه دې وخـت کې تسليم يا بدبيني، سستي او د ارادې نشتوالی، بې زړه توب، ناهيلي، او په پای کې ځان وژنه د هغو جبرانونو پايلې دي چـې موخې ته نه دي رسيدلي.

جبران که په هره توګه وي او د هغه مصنوعي ظواهر کـه ډېر ځيرکانه هم وي خو بيا به هم نه شي کولای د حقارت غوټه که دايمي وي او يا موقتي په بشپړه توګه له منځه يـوسي. دغـه احساس د بدګومانۍ او نازک طبيعتۍ په بڼه راڅرګنديږي.

بد ګوماني د هرڅه پر وړاندې شديد حساسيت تـه وايـي چې د حقارت له غوټې سره سروکار لري. دا يو دفاعي غبرګـون دی چې د سړي په حساسه نقطه کـې د خنجـر وهلـو پـه اثـر څرګنـديږي او پـه هغـه کـې د حقـارت د غـوټې شـتوالی او څرنګوالی جوتوي.

## ٤. د حقارت درملنه

د حقارت درملیزه ارواپوهنه دوې خواوې لـري: مخنیـوی او درملنه.

الف. مخنیوی: د بل هر مورد په څېر دلتـه هـم مخنیـوی یعنې د ناروغۍ د لاملونو له منځـه وړل. د مخنیـوي پـه برخـه کې دوې دندې اساسي دي: یوه منفي دنده (نـه کـول) یعنــې د روزنې له هغو تېروتنو څخه ډډه کول چې په سرې کــې حقــارت رامنځته کوي او بله مثبتـه دنـده یعنــې د شخصـیت د ودې او پراختیا لپاره د مناسبو شرایطو برابرول.

په دې ډول څرګندېږي چې په محـیط کــې د سـلوک او د روزنې مسئله څومره مهمه ده.

که چېرې خلک پـه داسـې محـیط کــې وروزل شي چــې استادان یې له هر ډول عیبه پاک وي او اشنایانو یــې پـه سـالمه اجتماعي فضا کې وده کړې وي نو د حقـارت د ودې لپــاره بـه ځای نه پاتېږي.

دې کې شک نشته چې د مخنیوي چارې باید ډېر ژر یعني د ماشومتوب په پړاو کې چې د حقارت غوټه د سړي په بدن کې ریښې ځغلوي، پیل شي. دغه چارې باید په څو برخو کې هم مهاله پیل شي. دلته به یې یو څو برخو ته اشاره وکړو.

### ۱. د روزونکو عیبونه:

د حقارت غوټه اکثراً د روزونکو د ناسم سلوک په وجه رامنځته کېږي. داسې روزونکي ډېر دي چې له خپلې دندې سره بلد نه دي او څنګه چې پخپله هم په ناسالمو محیطونو کې لوی شوي دي نو د حقارت غوټه پکې شته. په دې توګه روزنېزې تېروتنې له زاړه نسله نوي نسل ته لېږدي. مثلاً پلار خپل زوی ځکه ځوروي چې له ده سره هم په ماشومتوب کې خشونت شوی دی. اوس پرته له دې چې پخپله وپوهېږي، د غچ اخیستنې د جبران پر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلند کوي. په دې توګه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پیاوړي کوي، هغه ځواك چې پخوا یې په تر لاسه کولو کې پاتې راغلی و.

د دې تفصیل په مرسته د خلکو له کړنو څخه پوهېدای شو چې دوی په څه ډول چاپېریال کې روزل شوي دي.

### ۲. د روزنې او پالنې لارې چارې:

که د روزونکو له تېروتنو راتېر شو نو د روزنې او پالنې لارې چارې هم د پام وړ دي. اوس مهال په پرمختللې نړۍ کې د روزنې بې شمېره لارې چارې شته خو موږ يې دوو مخالفو ډولونو ته په اشارې بسنه کوو: يو ډول يې مستبد او پر ځواک متکي انضباط دی او بل يې د هغه ضد چې مينه ناکه هڅونه يې ګڼلای شو.

۱. د لومړي ډول موخه د با انضباطه افرادو منځته راوړل دي خو دغه ميتود هله کاميابېږي چې د سړي اراده وځپي، په پايله کې به دا خطره ورسره مله وي چې د سړي شخصيت ته تاوان ورسوي او حقارت پکې پيدا کړي.

په دې کې شک نشته چې ځينې ماشومان به دې ميتود ته غاړه کېږدي او يا لږ تر لږه د دې ميتود شرايط به ورته د منلو وي خو بايد وګورو چې په ګانده کې به پر هغوی څه کېږي؟ له دوی څخه به داسې کسان جوړ شي چې يوازې به د ځينو محدودو او معينو قراردادي او تکراري کارونو د ترسره کولو وړتيا ولري خو په خپل کار کې به له تخيل او تفکره استفاده نه شي کولای. دوی يوازې هغه وخت په خپل محيط کې ځان هوسا ګڼي چې هرڅه چمتو، منظم او مقرر اوسي. دغه کسان

د ادارو د پلمه گرو کارکوونکو په توگه چې په کباب کې هډوکي لټوي، بد نه دي خو که په دې خاطر خپله اداره ځنې خوشالېږي، برعکس خلک به ځنې خپه او ناهيلي وي (لکه زموږ د ادارو ميرزاقلمان چې خلك يې پوزې ته رسولي دي. ژباړن) دلته بايد له ځانه وپوښتو، که چېرې دغه کسان له داسې نوي موقعيت سره مخ شي چې نوښت او ابتکار به غواړي نو دوی به څه وکړي؟

له نېکه مرغه، غالباً يوه حياتي او سرکښه غريزه ماشومان او تنکي ژلمي اړ باسي چې په مختلفو لارو له دې اجباري رژيمه سر وغړوي. دا داسې غريزه ده چې په شدت کې د ښوونځيو تر مقرراتو کمه نه ده. داسې هم پېښېږي چې کله په شاگرد کې حقارت وخوټېږي، د شديد انضباط پر وړاندې بغاوت کوي او يا د پلرني ځواک پر وړاندې درېږي. داسې کس ځورېږي، مبارزه کوي، د پلار پر ضد بغاوت کوي، او په پايله کې به د هر ځواک (ښوونکی، ريس، قاضي، دولت، ټولنه... ) پر وړاندې ودرېږي؛ ځکه چې دا ټول د پلرني ځواک د پراخېدو حيثيت لري. د هغه په پام دا ټول داسې خنډونه دي چې د هغه د لارې پر سر پراته دي. د گډوډيو او جنايت ريښه غالباً همدا ده. موږ دلته د هغو غير عادي عصبي نخښو نښانو او گڼو

ټکرونو په اړه خبرې نــه کــوو چــې د دې ځپــونکي او قهــرجن میتود په وجه رامنځته کېږي.

اې انضباطه! ستا د دوه مخیز مفهوم په وجه څه نادودې او تباهی نه دي چې ترسره کېږي. ته یوازې یوه اخلاقي روزنه یــې چې موخه یې د فرد معنوي پالنــه ده؛ ځکــه خــو شریــف ګنهـل کېږې. کله کله د یوه ساده دفاعي غبرګــون پــه بڼــه د پولیسي- مقرراتــو پــه توګــه اســتعمالېږې او د ښــوونکو او والــدینو لــه هوساینې او د درسي ساعتونو له تنظیمه پرته بله موخه نه لــرې. ته نه پوهېږې چې ستا دغه کرغېړن او بې دلیله فشــارونه بــه د ولس د ماشومانو لپاره څومره ناوړه پایلې ولــري. داســې کســان ډېر دي چې ښوونځي چلوي او ګومان کوي چې انضباط به له تحمیل او فشار پرته بله مانا نه لري.(دا چې زمــوږ ملایــان او طالبــان ولې دومره خشن او بې رحمه دي، دلیل یې دا دی چې دوی ته هــر ټکــی د وهلــو ټکلو او سپکولو په وسیله ښودل شــوی دی. لــه دې نظــره زمــوږ دینــي مدرســې اساسي اصلاحاتو ته اړتیا لري. ژباړن.)

۲. د روزنې هغه میتود چې د اول میتود سرچپه دی، بایــد د خلکو د فاسدولو میتود ونوموو؛ ځکه چې په دې میتــود کــې د روزل کېدونکو کسانو غوښتنو ته افراطي توجه او هغــوی تــه د بې حدې مینې اظهار کېږي. باید ووایو چــې دغــه میتــود هــم هماغه عیبونه لري چې لومړی میتود یې لري. دا تر هغــه بهــتر

نه دی. څنګه چې پورته مو ورته نغوته وکړه، دغه میتود هم په خپل وار سره په سړي کې د حقارت په رامنځته کولو کې مرسته کوي.

استبدادي چلند او د زیاتې مینې لورېینه سره له دې چې ظاهراً سره متضاد ښکاري خو د روزنې له نظره دواړه سره ورته پایلې لري؛ ځکه چې دواړه دغه ګډ عیب لري چې په سړي کې ارتجالي (اتومات او بې له اندېښنې د یوه عمل تر سره کول) او ځانزېږیو (sui-generis) چارو ته پراختیا نه ورکوي. دا به د سړي د ارادې په پراختیا کې چې له (autonomie)• څخه سرچینه اخلي، کوم رول نه لري.

---

• Autonomy او auto په یوناني ژبه د «خپل» یا «ځان» او nomos د «قانون» مانا لري او هغه وړتیا ده چې سړی په خپل سر خپل کارونه وکړای شي، دعمل ازادي ولري او د دې وړتیا ولري چې په غیرعادي حالاتو کې پخپله خپله ستونزه حل کاندي او سمه پرېکړه وکړي.

زما یو دوست د ښوونځیو د نظارت دنده لري. هغه په یوه ښوونځي کې لیدلي وو چې د لومړي ټولګي یوه شاګرد په پتلانه کې میتیازې کړې وې. ده له ښوونکي پوښتلي و چې تا ولې اجازه ورنه کړه چې تشناب لاړ شي؟ ښوونکي ویلي و: ځکه چې اداري راته ویلي دي چې شاګردان هسې د تشناب پلمې کوي، اجازه مه ورکوئ. زما دوست وایي ښوونکي باید د ماشوم په ارواپوهنه وپوهېږي. د اول صنف زده کوونکي تازه د مکتب له چاپېریال سره اشنا کېږي، دوی تر ډېره له دې محیطه داربږي او هېڅکله د پلمې چل نه ورځي. دا د لوړو ټولګیو شاګردان دي چې ممکن چل ول وکړي خو د لومړي ټولګي يې نه کوي.

د دغه ښوونکي اوټونومي ضعیفه وه. هغه یوازې د قانون تطبیق ته پام کړی او ځان یې هېر کړی دی. ژباړن

په دې دواړو میتودونو کې افراد د نورو تابع او پر نورو متکي روزل کېږي؛ ځکه چې په اول میتود کې فرد له عمل څخه منع کېږي او په دویم میتود کې د هغه پر ځای نور عمل کوي.

که فرد اجبار ته تابع اوسي او یا بر عکس له دومره زیاتې مینې برخمن وي چې ده لا شی نه وي غوښتی خو نورو ورته چمتو کړی وي یا روزونکي تل هڅه وکړي چې د ده له مخې ان ډېر واړه خنډونه هم لرې کړي نو داسې کس به هېڅ کله د دې فرصت ونه لري چې پخپله پرېکړه وکړي او ځان یو څوک وګڼي. مثلاً هم د یوې مستبدې مور او هم د هغې مور له خولې چې له خپل اولاد سره بې کچه مینه کوي، تقریباً یو شان امر او نهي اورېدل کېږي: «چې له پوړۍ ونه لوېږې! د پښو مخې ته دې وګوره! تلوار مه کوه! سر دې له کړکۍ مه وباسه...» د دغو دوو میندو په خبرو کې اختلاف یوازې د هغوی په لحن کې دی. دغه دوې میندې بالکل په مختلفو نیتونو خپل اولاد له کړنې منع کوي خو د اولاد له نظره د دغه دایمي نهي حاصل به یو خېل وي او سره ورته پایلې به ولري.

د دې لپاره چې د حقارت مخنیوی وشي، د یادو لارو تر منځ یوه منځنۍ لاره جوړه شوې ده. دا لاره د هغو مادي او

ټولنیزو توقعاتو په چوکاټ کې جوړه شوې ده چې هر سړی د هغه تابع دی. **ویني** (Vinet) دغه لاره په استادانه توګه تعریف کړې ده. دی وایي: «سړی باید داسې وروزو چې د ځان بادار اوسي چې خلکو ته بهتره او زیات خدمت وکړي.»

دا ډېره مهمه مسئله ده؛ ځکه چې د حقارت د مخنیوي په اړه د روزونکي دندې دا دي چې باید وګړي کار کولو ته لېواله کړي، باید ښوونځی په یوه واقعي ټولنیز محیط بدل کاندي او د هر وګړي فردي ځانګړنې په پام کې ونیسي.

کار یعنې هغه فعالیت چې پر یوې مسئلې او پر یوې ستونزې د برلاسۍ لپاره یې ترسره کوو. دغه مسئله که مادي وي، که فکري د کار موخه هماغه ده. باید داسې لارې چارې ولټول شي چې د انسان پام خپل ځواک او خپل شخصي ارزښت ته واوړي او په پایله کې په هغه کې د برلاسۍ حس ارضا شي خو په یوه شرط او هغه دا چې کار سړي ته د هغه د ایګو (ego) د ارضا په توګه وروښودل شي. د دې لپاره چې کار دغه صفت پیدا کړي، باید له یوه داسې ژور تمایل سره پیوند شي چې ارضا کول یې د یوې اړتیا په توګه محسوس شي. هله به کار هم په خپل وار سره د یوې اړتیا، اشتها او یا د مړولو د یوې وسیلې په توګه څرګند شي او سړی به خپل ټول وس د دې کار په کولو وکاروي.

دا په دې وجه چې په هغه صمیمانه اړیکو کې چې د هر سړي د ایګو او کار تر منځ شته، کار او پوهه یوازې د عمل لوازم دي. پوهه په دې درد لګیږي چې د هغې په مرسته کار په بریالیتوب سره ترسره کړو. عمل بل څه نه دی، یوازې د شخصیت او د  هغه د عالي غوښتنو اثبات دی. که چیرې سړی دغه اړیکي له منځه یوسي او کار د هغه له حیاتي چوکاټه بهر په پام کې ونیسي، یعنې دې ته پام ونه کړي چې کار د سړي د ایګو له غوښتنو سره تړاو لري که نه نو دغه کار به له لاندې پایلو څخه یوه پایله ولري:

یا خو ماشوم به تحمیل شوی کار مطلق ګڼي او دا ورته د یوه «قانون» په بڼه ښکاریږي، په پایله کې به حقارت په کې پیدا کیږي.

یا دا چې خپل مقاوم ایګو به ورښیي چې څنګه کار تحقیر کړي، ځکه چې دغه کار به ځان ته بې ارزښته ګڼي.

موږ بیا دغه خبره په تکرار سره وایو چې کار به هله ارزښت ولري چې موږ ته دا موقع په لاس راکړي چې خپلې موخې او خپلې غوښتنې ته وررسیږو. ځکه چې که موږ وشو کولای د کار په مرسته پر محیط باندې خپله برلاسي پراخه کړو نو د

لویېنې تنده به مو ماته شي. نو هر وګړی باید د ژوندانه په پیل کې پرهدې وضع خبر او پوه شي.

په پخوا وختونو کې به هر څه د زور، فشار او رټنې په وسیله پر شاګردانو تپل کېدل. پخوانو باور درلود چې ماشومان له کاره بېزاره دي، حال دا چې سړی په ماشومتوب او ځنیتوب کې تر بل هر وخت ډېر کار کوي. ټنبلي ممکن د لویانو طبیعي حالت وي خو موږ ډاډه یو چې ماشومان او زلمکي لټان نه دي.

که چېرې هغو فعالیتونو ته پام وکړو چې انسان یې د ژوند په لومړیو کلونو کې کوي او هغو شیانو ته ځیر شو چې پخپله یې زده کوي (لکه د ژبې زده کول) نو ځان ته به دا حق ورنه کړو چې ماشوم ټنبل وګڼو. هر وګړی خصوصاً د ماشومتوب او ځنیتوب په پړاو کې یو داخلي محرک ځواک لري چې دی اړباسي هر څه په خپله ولکه کې راولي. د روزونکي (مور، پلار، ښوونکي او ټولنیز محیط) هنر باید دا وي چې د زده کړې موضوعات له دې ځواک سره غاړه غړی کړي. په دې توګه به کار او تعلیم سړي ته داسې ښکاره شي لکه خپلو هیلو ته د رسېدو په شان. سړی به له داسې کار سره مینه ولري. له دې کبله باید له **کلاپارد** (E.Claparede) سره همغږي شو چې وایي: «انسان باید هېڅکله هغه کار ونه کړي چې زړه یې نه غواړي او وار له مخې ورته لېوال شوی نه وي» خو په

خواشيني سره هغه کسان چې د دې وينا ژورو ته يې پام نه دی، دغه وينا يې د يوه وچ فورمول په بڼه اړولې ده. دوی دعوا کوي چې د روزنې نوی ميتود، ماشوم هغه لور ته بيايي چې د خپلې خوښې ټول کارونه په کې کولای شي. حال دا چې دغه مفهوم د کلاپارد له وينا سره بشپړ توپير لري. مور وايو سړی بايد مخکې تر هغې چې يو کار ته لاس پورې کړي، له زړه نه وغواړي چې ترسره يې کړي. ايا کله چې سړی خپله منلې دنده د ځان وګڼي او له زړه ورسره مينه ولري، ترسره کول به يې د فعاليت تر ټولو عالي او شريفه بڼه نه وي؟

خو که چېرې هر ډول اجبار او تکليف له دې ويرې له منځه وباسو چې د حقارت احساس به راويښ کړي او د وړتيا او توان احساس به راوخوټوي نو بايد له ځانه وپوښتو چې د اخلاقي ودې برخليک به څنګه شي؟ ځکه چې مطلقه ازادي د انسانانو نه په برخه کېږي. د هر انسان ازادي د نورو انسانانو د ازادۍ په وجه محدودېږي.

انسان بايد له ماشومتوب څخه له دې مفهوم سره اشنا شي او زده يې کړي ځکه چې دغه مفهوم هله ښه زده کېږي چې تجربه شي. دلته د روزنې د محيط د اجتماعي کولو مسئله راپورته کېږي. هم د انسان د روزنې محيط او هم د کار او

فعالیت محیط باید اجتماعي وي. په ټولنیز ژوند کې وګړي له یو بل سره مرسته کوي، دا د هغې «دړې» یا پانګ حیثیت لـري چې د تسلط غوښتنې په مقابله پله کې ابښـودل کیـږي او نـه پرېږدي چې درنه شي. د همدې ټولنیز ژوندانه په وجه، قواعـد رامنځته کیږي او د هغو پر اساس له نورو سره د وګـړو اړیکـې تاکل کیږي.

زمـوږ (لویـانو) پـه نظـر بـه دغـه ټـولنیزې غوښـتنې او محدودوونکي قواعد، د اجبار او فشـار حیثیـت ولـري خـو د ماشومانو په سترګو داسې نه ښکاري؛ ځکه چـې دا لـه داسـې ځایه نه وضع کیږي چې هغوی تـه نـا اشـنا وي. دا قواعـد پـه مکافات او مجازاتو پورې تړلي معلمانه نفوذ او مقرراتـو څخـه ډېر لرې دي. نو ماشوم دغه محدودوونکي قواعـدو تـه د ظلـم په سترګه نه ګوري؛ بلکې د یوې طبیعي بلنې په توګه یې منـي. دا بلنه له ماشومانو غواړي چې ځانونه دې د ډلـه ییـز ژونـد د غوښتنو پر اساس جوړجاړي ته چمتو کړي.

دا ځل به قواعد د هغوی ذهن ته له اشـنا څېـرې سره لاره کوي نه د وچو کلکو امرونو په بڼه. کله چې قانون او اخلاقـي قواعد د انسان له بیړنیو اړتیاو سره پیوند شي او انسان د هغوی له زده کولو سره ژوند کړی وي نو دغه قواعد د سـړي د وجـود یوه برخه ګرځي او د سلوک له بودې او تنسـتې سره یـې غوټـه

کېږي. دلته د دې ډول محیط ښېګڼه جوتېږي او د روزنې د پخواني میتود له محیط سره یې توپیر په ښه توګه لیدلای شو. زموږ د ټولنې په روزنیزو محیطونو کې، مثلاً په ښوونځیو کې د شاګرد د غوره والي معیار دا دی چې هغه دې تر نورو مخکې وي. نیتجه دا چې رقابت او سیالي تر اخري بریده مخ ته ځي او دغه محیط د هغو شاګردانو لپاره چې تر نورو لږ استعداد لري، عملاً له زهرو ډک او تقریباً د نه منلو ګرځي. حال دا چې باید د سړي د سلوک محور د هغې ورې ډلې په ګټه د توازن رامنځته کول وي چې دی هم په کې شامل دی. هر څوک باید خپله ټوله هڅه د دغې ډلې له ګټو او غوښتنو سره سم وکاروي او چېرته چې اړتیا یې وي، خپله ګټه ترې ځار کړي. بالکل د فوټبال د لوبې په څېر چې په هغه کې فردي ګټه او غرور له عمومي ګټې او غرور سره یو شان دی. دلته به خبره په دې کې نه وي چې هر سړی دې باید شخصاً بریالی شي؛ بلکې هر څوک به د خپلې ډلې بری غواړي. هر څوك به د خپل لیاقت او وړتیا پر اساس خدمت وکړي. یعنې نور د تسلط غریزه نه؛ بلکې د یووالي غریزه مطرح کېږي. نور به یو تر بله د مخکې کېدو خبره، نه؛ بلکې د همکارۍ او متقابلې مرستې خبره په منځ کې وي.

ښکاره ده چې په داسې شرایطو کې به ماشومان او زلمکي په یو بل باندې ملنډې نه وهي، له یو بل سره به رخه او کرکه نه لري، دوی به له یو بل څخه نه ویرېږي، یو بل به نه تحقیروي؛ بلکې په ډېره طبیعي توګه به هڅه وکړي چې په خپلو منځو کې تفاهم سره پیدا کړي، یو بل محترم وګڼي او له یو بل سره مینه وکړي...

په داسې نظام کې د ځان او ټولنې تر منځ روغه جوړه او یا په ټولیزه توګه په ټولنې پورې د ځان تدریجي نښلول، د حیاتي ودې بنسټ جوړوي. انسانان لکه موم نه دي چې د بهرني فشار په اثر، څرنګه چې غواړو، هماغسې یې جوړ کړو؛ بلکې دوی ژوندي دي، غبرګون ښيي او په ګڼو تمایلاتو باندې سمبال دي. اصلاً مسئله دا ده چې دغه تمایلات باید سره موزون کړو، له هغوی څخه عالي او اصیل بهیرونه جوړ کړو او د اړتیا په صورت کې یې باید د sublimation [*] په لوري بوځو.

---

[*] sublimation د اروايي سیستم یو دفاعي میکانیزم دی چې سړی خپل غریزي او طبیعي غوښتنې په داسې بڼه اړوي چې د ټولنې او کولتور له غوښتنو سره برابره وي. فروید هنر ته په همدې نظر ګوري. هغه وایي چې انسان خپل شهواني تمایل د هنر په بڼه وړاندې کوي. د sublimation بل مثال دا دی چې جګړه مار سړی د سپورټ په وسیله خپل خشم سړوي. ژباړن

همدې مفهوم ته په پام سره، روزنې ته د «ژوند» نوم ورکړل شوی دی.

په دې نوي نظام کې د روزونکي نقش نسبتاً ناڅرګند خو تر پخوا ظریف او حساس دی. دلته که روزونکی د روزل کېدونکو کسانو د ژوندانه له ډول سره مبارزه کمه کړي او ځان هغوی ته د حریف په بڼه ونه ښيي نو اکثره شاګردان به یې د لارښوونې مینه وال اوسي. روزونکی باید د لږ استعداد لرونکي شاګردان وپوهوي چې په مېړانې سره د خپل حقارت منل، پخپله لويي ده. د روزونکي دغه زېری هم ګټور او هم له مهربانۍ ډک دی؛ ځکه چې هر رنګه خلک شته: لږ استعداد والا، غښتلي، احمق، پخ، چابک، ارام، بې قراره، فعال او سيل کوونکي، دا ټول په ټولنه کې شته نو ایا کولای شو چې ټول په یوه میتود سره وروزو؟ ښکاره ده چې نه. په همدې دلیل د روزونکي دنده دا ده چې د وګړو تر منځ فردي توپیرونه په پام کې ونیسي. لا هم داسې کسان ډېر دي چې له دې مفهوم سره نه دي اشنا. دوی ګومان کوي چې هر څوک هر کار کولای شي خو په دې شرط چې ویې غواړي. هر کس ته جلا پام کول او د هغه د ځانګړنو په پام کې نیول، د «اندازې پر بنسټ» د روزنې مسئله مطرح کوي. یعنې هر څوك باید د خپل وړتیا او

ظرفیت په اندازه وروزل شي؛ ځکـه چـې نـه یـوازې د وګـړو د فکري استعداد له نظره؛ بلکې د هغوی د شخصـیت او سـلوک پر اساس هم باید د روزنې په لارو چارو کې تغییر راولـو. مـثلاً ځینې ماشومان ډېر سخت انضباط او رټنه زغمـلای شي، پرتـه له دې چې ورباندې بد اثر وکـړي. دوی لکـه لښـته د بـاد پـر وړاندې کږېږي خو ماتېږي نه. خو ځینې نور بیـا بیخـي د دې ډلې اپوټه دي چې موږ دغـه مسـئله د هغـوی د پېژنـدلو لپـاره مطرح کوو.

موږ نه شـو کـولای لـه ټولـو سره یوشـان چلنـد وکـړو. د حیرانتیا خبره خو دا ده چې د وګړو د بدن په اړه هر څـه راتـه د منلو وړ دي. مثلاً د دې لپاره چې د یوه زلمکي مـلا کږوپـه نـه شي، ټول په دې باور دي چې د کـار مېـز یـې بایـد ټیـټ وي. هېڅ‌چا ته داسې بوټونه نه ورپه پښو کوو چې په پښو کې یې تنګ وي؛ ځکه چې د تګ پر وخت به یې پښه وخـوږوي. خـو کلـه چې د مغزو او د عقلي عاطفي مسـئلو خـبره کېـږي، هېڅـوک اعتراض نه کوي. هر څوك ګومان کوي، د روزنې هره لاره چـې غوره کـړي، د ټولـو وګـړو لـه حـال سره بـه مناسـبه وي خـو متاسفانه ښایي د هېڅ‌چا لپاره به مناسبه نه وي. د خلکو په نـزد، څومره چې بـدني او ظـاهري ځـانګړنې مطـرح دي، د اروایـي

توپیرونو مسئله هـومره نـه ده مطـرح. ګـواکي د یـو چـا د اروا ځورول د هغه د بدن د ځورووني په اندازه خراب کار نه دی.

روزونکی باید دا هڅه ونه کړي چـې ټـول وګـړي پـه یـوه قالب کې وروزي، ټول په یوه تله کـې وتـلي او د هغـوی پـه اړه حکم وکړي. د روزونکي وظیفه خورا نازکه ده. که چیـرې دی لازم مهارت ونه لري نو ډېرې بې عـدالتۍ بـه ځنـې وشي. پـه ورځني ټولنیز ژوند کې هم تل همدا تېروتنه تکرارېږي چې لـه مختلفو استعدادونو څخه د یو خېل او د یوې اندازې کـار تمـه کېږي. ایا دا خورا لویه بې عدالتي نه ده؟

له دې خبرو دې پایلې ته رسېږو چې د حقارت د مخنیـوي لپاره باید د وګـړو د ودې اسـاسي پړاونـو یعنـې ماشـومتوب او ژنیتوب ته ډېر پام وکړو. ښکاره ده چې سړی په دې پړاونو کـې لومړی په کورني چاپېریال کې او وروسته د اوږدې مودې لپاره د ښوونځي په محیط کې روزل کېږي. پـه دغـو دواړو محیطونـو کې تر ټولو مهمه دنده روزنه ده نو د حقـارت د مخنیـوي لپـاره اول ګام د روزونکو روزنه ده. روزونکی که مور یا پلار وي، کـه ښوونکی او یا د کورنۍ سرپرست، باید وپوهېږي چې ټـول د ده په شان نه دي، په انسانانو کې بېلابېلې روحیې شته. روزونکی باید زده کړي چې ځان د ماشوم او یا زلمکـي د عمـر پـه کچـه

برابر کړي، په هغه کې د یوه مشاور یا ملګري په حیث نفوذ وکړي، نه د حریف په څېر. دی باید د خپل تفاهم، پوهې، مهربانۍ او ښېګڼې پر اساس د روزل کېدونکي کس په نظر لوی او بر ښکاره شي؛ نه د هغې وېرې پر اساس چې د هغه په زړه کې یې وراچولې ده.

په دې توګه روزونکی هغه ارزښتناکه بېلګه ده چې وګړي تقویه کوي او مخ په بره یې بیايي، نه هغه مستبد انسان چې خلک سپکوي، تحقیروي او خواروي یې. د وګړو روزنه باید هېڅکله د هغوی له خوارولو او شرمولو سره مله نه وي.

## ب. د حقارت د غوټې چاره او درملنه:

کله چې په سړي کې حقارت رامنځته شي او هغه وځوروي نوچاره یې څه ده؟ څه باید وکړو چې هغه د حقارت له شره وژغورو؟

اول دا چې حقارت که په هره بڼه څرګند شي، باید ځان پرې ناګاره واچوو او پر ناروغ غالمغال ونه کړو. دې کې شک نشته چې په ځینو مواردو کې به رټنه د حقارت د ځینو هغو تظاهراتو په بندولو کامیابېږي چې د ځېلو وړ وي خو دا یوازې د ناروغۍ نخښې له منځه وړي، د ناروغۍ پر ریښو باندې اثر نه کوي. د دې درملنې عیب دا دی چې خلک ګومان کوي د

ناروغ رنځ رغېدلی دی؛ حال دا چې د هغه رنځ داسې دی لکه په ایرو کې پټې سکروټې. دغه کړنې خصوصاً د ماشومانو او زلمکو ستونزې لا پسې سختوي.

نو باید پر هغو کسانو چې له حقارته ځورېږي، ملنډې ونه وهو، ویې نه رټو او غالمغال پرې ونه کړو. دا خبره هم باید هېره نه کړو چې د دې رنګه وګړو د سلوک ډېره برخه د غبرګون بڼه لري او په غیر ارادي او لاشعوري توګه ترسره کېږي. که چېرې د دغو کسانو سلوک په ځیر وڅېړو نو وبه ګورو چې سلوک د هغوی رنځ بیانوي، بیا به مو دې ته پام شي چې اکثره هغه وګړي چې د خپل سلوک په وجه راته د کرکې وړ ښکارېدل، تر دې وروسته به ورسره مینه وکړو او له زړه به یې خبر شو. بیا به پوهېږو چې دوی ځکه بدمرغي دي چې د ډېرو نورو په څېر یا خو د ارثي حوادثو ښکار شوي دي او یا محیطي پرېشانیو دې حال ته رسولي دي.

د دې پر ځای چې له حقارته ځورېدونکي کسان ورټو او ورسره ناسم چلند وکړو، باید ویې هڅوو او ډاډ ورکړو. مهمه دا ده چې باید د ټولو ممکنه وسایلو په مرسته په دوی کې پر ځان باور پیدا کړو؛ ځکه چې دوی دغه باور له لاسه ورکړی دی. وروسته به دوی د پرمختګ او کامیابۍ پر لارې سم شي.

انسان که هر څومره خوار قسمته وي، يو وړوکی اسـتعداد خو به خامخا لري. موږ باید د همدې اسـتعداد پـر اسـاس پـه هغه کې پر ځان باور راژوندی کړو. ښوونکي او روزونکي باید خپل ټول هنر پـر دې لاره وکـاروي چـې پـه وگـړي کـې دغـه سپرغۍ پیدا او لـه هغـې څخـه د ده د ښـېگڼې پـه گټـه کـار واخلي. •

د دې کتـاب لیکـوال توانېـدلی چـې د مېنـدو، پلرونـو او ښوونکو په مرسته خپل ځینې ناروغان د حقـارت لـه احساسـه وژغوري او د هغوی په حالت کې پاموړ بدلون راولي. مثلاً: یـو زلمکی و چې د حقارت د یوه نسبتاً ژور احساس له امله یې پـه تحصیلي چاپېریال کې په تدریجي توگه د گوښه توب لاره نیولې وه. هغه له هرڅه په تېښـته کـې و. د یـوې ژورې مطـالعې پـر اساس د ده ښوونکو ته لارښوونه وشوه چې په ټـولگي کـې دې ننداره ییزې (نمایشي) ډلې جوړې شي او له ده دې په کې کـار واخیستل شي. هغه ژر د خپلـې ډلـې او وروسـته د نـورو هغـو نوښت په خپل لاس کې ونیو. په دې مورد کې بـری د هغـه پـه ذهن کې داسې انعکاس وموند چې اروایـي حالـت یـې اساسـاً

---

**• زه داسې کسان پېژنم چې په ښوونځي کې به چندان لایقه نه وو خـو پوهنتـون ته چې ولاړل بیخي بدل شول او هر یوه په خپل مسلك کـې ښـه پرمختـگ وکـړ. گومان کوم زموږ ښوونکو به د دوی استعدادونه نه وو کشف کړي. ژباړن**

وربدل کړ. دی د کال په پای کې په تکړه شاګردانو کې حساب شو. په دې توګه د حقارت له رنځه خلاص شو.

حقارت اغلباً دایمي او د ژورو ریښو ناروغي نه وي، بلکې یوازې د یوه خپل (پلار، ښوونکی یا اشنا) په لاس په سړي کې لمسول کېږي. په دې حالت کې د محیط بدلول ضروري بریښي. لکه له کورنۍ چاپېریاله لرې کېدل یا د تحصیلي محیط بدلول. له دې بدلانه سره به د حقارت لرونکي سړي حال تر تصور پورته ښه شي.

په هر حال مهمه خبره دا ده چې ځوان او کم عمره نسل باید له دوستۍ او مینې سره مخ شي. مینه هغه توده زانګو ده چې طبیعت غوښتي دي، انسان د خپل عمر لومړني کلونه پکې تېر کړي. کشران د مشرانو په مقابل کې ځانونه کمزوري ګڼي. مینه کول د کمزورۍ د دې احساس طبیعي «پانګ» دی. مینه هغه لوی بند دی چې د حقارت د سیلاب په مخ کې یې تړلای شو. هر وګړی د دې لپاره خلق شوی دی چې مخصوصاً په ماشومتوب کې ورسره مینه وشي او دی هم مینه وکړي. مینه کول له ټولنیز نظره د ځان د موجودیت تثبیتول دي. مینه کول یعنې د ځان لپاره د نورو په منځ کې ځای موندنه، یعنې ځان په بل پورې نښلول. د ماشومانو او زلمکو په اړه دا تصور کولای

شو چې د هغوی لپاره مینه کول یوازینۍ وسیله ده چې دوی لـه لویانو سره برابروي؛ ځکه چې د هغو دوو کسانو تر منځ چې یو پر بل ګران دي، د لویوالي او بروالي مسئله په منځ کـې نـه وي. حتی برعکس له دې دوو لوریو هر یو غواړي چې بل تـر ځـان مخکې کـړي. دا د مینـې معجـزه ده چـې د رخـې اور وژني او سړی داسې مقام ته رسوي چې د بل د نېکمرغۍ په جنت کـې چکر ووهي او داسې خوند ځني واخلي لکه نېکمرغـي چـې د ده خپله وي.

له انسان سره په تېره بیا د هغه د کوچنیوالي پر مهـال مینـه نه کول، دا مانا لري چې هغه له ځانـه وشـړو او د ژوندانـه پـه دوزخ کې یې واچوو، داسې دوزخ چـې پـه کـې د یـوې شـېبې تېرول هم ځورونکي وي؛ ځکه چې هلته انسان هـره شـېبه د حقارت له شکنجې سره مخ وي.

دا چې د روزنې او درملنې د الفبې لومړی توری مینه ده نو د دې لپاره چې له یـوه نـاروغ سره، سره لـه دې چـې هغـه بـه عیبونه او تېروتنې لري، مینه وکړای شو، باید هغه درک کړو او باید د تفاهم د رامنځته کولو لپاره هغه وپېژنو.

د دې نورو کړنو موخه د تحـولي میکـانیزمونو پېژندنـه ده چې تر ډېره په نظري توګه او د الفرد ادلر له ځانګړي لیـدلوري

د يوې «اروازېږي psychogenic»* نظريې څرنګوالی په کې بيان شوی دی.

* **psychogenic هغو ښکارندو ته ويل کېږي چې کوم فيزيکي يا بدني لامل ورته نه وي موندل شوی. له پخوا څخه د اعصابو ناروغۍ په دوو ډلو وېشل شوې دي: عصبي او عقلي. هغو ناروغيو ته چې بدني لامل يې جوت و، عصبي ناروغۍ او هغو ته چې واضح بدني علت يې نه و معلوم، عقلي ناروغۍ ويل شوي وو. مثلاً ميرګي څکه عصبي ناروغي بلل کېږي چې علت يې د ماغزو په برقي سيستم کې ګډوډي ده او شيزوفرين ته څکه د عقلي ناروغۍ نوم ورکړ شوی و چې بدني علت ورته نه و موندل شوی. خو اوس د اکثرو عقلي ناروغيو بدني عوامل کشف شوي دي. په دې حساب psychogenic هغه ښکارندې دي چې مونږ يې فيزيکي لامل نه دی کشف کړي، دا خبره سمه نه ده چې دغه ښکارندې به بدني علت نه لري. ژباړن**

# دويم څپرکی

## ۵. د بروالي (superiority) او حقارت

## په اړه د ادلر نظریه

مخکې مو وویل چې الفرد ادلـر پـه اول سر کـې د فرویـد همکار، هم نظر او هم باوره و خو وروسته یې د فروید له جزمي ارواڅېړنې (psychoanalysis) څخه ځان بېـل کـړ او خپلـه ځانګړې نظریه یې رامنځته کړه.

د ادلر په نظر «هغه څه چې موږ یې له ځانـه سره نـړۍ تـه راوړو، ډېر اهمیت نه لري، مهمه دا ده چې په هغه بانـدې څـه کوو او پر کومه لار یې کاروو» دا هغه موخه ده چې انسـان یـې پـه شـعوري یـا ناشـعوري توګـه تعقیبـوي. د انسـان د سـلوک جزییات یوازې هله څرګندېږي چې د هغه ټولیز تمایـل ښـکاره شي.

هر ژوندي ساری د ژوندانه داسې سلیقه او سبک لري چې موخه یې لږ یا ډېر تفوق یا بـروالي(superiority) تـه رسـېدل وي. دغه هدف د حقارت په اساسي احساس پورې تړلی وي. د وګړي کامیابۍ او ماتې او د هغه د تعادل ښه او بد د ژوندانـه د دې سبک په توافق یا نه توافق پورې تړلي دي او ورسره د فـرد او ټولنې تر منځ د شته منطقي او حاکمو قواعدو تابع هم دي.

د ارواپوهنې اساسي مفاهيمو ته په پام سره، د ادلر د اروازېږي (psychogenic) دوکتورينو لنډيز په دې توګه بيانولای شو.

د هر چا ايګو (ego)• د ناتوانۍ او د حقارت له احساسه سرچينه اخلي او پراختيا مومي.

---

• د فرويد له نظره د انسان اروايي سازمان درې برخې لري: id, ego, superego دغه درېواړه اصطلاحات لاتيني دي. id يعنې «هغه يا دی»، ego يعنې «زه» او superego يعنې «بر زه». ايډ لاشعوري ماهيت لري او د انسان غريزي چارې رانغاړي. غريزې انسان ته له پخوانو نسلونو په ميراث پاتې کېږي. لوږه، تنده او شهوت د غريزې مثالونه دي. ايډ په بل شي پسې نه ګرځي يوازې د غريزو ارضا کول غواړي. دا د خوند په لټه کې وي او له دردوونکو څېزونو څخه تېښته کوي. ايګو د غريزي غوښتنو د ارضا کولو لپاره بهرنۍ نړۍ په پام کې نيسي. که شرايط ورته مساعد وو، نو ارضا کوي به يې او که نه وو، دغه غوښتنې به پر شا تمبوي. سوپر ايګو بيا د انسان غوښتنو ته د اخلاقو له نظره ګوري. که يې غوښتنې په اخلاقي لحاظ مناسبې وې نو د پوره کولو اجازه به يې ورکوي او که انسان داسې يو کار وکړي چې د اخلاقو له نظره سپک کار وي، نو superego به په سري که د شرم او خجالت احساس پيدا کوي. ايګو د id ، superego او د بهرنۍ نړۍ د واقعيتونو تر منځ اندول ساتي. استاد اسدالله غضنفر په يوه مقاله کې دغه اصطلاحات خورا اسانه کړي دي. ده، id نفس، ego عقل او superego وجدان بللي دی. نفس هر څه غواړي په حلال و حرام او په ښه و بد پسې يې نه ګرځي. ايګو يا عقل بيا دې ته ګوري چې ايا دغه کار زما په ګټه دی که په تاوان خو superego يا وجدان دې ته پام کوي چې دغه کار ته تولنه، مذهب، قانون او اخلاق په کومه سترګه ګوري. ساده مثال يې دا

د وګړي په اروايي وضع کې د انفعالاتو بدلونونه بېلابېل احساسات رامنځته کوي چې د ژوندانه له پيله د هغه په وجود کې ځای نيسي. موږ د دې احساساتو مختلفې درجې په دې جمله کې بيانوو:

«زه ځورېږم نو شته يم. زه خپل ايګو نه شم بدلولای نو زه حقير يم.»

د حقارت احساس د واقعي ناتوانۍ او په ماشومتوب کې د نه تجربې په وجه اجباراً په ذهن کې پيدا کېږي. بيا د ودې په بهير کې، که سړی واقعي بدني يا اروايي نيمګړتيا ولري يا له نورو سره د اړيکو په تامينولو کې له ستونزو سره مخ شي نو حقارت به يې لا پياوړی شي او غوټه به ځنې جوړه شي.

په حقيقت کې دغه ټول احساسات نسبي دي. داسې هم کېدای شي چې په ځينو مواردو کې د بروالي احساس په سړي کې د ناکارۍ حالت رامنځته کړي او د حقارت په سرچينې

---

دی چې نفس ورې دی، ډوډۍ غواړي. ته پيسې نه لرې چې ډوډۍ واخلې خو نفس درته وايي چې غلا وکړه. عقل درته وايي که په غلا باندې ګير شې نو بندي به شې، مه يې کوه. وجدان هم درته وايي غلا مه کوه ځکه چې د بل د حق خوړل ښه کار نه دی. دلته وينو چې عقل او وجدان دواړه سړی له غلا منع کوي خو د دواړو هدفونه يو نه دی. عقل دې د بند له ډاره نه پرېږدي چې غلا وکړې او که داسې امکان برابر وي چې په اسانۍ سره غلا وکړې او ګير نه شې نو بيا دې نه منع کوي. خو وجدان په هر حالت کې د غلا اجازه نه درکوي. ژباړن

بدل شي. مثلاً داسې يوه ځانګړتيا چې په هغه باندې سړی خپل ځان ته ممتاز ښکاره شي خو ټولنه به يې نه مني. ټولنه به دغه ځانګړتيا بې لاريتوب وګڼي. دلته بايد د ماشوم د هغې اړتيا يادونه وکړو چې د تبعيت پالنې او کانفارميزم• په اړه يې لري. له ماشوم سره دغه انديښنه وي چې بايد دی د نورو په څېر اوسي.

له نورو سره د ځان پرتلنه د «حقيرېدلو» (inferiorization) بله سرچينه ده. مسئله په دې مورد کې هم نسبي ده: خلك څرګند بروالی ستايي او په اسانۍ سره يې مني خو برعکس که بروالی دومره زيات نه وي او سړی احساس کړي چې د ځينو اړخونو له پلوه بل ته نږدې دی نو داسې بروالی به په هغه کې د مبارزې او د حقارت نور مشتقات رامنځته کوي. (دی به د څرګند بروالي په لټه کېږي. ژباړن)

دلته بايد يادونه وکړو چې هغه پرتلنه چې يو موجود يې د ځان په ګټه يا تاوان ترسره کوي، په هم مهاله توګه هم د ده له ذهنه او هم د ده له انفعالي pulsion څخه راټوکېږي.

---

**• کانفراميزم Conformism هغه پروسه ده چې سړی هڅه کوي د نورو غوندې شي. سړی د خپلې ټولنې د باورونو، اقدارو او قوانينو په منلو او خپلولو سره ځان د ټولنې د نورو غړو په څېر جوړوي. ژباړن**

په داسې حالت کې هر لامل چې لومړني تـاثرات فعـالوي، لکه د تجربې نیمګړتیا او د ذهن کمزورتیا، سړی دې ته هڅوي چې ځان د ذهن او عمل له نظره له نورو سره پرتله کـړي. دغـه پرتلنه د حقارت د لومړني احساس په تقویه کولو کې اغېزنـاک رول لوبوي.

پــه دې توګــه ویــلای شــو چــې د وګــړي د ســلوک د psychogenesis بنســټ د خونــدیتوب (security) اســاسي اړتیا ده. که چېرې دغه اړتیا پوره نه شي نو د ایګو یا شـعور لـه راټوکیدو سره سم د ناتوانی او وروسته د حقارت احساس راپیدا کېږي.

## ٦. حقارت او د ژوندانه سبک

حقارت د خپل کیفیت د درجې او هغو بیلښتونو (مشتقاتو) پر اساس چې له هغې څخه د تجربې له لارې لاس ته راځي، د سړي د ژوندانه نقشه ټاکي.

په دې چوکاټ کې کولای شو درې اساسي میکانیزمونـه او وروسـته د ژوندانـه درې سـبکونه پـه گوتـه کـړو. دغـه درې میکانیزمونه دا دي:

ـ د طبیعي جبران میکانیزم
ـ د تېښتې او ناکامۍ میکانیزم
ـ د خیالي جبران میکانیزم

**١. طبیعي یا نارمل جبران:** طبیعي جـبران د اسـاسي بیولوژیکي پروسې پر بنسټ ولاړ او د اروایي محورونـو واقعـي ټاکونکی دی. دغه ښکارنده په دې توگه توجیه کولای شو:

د ځان ساتنې غریزه د بدني نیمگړتیا لرونکي دې ته اړ باسي چې ځان له نورو سره سیال کړي.

ادلر د ګڼو بدني نیمګړتیاوو په اړه تر څېړنې وروسته، دې پایلې ته رسېدلی چې په ټولیزه توګه د مرکزي اعصابو سیستم هم له وده ییز او یا سلوکي جبران سره مل وي.

ادلر دا مني چې پر حقارت د غلبې لپاره د مغزو شدید فعالیت او یا «ماغزه ییز جبران» ته اړتیا شته. له دې څخه دا نتیجه راباسي چې نیمګړی غړی په سړي کې یو پراخ اروایي جوړښت رامنځته کوي. په دې توګه د سړي نیمګړی غړی به تر هر وخت زیاته وړتیا وښیي، ان تر هغه هم زیاته چې په خپل خورا تطابقي (conformation) حالت کې یې ښییلای شي.

د ادلر په نظر مثلاً په هاضمه سیستم کې نیمګړتیا، کولای شي خورا لوی ګډ اروایي ظرفیت رامنځته کړي چې ګڼ سیستمونه فعالوي خو په دې مجموعي ظرفیت کې د هاضمې د سیستم د نیمګړتیا اروایي مخبنا پر نورو هغو مقدم دی؛ ځکه چې د جبران د پیل ټکی هماغلته دی. په همدې وجه نورې اروایي غوټې د هغې خوا ته راځکول کېږي. په دې مورد کې به هر شی چې له هاضمې یا له خوړو سره تړاو لري، ځانګړی «ارزښت» یا انعکاس ولري. په داسې کسانو کې د تغذیې غریزه تر هر څه وړاندې ده. په دې توګه به په سړي کې د تغذیې غریزه او یا د هغې پایلې د «خېټپالنې» یا «مالپالنې»

(حرص) په بنه لومړیتوب ولـري او پـه اروايـي زمينـه کـې بـه ممکن د خپل موقف د ساتنې په څېر پايلې ولري.

د جبران ميکانيزمونه د هر غړي لپاره په همـدې بڼـه کـار کوي نو دغه پروسه چې د بېلګې پـه توګـه وړانـدې شـوه، پـه سرې کې د «اروايي محورونو» پر استقرار باندې ختمېږي چـې د يـو يـا څـو «نيمګـړو» غـړو زياتـه تـابع وي. دغـه «اروايـي محورونه» د سړي په اروابوهنـه کـې ځرګنـدېږي او د هغـه پـه خوب او خيال، د کسب او مسلک په انتخاب او په هر څه کې راښکاره کېږي.

نيمګړی غړی منظم تمرينونه کوي او چې پر ستونزو بريالی شو، دغه فعاليت يې له خوند او خوښـې سره جبرانېـږي. ادلـر باور لري چې بدن او اروا له يو بـل سره پـوره تـړلي دي او بېلېدا يې نشته، ان تر دې چې يوه خيالي نيمګړتيا لکـه «چـپ بر لاسي»• يا د سرو وينښتانو لرل هم په جبران لاس پورې کوي، حال دا چې دا کومه واقعي نيمګړتيا نه ده.

---

• عصبي رګونه چې له مغزو راوځي او په ټول بدن کې خپرېږي په يوه ځای کـې سره تېر بېر کېږي يانې د مغزو د چپې نيم کرې رګونه د بدن ښي طرف ته ځـي او د ښې نيم کرې رګونه د بدن چپ طرف ته. په اکثرو انسانانو کـې (۹۵٪) د مغـزو چپه نيم کره برلاسې ده. په همدې وجه اکثر وګړي عمـده کارونـه پـه خپـل ښـي لاس باندې کوي. په ځينو کسانو کې خبره سرچپه وي، د دوی د مغزو ښـې نـيم

اروايي محورونه د سړي د ټولو کړنو په لارښود بدلېږي.

واقعي حقارت د يوه متناسب جبران او د «قطبي کېدو» يا polarization د رامنځته کېدو سبب ګرځي چې د اروازېږيو قانونونو تابع دي. همدارنګه خيالي حقارت او هغه حقارت به چې د نورو د سلوك او عقيدې په اثر رامنځته کېږي، همدارنګ تظاهرات ولري.

خو داسې ښکاري چې ادلر او د هغه پليوني به، څنګه چې لازمه وه، پر دوو اساسي شرطونو ټينګار نه وي کړی. حقارت که واقعي وي که خيالي د دې لپاره چې داسې جبران رامنځته کړي چې انسان د لاښه تطابق پر لاره سيخ کړي نو دغو شرطونو ته اړتيا لري:

لومړی دا چې حقارت بايد «جبرانېدونکی» compensable وي يعنې له ټاکلي بريده نه وي اوښتی. په بله وينا حقارت بايد د هڅوونکي اغزي په بڼه وي؛ نه د واقعي خنډ په بڼه.

---

کره پر چپې هغې برلاسې وي نو د دوی چپ لاس غښتلی وي او اکثر کارونه به په چپ لاس باندې کوي. ځينې مينـدې پلرونه خپل چپ لاسي ماشومان مجبوروي چې مثلاً ليکل په ښي لاس باندې وکړي خو دا کار سم نه دی. دا کومه نيمګړتيا نه ده. د نړۍ ډېرې وتلې څېرې لکه مهاتما ګاندي، چارلي چاپلين، انشتين او د امريکا ځينې ولسمشران لکه کينيدي، مشر بوش او اوباما هم چپ لاسي دي. ژباړن

دویم دا چې سړی د بدن او اروا له پلوه، له هغه څه ورهاخوا چې له حقارت سره نېغ په نېغه رابطه لري، باید داسې سرچینې ولري چې د جبران هلې ځلې سمبال کړای شي.

نارمل جبران له خپلو ټولو پایلو سره ټاکلې بریدونه لري چې دغه بریدونه د حقارت د درجې او د سړي د مقدوراتو تابع دي.

**۲. تېښته او نهیلي:** «له واقعیت څخه تېښته» او د نهیلۍ میکانیزم هله فعالېږي چې نارمل جبران ناشونی وي او یا لاره یې پر مخ تړلې وي. په دې حالت کې سړی ځان ناتوانۍ او ماتې ته سپارې، پر ځان باندې شك كوي، احساس كوي چې انرژي او جرات یې کم دي، همدا دی چې له پرله پسې ماتو سره مخ کېږي. په داسې مواردو کې د ژوندانه طرز له مسوولیت څخه د تېښتې او په ناخبره (لاشعوري) توګه له هر ډول هڅې څخه د ډډه کولو پر بنا ولاړ وي. دغه غمجن تحول کرار کرار د وګړي د خلاقو فعالیتونو حوزه ورتنګوي او هغه داسې دردوونکي حالت ته رسوي چې له رنګ رنګ متقابلو غبرګونونو سره مل وي.

**۳. خيالي يا بيلبنتي (اشتقاقي) جبران:** په ځينو مواردو کې د دې پر ځای چې نهيلي او تېښته پر سړي بره شي، يا خو سړی د خيالي جبران لاره نيسي او يا هغه صفتونه چې په نورو کې شته او په ده کې نشته، حقير او بې ارزښته ګڼي او يا پرته له ځنډه به داسې خوندونو ته مخه کوي چې د يوې مودې لپاره به يې له ذهنه د ستونزو فکر وباسي.

په ټولنه کې اوسېدل، پر سړي باندې متقابل محدوديتونه لګوي، د سړي د لويي غوښتنې بېړنۍ موخې پکې ترلاسه کېږي او سړی له نورو سره همکارۍ او مرستې ته اړ باسي. له بلې خوا دا ډول ژوند د اوسېدو يوازينۍ بڼه ده چې سړی به په کې خوندي وي. په دې توګه د حقارت او ناتوانۍ د دردونو تر ځنګ مرهم هم ايښودل شوی دی او هغه له ټولنيزې ډلې سره په بشپړه توګه پيوستون دی.

د ادلر په نظر له ډلې سره پيوستون يا توحيد په هر روغ بنيادم کې د «ټولنيز ژوند» له غريزې څخه سرچينه اخلي. دا غريزه سړی اړ باسي چې مينه وکړي، نور ومني او له نورو سره مرسته وکړي. کله کله دغه غريزه د physiogenic «بدنزېږي» لاملونو او يا د سړي د لومړنيو تجربو پر اساس يو څه غښتلې وي. هله چې دا غريزه غښتلې وي، سړی اړ باسي چې خپل «خونديتوب» له ټولنې سره په يوځای کېدو کې

وګوري. په داسې شرايطو کې به سړی هر هغه څه په خپله خوښه ومني چې ټولنه يې د اخلاقي الزام او تکلف په ډول له هغه څخه غواړي.

کله چې دا غريزه کمزورې وي، ټولنيز جوړجاړی له ستونزې سره مخ کيږي. دلته سړی د دې لپاره چې هغه تکاليف چې ټولنه ورباندې تحميلوي، ومني؛ ځينو هڅو ته اړتيا لري. که دغه هڅې مخ په کمېدو وي نو ټولنيز ژوند ته تمايل به يې نه پراخيږي، بلکې سړی به له ماتې سره مخ کيږي او حقارت به په کې قوي کيږي.

ټولنيزې ډلې ته ننوتل، که دا ډله لويه وي يا وړه، له ځينو ستونزو سره مل وي. د ادلر د «خونديتوب» مفهوم د دې ستونزو شننه اسانوي.

د دې لپاره چې سړی د ځان په باب ډاډه شي، بايد دا محسوس کړي چې د ډلې (کورنۍ، ټولګۍ، ښوونځی، ټولنيزې، حرفه يي، او سياسي ډلې) له خوا پرته له کوم قيد او شرطه منل شوی دی.

همدومره چې دا محسوس شي چې ډله حقير يا نااجتماعي کس له ځانه شړي او بې ارزښت يې ګڼي، په سړي کې د ناتوانۍ او حقارت احساس غښتلی کيږي. دلته «ناخونديتوب»

شدید وي او په سړي کې له ټولنې سره د پیوستون او د ارزښت مونډنې شدیده اړتیا رامنځته کېږي خو که سړی نارمل وي، په دې حالت کې خپل مسوولیتونه او خپلې دندې په بشپړه توګه مني او د هغوی د سرته رسولو لپاره جوتې هلې ځلې کوي. په دې توګه سړی د خپل اطاعت او هلو ځلو په مرسته ځان په ټولنه مني. نو انسان باید تر یوه بریده د خپلې ټاکلې دندې په ترسره کولو او له همکارۍ څخه په خوند اخیستلو سره دغه بدنې تطابق ترلاسه کړي. له بلې خوا همکاري په یوازې سر د لویېنې د احتیاج د پوره کولو لپاره بس نه وي. په همدې وجه په سړي کې د «مضاعف جبران» او «له واقعیت څخه د تېښتې» غبرګونونه رابرسېره کېږي، دغه غبرګونونه د سړي صفات بې ارزښته کوي. هغه باید دلته د ګټورو هڅو په مرسته د حقارت د ډېرېدونکي احساس پر وړاندې مبارزه وکړي او خپل لومړني موقعیت ته ورستون شي.

نو کولای شو د هغه کس پر وړاندې چې غواړي د محدودو وسایلو په مرسته ځان له ټولنې سره ونښلوي، د ټولنې د غړو د سلوك اهمیت ښه درك کړو. په دې توګه هغه لومړنۍ تجربې چې سړی یې له نورو سره له اړیکو څخه ترلاسه کوي، پرېکندې دي او له دې نظره د روزنې نقش خورا مهم دی. ځکه چې د روزنې ځینې کړنې او ځینې تېروتنې په منظم ډول

ماشوم حقیروي او هغه د ژوند له خونـدونو او د همکـارۍ لـه دندې څخه بـې برخـې کـوي. دا مسـئله کـولای شي چـې د اوږدې مودې لپاره له ټولنې سره د فرد نښلېدل له سـتونزې سره مخ کړي.

په هره توګه روزنه تل ستونزمن کار دی. روزونکي هم د بنـي ادمانو په حیث دا دعوا نه شي کولای چې خپل حقارت يې پـه بشپړه توګه شنډ کړی دی. دا ځکه چې د عمر په اوږدو کې له ټولنې سره همګام کېـدل، یـو تقریبـي کـار دی. نـو دا تصـور کولای شو چې په لویانو کـې هـم لـه ټـولنې سره پیوسـتون پـه بشپړه توګه نه ترسره کیږي.

موږ مخکې ولیدل چې واقعي بروالی تل د نورو له خوا منـل کیږي؛ په داسې حال کې چې مصنوعي بـروالی او د وګـړو تـر منځ کوچني توپیرونه په یو ډول حقیرولو ختمیږي چـې سـترګې وربانـدې نـه شي پټېـدای، دا د نـااجتماعي غبرګونونـو منبـع ګرځي. ماشوم له لویه سره له ټولنې سره مطابقت نه وي موندلی نو که ماشوم له داسې یوه لوی سره مخ شي چې هغـه هـم دغـه مطابقت نه وي حاصل کړی او له دې نظره ماشوم ته ورته وي، نو ماشوم له دې مقایسې څخه حقارت احساسوي خو له خپـل حقارته چندانې سترګې نه پټوي. برعکس څـومره چـې د دغـه

لوی کس بروالی برسېرن وي او د هغـه د شخصـيت پـر واقعـي تعادل او واقعي صفاتو ولاړ نـه وي، نـو هماغـومره بـه د خپـل بروالي کلکه دفاع کوي.*

* په کابل طبي پوهنتون کې زموږ ځينـو اسـتادانو لـه محصـلانو سره ډېـر نـاوړه چلند کاوه. ځینو به یې هېڅکله چا ته پوره نمره نه ورکوله، ویـل بـه یـې: «کـه محصل ته سل نمرې ورکړم نو ځان تـه بـه څـو ورکـوم؟» جالبـه دا ده چـې هغـه استادان چې واقعاً پوه وو، له محصلانو سره به یې سلوك هم ښه و. هغـه اسـتادان به چې د پـوهې پـه لحـاظ لـه محصـلانو چنـدان فـرق نـه درلـود، د اسـتبداد او ډیکتاتورۍ په زور به یې خپل بروالی ثابتاوه. موږ بیا له ځانه د یوه مرض نوم جوړ کړی و، موږ به ویل چې دغـه اسـتادان پـه PDS (personality deficiency syndrome) یا د شخصیت د فقدان په ناروغۍ اخته دي. ژباړن

## د حقارت دوران او پرله پسې والی:

د دغو څرګندونو پر اساس ویلای شو چې روزنه په اسانۍ سره په کشمکش او شخړه اوښتلای شي. په دې کشمکش کې روزونکی د ځان د ډاډه کولو لپاره ماشوم تحقیروي او ماشوم د دې «تحقیرېدو» پر وړاندې غبرګون ښيي. په پایله کې د مشر د نفوذ او هغه ته د درناوۍ انګېزه کمزورې کېږي. د روزنې په داسې چاپېریال کې د ماشوم دفاعي او جبراني غبرګونونه پخپله په اتومات ډول کار کوي او د ماشوم د خوی په بوده او تنسته کې تار ځغلوي. کله چې دغه ماشوم لوی شو نو تر ځان کم عمرو کسانو سره ورته ناقص چلند کوي. دا د سلوك هماغه ډول دی چې د ده په تحقیرولو کې يې لاس درلود خو پخپله دی وربانده نه دی خبر.

ټولنیز ژوند سړي ته د ناتوانۍ او حقارت د احساساتو پر وړاندې تسل ورکولای شي خو په دې شرط چې وګړي یو بل ته لاس ورکړي. داسې تحول د لاسنیوي د موخو بدلول غواړي. مانا دا چې په ټولنه کې باید هر وګړی پخپله خپل ځان د خپلو هم نوعو د توحیدولو مسوول وګڼي؛ نه دا چې د لنډ مهالو موخو لپاره دې سره همکاري وکړي.

د دې ډول چلند لپاره دغو ټکو ته اړتیا شته:

لومړی: سړی دې د بل له موزون او تطبیقي فعالیت څخه هماغه خوند واخلي؛ لکه له خپل فعالیته چې یې اخلي.

دویم: سړی دې د نورو د بریو او ناکامیو په مسوولیت کې ځان شریك وګڼي.

دریم: سړی باید دا ومني چې د ده په بریو او ناکامیو کې نور کسان هم شریك دي. مانا دا چې سړی یوازې پخپله د خپلو تېروتنو مسوول نه دی او د ده کامیابۍ هم ټوله یوازې په ده پورې اړه نه لري. په دې توګه سړی دا دنده لري چې له نورو مرسته وغواړي او یا د بل مرسته ومني. همدارنګه دی وظیفه لري چې له خپل وس سره سم له نورو سره مرسته وکړي.

څلورم: سړی باید دا ومني چې د خدمتونو تبادله باید په ټولو برخو کې دوام ولري، دغه خدمتونه یو د بل تابع دي او باید د هېچا په زیان نه وي.

خو په دې کې هم شك نشته چې له بده مرغه دغه هیله په اروایي او بیولوژیکي لحاظ په ټولو وګړو کې یو شان نه ده. دغه نابرابري له پیله تناسب له منځه وړي او د خدمتونو د تبادلې شونتیا کموي او بې لارې کوي یې. د دې لپاره چې توله برابره شي، ځینې کسان باید د اوږدې مودې لپاره نورو ته څه ورکړي، پرته له دې چې څه ورنه واخلي. هغه چې څه ترلاسه

کوي، باید بې له ځنډه ځان ژمن وګڼي او باید د تر لاسه شوي څه په اندازه، په تولید او تعاون لاس پورې کړي.

ځینې وخت هغه کسان چې یو څه لري او د ټولو انسانانو په څېر له «ناخوندیتوب» څخه ځورېږي، هڅه کوي چې د خپلو شتو په خپلولو او له خپلو حقونو څخه په ګټې اخیستنې سره ځان خوندي او ډاډه کړي. خو هغه کسان چې تر دوی خوار او حقیر دي، غواړي داسې څه ترلاسه کړي چې خپل حقارت ورباندې کم کړي. د دغو هڅو پایله مبارزه ده. هغوی چې ښه ژوند لري، هله مرسته کوي چې د هغوی بروالی او مشرتوب ومنل شي. خواران د هغې مرستې په تناسب چې له شتمنو څخه یې ترلاسه کوي، د هغوی بروالی مني.

په دې توګه غښتلي کسان د هغه وېرې په وجه چې له کمزوري کېدو څخه یې لري، له نورو سره په پوره ډول مرسته نه کوي او هغه کمزوري کسان چې ګومان کوي هېڅکله یې هغسې چې ښایي «ارزښت» نه دی موندلی، د sublimation په لټه کې وي؛ ځکه چې دوی له خپل حقارته ډېر ځورېږي او د نورو بروالی بې له شرطه مني. د دواړو د چلند په پایله کې په یوه ټاکلي چوکاټ کې یو ډول تطابق رامنځته کېږي چې

بریدونه به یې د همدغو غښتلو او کمـزورو کسـانو د چلنـد د ځانګړتیاوو له خوا ټاکل کېږي.

د روزنې په برخه کې دغه نسبي تطابق د انفعالي تبادلاتو په بڼه څرګندېږي. غښتلي یعنې مور او پلار له خپلو اولادونـو سره مینې لري او دا مني چې د خپل وس په اندازه به له هغـوی سره هر ډول مرسته وکړي او خپل سر او مال تر اولاد ځار کړي خو د دې قربانۍ په بدل کې له اولاد څخه غواړي چې د اطاعـت، لېوالتیا، قدروونۍ او یا پرمختګ په بڼـه د دوی حـق ادا کـړي. ماشوم په خپل وار سره د غښتلو (مور او پـلار) لـه خـوا جـوړ شوی قانون، په اسانۍ سره مني؛ ځکه چـې دغـه اطاعـت لـه هغه سره د مور او پلار د مینې ضمانت کوي خـو لـه بـل پلـوه ماشوم دغه مینه په خاصه توګه هله محسوسوي چـې هغـه تـه امتیاز ورکړل شي او ځان ورته «ارزښتمن» ښکاره شي.

مور او پلار وایي: «خبره ومنه او پرمختګ وکړه چـې مینـه درسره وکړو.» ماشوم وایي: «تسلیم شه، بخښـنه وکـړه او ومـې ستایه چې ستا مینه محسوس کړم.» د دغه دوه اړخیز مقاومت حاصل داسې جوړ جاړی دی چې په هغه کې به مور او پلار تر هغې چې ماشوم یې خبره مني او پرمختګ کوي، هغه ته امتیاز ورکوي، هغه بخښي او په ارزښـت ورتـه قـایلېږي. پـه داسـې

شرایطو کې ماشوم د مور او پلار خبره مني او څومره چې ورسره بې عوضه مینه وشي، هماغومره به په لېوالتیا سره هڅه کوي.

البته په بېلو مواردو کې د دغو چلندونو د اندازې ټاکل دومره نازك او مشکل کار دی چې داسې خلك به په ډېر ندرت سره ومومو چې په کړنو کې یې هیڅ ډول بې نظمي نه وي او روزنه یې له هره پلوه کامله او کامیابه وي.

نو د ډېرو خلکو لپاره له ټولنې سره د پیوستون لاره له اغزو ډکه ده. که چېرې دغه پیوستون په تقریبي ډول تر سره شي نو پایله به یې یوازې نسبي خوندیتوب وي. دغه حالت چې د هڅو، تمو او پرمختګونو په وجه رامنځته کېږي، باید همداسې وساتل شي. کله چې سړی ځان له بل سره پرتله کوي او حقارت ورته پیدا کېږي، باید له دې حالته ګام وړاندې کېږدي او لا پرمخ ولاړ شي. ټولنیز ژوند هم سړی اړ باسي چې تل ځان داده کړي. څنګه چې سړی په دې لاره کې هر وخت نه کامیابېږي؛ یعنې سړی نه شي کولای چې ځان ته نوي عیني صفتونه جوړ کړي نو د هغه په ژوند کې به د حقارت بېلښتونه لږ لږ راپیدا کېږي. ممکن دغه بېلښتونه د وګړي د خوی د یوه صفت په توګه رابرسېره شي او ډېر اهمیت ونه لري خو کله کله د سلوك د یوه واقعي اختلال (ګډوډي) بڼه خپلوي.

## ۷. ځان ارزونه auto estimation
## یا خپل ارزښت پخپله ټاکل

مخکې تر دې چې د دغو چلنـدونو ډولونـه وڅېـړو؛ بايـد وپوهېږو چې انسان د خپل ارزښت له درك کولو پرته، ژوند نـه شي کولای.* هر څوك پخپله خپل ارزښت ټاکي. د ادلر په نظر د دې کار موخه دا ده چې سړی ځان بر وګڼي او له حقارت څخه وتېښتي. په بله وينا بني ادم د خپل ارزښت له تصور سره ژونـد کوي او تل داسې چلند کوي چې خپل ارزښت لـه هـر تاوانـه خوندي وساتي. انسان هر وخت چې ممکـن وي، پـه مختلفـو ډولونو خپل ارزښت ښيي او له حقيرو موقعيتونو څخـه پـه ډډه

* د يوه اردو ژبي ليکوال د سفرنامې په سريزه کې ليکل شوي وو: «کله چې سړي ته معلومېږي چې نور نو ارزښت نه لري، يا سفر کوي يا ځان وژني. دواړه کارونه يو خېل دي خو فرق يې په دې کې دی چې پس لـه ځـانوژنې سـړی سـفرنامه نـه ليکي.» ګومان کوم چې له دندې څخه استعفا به هم همدا وجه ولـري. کـه سـړی ځان ته په ډېر ارزښت قايل وي خو په خپل مقام کې يـې داسـې کارونـه نـه وي کړي چې خپل ارزښت ورياندې ثابـت کـړي نـو دا بـه غـوره ګڼـي چـې اسـتعفا ورکړي. البته استعفا د ريښتيا ويلو په څېر مېړانه غواړي، هـر څـوك يـې نـه شي کولای. ژباړن

کولو سره خپل ارزښت لا پیاوړی کوي. دغه تمایل له نورو سره د مرستې او د ګټورو کړنو پر ضد دی او که لــه مــاتې سره مــخ شي ـ چې غالباً همداسې کېږي ـ سړی له کاره لوېږي.

خو دغه ځان ارزونه ډېر نوسانونه لري چې ســړی د هغـوی مخه نه شي نیولای. د دې نوسان لاملونه دا دي:

۱. فیزیولوژیك لاملونه لکه سټریا، هیجان، هغـه نـاروغۍ چې سړی اړ باسي چې په خپلـو محـدودیتونو خـبر شي او پـه پایله کې د ناخوندیتوب په سیند کې لاهو شي.

۲. اقتصادي لاملونه لکه فقر، مفلسي او بې کاري.

۳. ټولنیز لاملونه لکه ټولنیز موقعیـت، کســب او دنــده، د لږکیو مسئله او نور.

۴. هغه لاملونه چې د اوضاع له نوي کیدو سره تړاو لــري، لکه بل محیط ته ورتلل، نوي مسوولیتونه، لــه ســړي څخــه د مشرانو ډېره تمه او نور.

۵. د شخصي او مستقیمو تجربو لاملونه، لکه پـه فکــري، انفعالي او حرفه یي برخو کې ماتې او بري.

که دغه لاملونه مثبت خوا ته تغییر وکړي نــو ســړی خپــل ارزښت پورته ګڼي او که منفي خوا تــه وخــوځېږي نــو د ســړي ارزښت هم ورسره ټیټېږي.

بني ادم د لاملونو دغه تغییر ته د هغـو گڼـو غبرگونونـو پـه مرسته ځواب وايي چې د ارزښت د لوړولو (که ټيټ شوی وي) او يا د خپل ارزښت ساتنې تـه (کـه چېـرې لـوړ شـوی وي) ځانگړي شوي دي.

## ۸. د غبرګونونو ډلبندي

### I .مختلف غبرگونونه

کله چې د سړي ارزښت چې پخپله یې ځان ته ټاکلی دی، ټیټېږي، یو لړ غبرگونونه رامنځته کېږي. د دې ډول غبرگونونو مطالعه تر نورو هغو جالبه ده. ډولونه یې دا دي:

### ۱. د ناسازه سلوك سمونه

کله چې سړی په خپلو ماتو او محدودیتونو خبرېږي نو د دې لپاره چې د خپل کار حاصل زیات کړي او یا د ځان د حقیر گڼلو لامل له منځه یوسي، له داسې وسایلو کار اخلي چې د معمولو اخلاقو په لحاظ منل شوي دي، لکه لا ډېره هڅه، سلا و مشوره، همکاري او نور. د دې ډول چلند مانا دا ده چې سړی خپل مسوولیت مني، د ستونزې ریښه په خپل ځان کېویني او د ستونزې حل ورته په خپله هڅه کې ښکاري. دا یو سم غبرگون دی او د پوخوالي او تعادل نخښه ده خو بیا هم ممکن د شنني او تجزیې په ترخ کې څرگنده شي چې دا ډول چلند سطحي دی. یعنې دلته سړی د فرعي مسألو

پر سمولو او یا له هغې سره پر مبارزې تکیه کـوي او د مسـألې بېخ ته (د حقارت درك کول) له رسېدو ډډه کوي.

**۲. په نورو هدفونو پسې تلل:**

کله چې سړی نه شي کولای خپل ارزښت چې پخپلـه یـې ځان ته ټاکلی دی، وساتي؛ کېدای شي خپله لاره بدله کـړي او هغه لاره غوره کړي چې د ځان پر وړاندې کوم خنـډ پکـې نـه ویني. په دې توګه ځومره چې پخوا له حقـارت ځخـه کړېـدلی وي، هماغومره هڅه کوي چې په دې نـوې لاره کـې ځـان بـر وښیي.

که څه هم دا ډول مخ اړول یـو لـوی ټـولنیز یـا شخصـیتي characterial ارزښت زېږوي خـو د دې غبرګونونـو ګنـوالی د حقارت ډېروالی ښیي. مانا دا چې که سړی له یـوې ډېـرې وړې ستونزې سره هم مخ شي نو د ماتې له وېرې به له هڅـې ځخـه مخ اړوي. یو کار به پرېـږدي، بـل بـه پیلـوي او زرګونـو نـورو مسایلو ته به مخه کوي. نو یو کار به هم سر تـه نـه رسـوي او ځان به هم له دې ځخه معاف کړي چې پر خپلې ناتوانۍ خبر شي. دا چلند ممکن د یوې واقعي ناتوانۍ نښه وي او یا د هغـه ارزښت لوړوالی وښیي چې سړی یې خپل ځان ته ټاکي.

### ۳. د سملاسي کاميابيو پر اساس جبرانول:

داسې بريښي چې ځينې وګړي به دا ډول غبرګون ته وار لـه مخې چمتو وي. دا وګړي اکثراً هغه کسان دي چې پـه ټولنـو کې د ژوندکولو احساس په کـې کمـزوری دی او يـا د هغـوی ارواييي وده هسې نه ده چې له خپل ماشوموزمه چلند څخه دې لرې شوي وي او يـا پـه mental debility (عقـلي کمـزوري) اخته دي. له بل پلوه د روزنې ځينې ستونزې او ترخـې تجربـې په اسانۍ سره سړی دې ډول غبرګون ته هڅوي.

څومره چې سړی د نورو د غبرګون او د خپلو ماتو په وجه د شرم احساس کوي، هماغومره زياتره اړتيـا محسوسـوي چـې د خپل ارزښت کچه لوړه بوځي خو له بلې خوا دغه ارزښت ټيټ دی نو دی د خپل چلند د سموونې لپاره ځان لا نالايقه ګڼي.

دغه د انرژۍ نيمګړې خوځونـه او ورسره نهـيلي او پـه شـا تګ، سړی مجبوروي چې په بېړنيو بريو پسې ورشي. دغه بېړنې بري د غوسې د تشولو (زياړې، غوسه، ناوړه چلند، وهل) او يـا د تسل ورکوونکي خوند لټونې په بڼه څرګندېدای شي.

تسل ورکوونکو خوندونو ته پناه وړل به دغه کړنې او پـايلې ولري:

الف- له دردوونکي واقعیت سره د سړي د مخامخېدو مخـه نیسي.

ب- په سړي کې یو ډول د توانایۍ احساس پیدا کېږي.

ج- برې غالباً په داسې تحریـک ختمېـږي چـې د سـړي د «ځان ارزونې» کچه لوړوي.

د- بري موندنه، ممکن د غچ اخیستنې له احسـاس سره او د ناکرارۍ له منځتـه راتلـو سره ملـه شي، پـه دې توګـه بـه د غوسې تشوونې او د خوند موندنې لپاره په شاتګ سره ونغاړي.

په لویانو کې د الکولو څښـل، د مخـدره توکـو اسـتعمال، جنسي خوند او بالاخره اکثره لوبې، تفریح او هیجان غالباً هغه غبرګونونه دي چې د «ځان ارزونې» د کچـې پـه راټیټېـدو سره رامنځته کېږي. په دې حالت کې ماشومان په خبټپالنې، غلا، تفریح او استمنا لاس پورې کوي.

مخصوصاً الکول او مخدره مواد ځکـه خطرنـاك دي چـې سړی د یو څو روپو په لګولو ځان تـه جـبراني شـور او هیجـان جوړوي او دردوونکي واقعیتونه هېروي.

دغه ډول جـبراني کړنـې چـې سـړي تـه د ټـولنې لـه خـوا برابرېږي، د هغه پر راتلونکي تعادل ناوړې اغېـزې کـوي. هغـه کس چې دا ډول جبران ته غاړه ږدي، تېروتنه کـوي او پخپلـه دغه کار او یا د هغه پایله په سړي کې حقارت لا پسې ټینګوي

او د جبران اړتیا پکې لا زیاتوي. بالاخره «خبیثه کړۍ» رامنځته کېږي چې اغلباً د مخدره توکو د کاروونې په وجه او د بېلابېلو تدریجي راپرځېدلو په وجه لېونتوب (جنون) رامنځته کېږي.

البته ټولې هغه چارې چې د جبران په موخه ترسره کېږي، شدیدې نه وي یعنې تل داسې نه کېږي چې سړی دې د ماتې په وجه غریزو ته پناه یوسي.

کله چې سړی نهیلی شي نو یا خو خپله لاره بدلوي او د ځان لپاره په نورو کې اعتماد، علاقه او ارزښت رامنځته کوي. او یا تر ځان کمزورو او د محیط له وګړو سره استبدادي چلند کوي.

هغه څوك چې حقارت لري، د دې لپاره چې د نورو پام او ستاینه ځان ته راواړوي او یا د دې لپاره چې پر نورو خپل تسلط وتپي نو غالباً یا واقعیت بل خېل ښیي یا د واقعیت په باب اغراق کوي او یا یې پټوي.

**۴. خیالي جبران:**

کېدای شي جبران کاملاً د خیال پلو بڼه ولري. په دې حالت کې سړی د خوب و خیال دنیا ته پناه وړي او ځان ته د مضاعف جبران په برخه کې رول ورکوي. د جالبو شیانو

لوستل، د نندارو او ښکلاوو نړۍ او یا هغو چارو ته پناه وړل چې تولیدي ارزښت نه لري، د خیالي جبرانونو حکم لري. د کلکسیونونو راټولول او په تجمل پسې ګرځېدل، هغه چارې دي چې تولیدي ارزښت نه لري. دا ډول جبران هله د اندیښنې سبب ګرځي چې د ژوند له واقعیت سره د سړي په تطابق کې خنډ رامنځته کړي. دا هغه وخت دی چې سړی خپل سلوك ته د تېروتنې په سترګه ګوري، په نتیجه کې حقارت پکې لا زیاتېږي او ورسره د جبران اړتیا هم د زیاتېدو لاره نیسي.

که چېرې د دغه سړي فکري نظام ګډوډ وي نو د خیالبافۍ جبران کېدای شي په هغه کې د «خیالبافۍ لېونتوب» او صحنه جوړوونه رامنځته کړي.

**۵. د تمې زیاتېدنه**

دا ډول غبرګون په هغو کسانو کې څرګندېږي چې په کورنۍ کې تل نازولي وي او نورو ورته ډېر پام کړی وي. څنګه چې دغو کسانو هېڅ کله پخپله څه نه وي رامنځته کړي او په دې روږدي وي چې تل له تیارو نعمتونو خوند واخلي نو یوازې هله ځان ورته ارزښتمن ښکاري چې نور خلك ورسره مینه وکړي یا دا چې نور ورته غاړه کېږدي. دلته سړی له دغې مینې او پاملرنې سره له حده زیاته لېوالتیا ښیي، تر هغې وروسته که ډېره لږه نا پامي هم ورته وشي، دوی د خپل ارزښت کچه ټیټه

انګېري او د ارزښت موندنې شدیده اړتیا پکې راپیدا کېږي. د دې وضعې پایله، تمه، بدګوماني او نازك طبیعتـي ده چـې کلـه کله د «نیوروز neurosis» په ناروغۍ بدلېږي.

**۶. جبراني بد ویل**

د دې لپاره چې سړی خپله د ځان ارزونې کچه لوړه کړي، کولای شي چې نور بې ارزښته کړي. په دې توګه بـه پـر خپـل بروالي او لویوالي د سړي باور لا ټینګ شي.

**۷. د رنځ د احساس نوي کول (تجدید)**

که سړی ونه کړای شي د یوه حقیر موقعیت په وجه ورپیـدا شوی هیجان له منځه یـوسي او مجبـور وي چـې بـدمرغۍ او نامهربانۍ وزغمي، خصوصاً کلـه چـې دی د خپـل ارزښـت د لوړولو لپاره بله هېڅ وسیله نه لري نو دغه هیجان بـه پـه پرلـه پسې توګه بیا بیا احساسوي. دغه حالت په سړي کې لـه نـورو سره د دښمنۍ غبرګون راپاروي.

**۸. په حقارت کې مینه او خواخوږي**

کله چې سړی د خپل ارزښت له کموالي څخه ځورېږي نـو هڅه کوي، له داسې کسانو سره ناسته ولاړه وکړي چې د ده په څېر د حقارت له هماغه ډوله ځورېږي. غالباً لیدل کېږي چـې داسې ډلې منځ ته راځي چې غړي یې پـه بـد مرغـۍ، مـاتې،

مجازات او یا په جبرانوونکي «پر شا تګ» regression کې سره شریك او هم احساسه دي. د دغو ډلو په منځته راتګ او ټینګښت کې د متقابل پېژندګلوي یا identification میکانیزم نغښتی دی. په پایله کې د دغو ډلو هر یو غړی خپله ډله تسکینوي. څنګه چې سړی ځان په یوې ډلې پورې تړلی ګڼي نو خپلې پرېشانۍ ته د یو ډول طبقاتي یا ډله ییز اختلاف رنګ ورکوي، په دې توګه تر یوه بریده خپل خوندیتوب تامینوي. د دغو وګړو له خولو څخه غالباً دغه خبرې اورېدل کېږي:

«که شتمن وای... که ژبی وای... که نازولی زوی وای...، که زندان ته نه وای تللی...، که مې بل نوم لرلای ... نو له دغې پېښې سره به نه مخ کېدم.»

هغه وګړي چې د ارزښت د کموالي په لحاظ له یو بل سره ورته دي، همدا چې ځان ته ورته کسان ویني د خپل ژوند ناوړه شرایط ورته لا خراب ښکاري خو د هغوی په ډله کې په ګډېدو سره ځان تسکینوي او له هغوی سره خواخوږي او مرسته کوي.

### ۹. له ټولنې څخه تېښته

ماتې او خوارۍ په اسانۍ سره د سړي د معاشرت کړۍ تنګولای شي. سړی له دې وېرې چې بیا به هماغه رنځ

احساس کړي، خپل نقش پرېږدي، خپله وظيفه خوشې کوي، د وظيفو له منلو څخه تېښته کوي او لــه نــورو سره لــه رابطــې څخه مخ اړوي. که چېرې دغه حالت شــديد وي کېــداى شي چې سړى له ټولو څخه وتښتي او لــه هــر ډول عــاطفي اړيــکي څخه ډډه وکړي. نــاروغى تــه پنــاه وړل، د نــاروغۍ د علايمــو تشديدول او د ښه والي د نخښو بې ارزښته ګڼل، له نورو سره له اړيکي څخه يو ډول تېښته بلل کېږي. ځکه چې ناروغي ســړى له کاره معافوي، دندې او مسووليتونه يــې لــه منځــه وړي او د دې سبب ګرځي چې نور يې درناوى وکړي او خيال يې وساتي.

**۱۰. لاشعوري اعتراض**

کله کله ځيني خلك د خپل سلوك په مرسته د هغــه نقــش له منلو څخه سرغړوي چې ژوند يا د نورو ارادې ورباندې تــپلى دى. دغــه نقــش ورتــه کــوچنى او محــدود ښــکاريږي. دغــه اعتراض کېداى شي په شعوري توګه د منظم چار چلند پــه بڼــه تر سره شي او موخه يې د تپل شوي نقش خنــګ تــه وهــل او د خپلې خوښې نقش ترلاسه کول وي.

خو که د سړي نقش د خوشى کولو نــه وي او يــا يــې ردول ورته غيراخلاقي وبرېښي او که د ده د خوښې نقــش د عقــل او

عمومي اخلاقو له نظره نامناسب وي نو د دې نقش پر وړانـدې اعتراض په لاشعوري ډول څرګندېږي.

داسې اعتراض به دوه ډولـه مـرضي نخښـې ولـري: ځینـې نخښې د سړي له خبرتیـا پرتـه پـه هغـه کـې د تقلیـد حالـت رامنځته کوي. دی هغه نقش تقلیدوي چـې د لرلـو هیلـه یـې لري. ځینې نورې نخښې چې په اول سر کې چندانې جوتې نه وي، بیا د ناغېړۍ (کارشکني) حالت رامنځتـه کـوي. پـه دې حالت کې سړی له خپل تپل شوي نقش سره ناغېړي کوي.

د مرضي نخښو دغه دواړې ډلې سره یوځـای وي خـو کلـه کله یـوه ډلـه پـه ښـکاره ډول قـوي وي. د معمولـو لاشـعوري اعتراضونو دغه ډولونه د پام وړ دي:

**الف- په جنسي چارو پورې تړلي اعتراضونه:** مثلاً په نجونو او ښځو کې د خپلو جنسي شرایطو د منلو پر وړاندې اعـتراض او په نارینتوب حالت باندې تظـاهر. د دې اعـتراض پایلـه بـه دا کېږي چې دغه ښځې او نجـونې بـه زیـاتره ښـځینه چلندونـه پرېږدي او په خپـل سـلوك کـې د نـارینوو ذوق کـاروي. د دې اعتراض نښانې د ښځو او نجونو پـه لوبـو، د خـبرې کولـو پـه طرز، د جامې اغوسـتلو پـه طـرز، د شـغل پـه غـوراوي او پـه جنسي نقش کې څرګندېږي.

**ب- په عمر پورې تړلي اعتراضونه:** مثلاً ځینې ژبې احساسوي چې له لویانو سره د ورته کېدو اړتیا لري (په کالیو، چار چلند، د خبرې کولو په طرز او د لویانو د خبرو په نه منلو کې) ځینې مشران بیا د زړبودن د نښانو له منلو ډډه کوي او نه غواړي چې خپل چار چلند له خپل عمر سره سم کړي.

**ج- په ټولنیزو شرایطو، طبقاتي او په لږکیو او نژادي مسایلو پورې اړوند اعتراضونه:** په دې ډول اعتراضونو کې سړی د داسې نښانو په لټه کې وي چې د هغوی په مرسته ځان په بلې ډلې یا بل چاپېریال پورې متعلق وښیي. دغه نښانې په کالي اغوستلو، خبرې کولو، ذوق او سلیقې، ټولنیزو اړیکو او نورو شیانو کې څرګندېږي. له بلې خوا سړی په دې حالت کې هڅه کوي، له خپل لومړني محیط څخه بیخي ځان ګوښې کړي او هغه ټولې نخښې چې ممکن د ده تېر محیط ور په یاد کړي، له منځه یوسي.*

---

*** زموږ ځینې هزاره وطنوالو چې یو څه موده یې په ایران کې تېره کړې ده، اوس یې خپله شیرینه هزاره ګي لهجه پرې ایښې ده. د دوی کالي، فېشن، خبرې اترې او هرڅه ایراني شوي دي. دا ځکه چې دوی ځان حقیر او ایرانیان بر ګڼي خو کله چې سړی هزاره ګي سندرې اوري، نو پوهېږي چې د دوی خپله لهجه څومره خوږه ده. همدارنګه هغه سپین ږیري چې سر او ږیره توروي د خپل عمر پر وړاندې اعتراض کوي. ژباړن**

**د- هغه اعتراضونه چې په فکري کارونو او کسب پورې تړلي دي:** په دې حالت کې سړی لږ و ډېر په لاشعوري ډول د یوه فکري یا کسبي کارګر د نقش ځینې ځانګړنې خپلوي. مثلاً نرس به ممکن د ډاکتر نقش ولوبوي، یو مستخدم د رییس رول تمثیل کړي او یو معمولي سرتېرى ممکن ځان د یوه لوی قوماندان په شان هیبتناك وښیي. په ټولیز ډول دا د هر هغه چا حالت دی چې خپله پښه له خپل ټغره غځوي او د خپلو امکاناتو تر دایرې د پورته نقش پېښې کوي. په خپه کوونکي شغل کې ناغېړي او د هغه د نه منلو لپاره پلمې جوړول، پخپله یو ډول اعتراض ګڼل کېږي. په همدې توګه هغه څوك چې غواړي تر خپل کار په یوه بل مهم او لوړ کار کې ګوتې ووهي او د هغه په باب خپل نظر څرګند کړي، د دې اعتراض ښکارندویي کوي. لکه د مطبعې کارګر چې د یوه لیکوال سبك ورسموي.

هر څوك کولای شي تر خپل نقش پورته نقش ومومي او یا له داسې کس سره مخ شي چې تر خپل اصلي نقش پورته نقش لوبوي. د لاشعوري اعتراض دغه رنګ رنګ ډولونه د فکري چارو په ټولو لړیو او د شغل په ټولو درجو کې او غالباً په ارزښتمنو خلکو کې تر سترګو کېږي.

**هـ- د محدودیتونو او مسوولیتونو پر وړاندې اعتراض:** وګړي له داسې مسوولیتونو او دندو سره ژوند کوي چې ظاهراً یې منلي دي او د هغوی په اړه له بحث څخه ډډه کوي خو بیا هم د هغوی په ځینو کړنو کې څرګندېږي چې پر ځان د تپل شویو محدودیتونو پر مسئلې سترګې نه شي پټولای. مثلاً د کورنیو یا حرفه یې مسوولیتونو او یا د احساسي ازادۍ او یا جنسي- ازادۍ په برخه کې.

په پای کې تر ټولو وروستی غبرګون چې کولای شو د ځان ارزونې د کچې د ساتلو او تثبیتولو په وسایلو کې یې وشمېرو، «ځان وژنه» ده.

ادلر داسې ګڼي چې ځان وژنه له دریو توکو رغېدلې ده:

۱- ځان ته د نورو پام راجلبول، لانجه جوړل، ځان مېړنی ښودل، شکایت کول.

۲- پښېمانۍ ته د نورو یا حتی د ټولنې هڅول.

۳- له ستونزو څخه تېښته.

کولای شو چې پر دغو دریو توکو څلورم دا هم ورزیات کړو او هغه په یو مخیز ډول پر خپل ارزښت باندې شک کول دي. سړی تر دې چې له داسې حقارت سره ژوند وکړي، دا غوره ګڼي چې له ژونده لاس ومینځي. یعنې سړی غواړي، له

ځان وژني سره خپل ارزښت تر هغه څه پورته وښيي چې د ژوند کيفياتو ورته ټاکلي دی. دی د ژوند هغه شرايط نه مني چې د ځان ارزوونې له مطلوبې کچې سره يې سمون نه لري. ځان وژني او په دې توګه يې واقعي شخصيت خوندي پاتې کېږي.

دلته بايد يادونه وکړم چې په هغو کسانو کې چې په شديدو اروايي ناروغيو اخته دي، ځان وژنه له بل ميکانيزمه سرچينه اخلي. مثلاً ناروغ له داسې حالاتو څخه تېښتي چې له يوه «دروني حس» Cenesthesia څخه راټوکيدلي دي.

## II. د ځان ارزوونې د کچې بې ثباتي

هغه ټکی چې د څلورم توکي په نامه ياد شو، د ادلر په ارواپوهنه کې مهم ځای لري. دا ځکه چې د ځان ارزوونې اخري موخه د لومړني حقارت، د احساساتو او د ژوند په اوږدو کې د حقيروونکو يا لوړوونکو حوادثو تابع ده. همدارنګه د هغو وړتياوو او نه وړتياوو تابع هم ده چې د ودې په بهير کې په سرې کې رامنځته کېږي. په بله وينا دغه اخري موخه د درجې او شکل په لحاظ بدلېږي او د ژوند په ډېرو لږو پېرونو کې نسبتاً ثابت پاتېږي. دغه اخري موخه چې په ماشومانو کې په egocentric* او لنډ نظري (کوته بينانه) ډول وي، لږ لږ

---

* **egocentrism معمولاً په ماشومانو کې ليدل کېږي او داسې حالت دی چې ماشوم ګومان کوي ټول خلک د ده په شان فکر کوي. که دی وږی وي، ګومان**

پراختيا مومي او په ژېيتوب کې مطلقه بڼه خپلوي. وروسته د ځوانی، ودې او بشپړېدو په پېر کې نسبي بڼه غوره کوي. بالاخره په زړبودن کې يعنې هغه مهال چې په سړي کې بې پروايي او سر پسې نه گرځول پيدا کېږي، مخ پر ځوړ روانېږي.

نو انسان تل د خپل عمر او تجربو پر بنا هغه غوښتنې او تمې چې له ځانه يې لري، له نورو يې نه لري.

د ځان ارزوونې د کچې نوسانونه په واقعيت کې د دې اخري موخې تابع دي او پخپله دغه موخه په خپل وار سره د سړي د اروايي ودې او د هغه د تجربو د سالم نظام تابع ده.

اوس کولای شو چې د ځان ارزوونې بې ثباتي تعريف کړو:

کله چې سړی په خپله ځان ارزوونه کې له داسې واقعيتونو سره مخ شي چې خپل ارزښت يې نوساني کړي او دی ونه شي

---

کوي چې ته به هم وړی يې. که ده چېرته خواږه ليدلي وي، گومان کوي ټولو خلکو به ليدلي وي. ماشوم په دې حالت کې اصلاً دا تصور نه شي کولای چې نور خلك به نورې مفکورې او نور باورونه ولري. دی د بل ماشوم توپ اخلي او فکر کوي بل ماشوم به هم توپ ته په همدې نظر گوري، داسې فکر نه کوي چې هغه به خپه شي. دغه ماشومان کله کله ځان تر کمپلې لاندې پټوي، هغوی چې پخپله نور نه ويني، نو گومان کوي چې نور به هم دوی نه شي ليدلای.

هغه خلك چې په ايډيالوژيو ولاړ دي، په دې لحاظ ماشومانو ته ورته دي، دوی هم فکر کوي چې خپله مفکوره يې سمه ده او ټول خلك بايد د ده غوندې وي. ژباړن

کړای دغه نوسان د بهترې همکـارۍ یـا د سـالمو جبرانونـو پـه مرسته له منځه یوسي نو د ارزښت بې ثبـاتي پـه کـې رامنځتـه کېږي. کله چې دغه بې ثباتي تر حد زیاته شي نو بیا پـه سـړي کې د نیوروز مـرضي کړنـې د غـیر واقعـي جبرانونـو او خیـالي برلاسي غوښتنې په بڼه راپیدا کېږي. دغه غبرگونونـه چـې لـه اخلاقـو او واقعیـت سره مطابقـت نـه لـري، د سـړي د ځـان ارزوونې کچـه لا ټیټـوي او د خپلـو کړنـو پـه لومـه کـې یـې راگیروي.

نیوروز هله راڅرگندېږي چې دغه غبرگونونه چـې د سـړي له کنټروله وتلي دي، د هغه د ژوندانه په کړنلارې بدلېږي او د وسواس او پارونې (impulsion) بڼه غوره کوي.

### III. په اروایي ناروغانو کې د حقارت میکانیزمونه

د وگړو د چار چلند د گډوډیو میکانیزم باید په حقیرولـو او د هغه په بېلبېلتونو کې ولټوو.

### نیوروز او سایکوز Neurosis and Psychosis

په نیوروز اخته کسانو کې د سلوك گډودي هغومره زیاته نه ده چې د دوی ټول اروایي نظـام ویجـاړ کـړي؛ ځکـه چـې پـه هغوی کې فکر او تعقل لا د نظم په راوستلو باندې کار کـوي. په دې مانا چې دوی د خپل سلوك په گـډوډۍ خـبر وي او هـم

په خپلو هغو ناکامو هڅو خبر وي چې د ګډوډیو د ختمولو په موخه يې تر سره کوي. په نېوروز اخته کس پوهېږي چې نورمال نه دی. هغه له دې څورېږي چې د تنظیم regulation د امکاناتو او د ده د غریزي انفعالاتو تر منځ تعادل نشته. عالي کړنې (عقلاني هڅې) نه شي کولای چې د ده اړتیاوې له ټولنیز واقعیت سره برابرې کړي خو په هر حال د یوه کتونکي په توګه د ده سلوك څاري.

خو په لا ژورو اروایي ناروغیو یعنې په سایکوزونو کې، ګډوډي او اختلال عمومیت مومي او د وګړي پر ټولو اروایي سازمانونو وزر غوړوي. په دې حالت کې ناروغ نه شي کولای چې د خپل سلوك بې نظمۍ وپېژني او یا اقلاً په خپل ذهن کې يې ضبط کړي. دلته کېدای شي چې د ضبطولو توان چې د تنظیمولو اخري بڼه ده، د انفعالاتو تر منځ د شدید وحدت په اثر ماتې وخوري او یا کېدای شي دغه کړنې د لومړنیو بدن زېږیو عواملو په وجه هومره ضعیفې شوې وي چې سړی نور پر ځان باندې د نیوکې توان له لاسه ورکړی وي.

په لومړي صورت کې یعنې که چېرې وګړی و نه شي کړای د خپل سلوك څرنګوالی په خپل اروایي سازمان کې ضبط کړي، د هغه له عقل څخه لاره ورکېږي. بیخي هماغسې لکه

په تېز توپان کې چې قطب ښود (قطب نما) کـار نـه کـوي. دا ځکه چې په دې حالت کې انفعـالات دومـره شـدید وي چـې فکر یې نه شي ایسارولای.

په دویم صورت کې د عقل چلنـد کمـزوری دی نـو ځکـه انفعالات شدیدېږي او د عقل ځای نیسي.

ادلر هېڅکله له دې څخه انکار نـه کـوي چـې ممکـن د اروايي ناروغیو ډېرې نخښې د نگه بدنزېږیو عواملـو پـه وجـه راپیدا شوې وي خو ده دا ډول ناروغی یې د خپلو مطالعـاتو لـه دایرې ایستلې دي چې خپل وخت پر هغو ناروغیو ولگوي چې اروازېږي منشأ لري.

مثلاً ادلر د فطري (سرشتي) سایکوزونو په اړه چې اوسـنی علم لا تر اوسه هم (۱۹۶۴) د هغو بدنزېږې مبنا نه پېژني، بـاور لري چې د دې ناروغیو اسـاس د وگـړي د عـاطفي یـا انفعـالي نظام په بې نظمۍ کې دی. دا پـه خپلـه یـو ډول واقعـي بـدني نیمگړتیا ده او د ډېرو تجربو او حقیرونکو چلندونو سرچینه ده.

د وگړي غیرعادي اروايي دستگاه د دغو ماتو پر وړاندې تر هغې پورې غبرگون ښيي چې سایکوز پـه کـې پـه ښـکاره ډول پیدا شي.

په همدې وجه که اروايي دستگاه لـه سره غیرعـادي وي او پر وخت سمه اداره نه شي او د حقیروونکو چلنـدونو مخنیـوی

ونه شي؛ تقريباً خامخا په سايکوز ختمېږي. دغه ناروغي په حقيقت کې هغو ځانګړو ستونزو ته د ځواب حيثيت لري چې وګړی له محيط سره د جوړجاړي پر مهال ورسره مخ کېږي.

په اسانۍ سره کولای شو، د نيوروز مختلف ډولونه د هغو غبرګونونو پر اساس ډلبندي کړو چې د حقيروونکو عواملو له خوا تعينېږي. له دې جملې څخه دغو مواردو ته به تم شو:

الف- د تېښتې او د تجربې او چار چلند د دايرې د تنګېدو نيوروز:

د دې نيوروز وروستۍ بڼه د سايکوز په توګه ليدلای شو. مثلاً شيزوفرين schizophrenia يا د ځوانۍ لېونتوب له هغو مواردو څخه دی چې په هغه کې له بهرني محيط سره د ناروغ اړيکې بيخي پرې کېږي او ناروغ په اوتيزم autism کې ډوبېږي.*

---

* اوتيزم او شيزوفرين د تخيل دوه متضاد قطبونه دي. په شيزوفرين کې سړی په خيال کې ډوبېږي او خيال له حقيقته نه شي بېلولای، په شيزوفرين اخته ناروغ که په خيال کې سپوږمۍ ته وخېژي، نو ګومان کوي چې په رينښتيا هم سپوږمۍ ته ختلی دی. خو **autism** يوه ارثي ناروغي ده چې اخته کس به د تخيل وړتيا نه لري، هغه به په ځان کې ډوب وي، يوازې به د ځان په اړه فکر کوي، د بل درد او غم، د بل خوشحالي نه شي درك کولای. دی يوازې د واقعيتونو په اړه فکر کولای شي، نه د تخيلي مسايلو په هکله. ژباړن

ب- هغه نیوروزونه چې د مسمومیت د جنون ځینې ډولونه، انفعالي، عقلي او حرفه يي بې ثبـاتی او د جنسيـ انحرافـاتو او تحریکي حالاتو ځینې ډولونه رانغاړي.

ج- اعتراضي نیوروزونه چې ناروغ د عجیب و غریب سلوك او په ځینو مواردو کې د homosexuality یا همجـنس بـازی خوا ته بيايي.

جنایت: ادلر نیـوروز لـه جنایتـه بېلـوي. د هغـه پـه نظـر جنایتکار غالباً د خپل عمل په دې خصلت چې د ټـولنې ضـد عمل دی، پوهېږي خو په نیوروز اخته کس خپل عمل پـه پـوره هوښیارۍ نه شي درك کولای. جنایتکـار د خپـل مسـوولیت د احساس پر ضد مبارزه کـوي؛ حـال دا چـې پـه نیـوروز اختـه کسان د خپلو اعمالو په خاطر نور مسوول ګڼي. دی لـه داسـې نامساعدو کیفیاتو سره نور تنګوي چې د ده مسوولیت سلبوي.

جنایتکار د ځان د نېول کېدو علت یوازې خپله کم عقـلي ګڼي او د عدالت له منګولو څخه تېښته ورته مطلـوب لویـالی بریښي. له بلې خوا جنایتکار د فعالیت لپـاره ډېـر ظرفیـت او تیاری لري خو په نیـوروز اختـه کـس غالبـاً پـه ګڼـو ګـډوډو ظاهري فعالیتونو بوخت وي. د نیوروز ناروغان خپـل تمـایلات په شا تمبوي، حال دا چې جنایتکاران په ښکاره لـه ټـولنې سره دښمني کوي. له نورو سره د نیوروز د ناروغانو جګړه مار چلند

د جنايتکارانو تر جګړه ييز چلند کم نه دی خو دغه تـوپير پـه کې شته چې جنايتکار پر خپلې جګړه مـارۍ برغـولی ږدي او کله کله د دوه مخو او منافقانو بڼه خپلوي؛ ځکـه چـې هڅـه کوي خپل ظاهر پټ وساتي.

## ۹. د ادلر او فرويد د نظريو تر منځ اساسي توپير

ادلر او فرويد دواړه د لاشعوري پديدو او اروايـي غوټـو پـر شتوالي باور لري. د دوی په نظـر دا داسـې انفعـالات دي چـې شعور يا وجدان ته يې لاره نه ده موندلې او ممکن د وجدان لـه خبرتيا پرته د سړي د چار چلند پر ټولو برخو اغېـزه ولـري خـو پوښتنه دا ده چې د دې دواړو د نظريو تر منځ توپير څه دی؟

په فرويديزم يا د فرويد په اروايي نظام کې د ټولو غريزو پـه منځ کې اساسي نقش د جنسي غريزې او د هغـې د تحـول پـر غاړه دی او يا اقلاً دې تـه تمايـل شـته چـې مسـايل لـه دغـه ليدلوري وڅېړل شي. حال دا چې په ادلريزم کې د بشر د سلوك لاملونه په حقارت، لويي غوښتنه او خونديتوب ته په اړتيا کـې لټول کېږي.

پــه دې توگــه د «اوديــپ غوټــه» *Oedipus complex*[*] د فرويديزم له نظره د خوند اخيستنې او خپلولو (تملك) لــه هغــه لومړني احتياج څخه سرچينه اخلي چې ماشوم د خپـل مـور يـا پلار په اړه يې لري (هر يو چې د ده مخـالف جـنس وي يعنـې هلك د مور او نجلۍ د پلار) خو ادلر وايي چې دلته د جنسيت مسئله مطرح نه ده، نجلۍ هم د مور په اړه ورته کشــش لــري؛ بلکې مهمه مسئله دا ده چې وگړي د نـاتوانۍ، گوښــه تــوب او ويرې پر وړاندې څه ډول غبرگون ښيي. وروسته بيـا د پيـاوړي (مور يا پلار) پر لور ورځکېدل ممکـن د شــهواني تملــك رنـگ واخلي او د اوديپ يا الکترا Electra په واقعي غوټه واوړي.

---

[*] **Oedipus**: د يونان په اسطورو کې يو سړی دی چې خپل پلار وژني او له مور سره واده کوي. فرويد وايي د شهواني تکامل په بهير کې هلك مور خپله معشــوقه گڼي او د تملك هيله يې لري. دی پلار خپل رقيب گڼي او گومان کوي چې پــلار به ترې غچ واخلي او دی به خصي کړي، همدا ده چې **castration complex** پــه کې رامنځته کېږي. فرويد همدارنگه وايي چې نجونې په دې پړاو کې مور خپلــه رقيبــه گڼــي او پــلار تــه د معشــوق پــه ســترگه گــوري، دا حالــت د **Electra complex** په نامه هم يادېږي. الکترا هم د يوناني اسطورو يوه کرکټره ده چې مــور يې پلان لري د دې پلار ووژني خو دا غواړي د خپلې مور په وژلو سره خپـل پــلار له مرگه وژغوري. د تکامل په نتيجه کې به دغه فکرونه د ماشوم لــه ذهنــه لــرې کېږي او نارمل انسان به ځنې جوړېږي. ژباړن

لېکن د حقارت په اړه خبره دا ده چې د فروید اکثر پلویان داسې انګېري چې دا د خصیتوب castration* له غوټې څخه رامنځته کېږي. د خصیتوب غوټه «د جنسي الت غوځېدنه» له یوې لاشعوري وېرې څخه سرچینه اخلي چې سړی ګومان کوي خپل جنسي الت به لاسه ورکړي او یا به تاوان ورته ورسېږي.

ادلر خبره اپوټه کوي او باور لري چې د خصیتوب غوټه له هغه حقارته زېږي چې د جنسي دستګاه یا د جنسي تجربې په برخه کې راولاړ شوی دی.

په دې توګه د فروید او ادلر تر منځ د هغو مفاهیمو پر سر چې د جنسي مسئلې په باره کې یې څرګندوي اختلاف لیدل کېږي. د دې مسالې جزییات بېشمېره دي او په دې بحث کې نه ځایېږي.

---

* castration complex: د فروید د نظریې پر اساس کله چې ماشوم هلک پوهېږي چې د نجونو تناسلي الت د ده په شان نه دی، ګومان کوي چې نجونې به چا خصي کړې وي او تناسلي الت به یې غوڅ کړی وي. وروسته د ده په لاشعور کې داسې وېره پیدا کېږي چې پلار به یې د دې لپاره دی خصي- کړي چې دی خپله مور غواړي. دغه لاشعوري وېره هم د تناسلي غړو د تولو یا ځینو برخو د له لاسه ورکولو په اړه او هم د تناسلي سیستم د وظیفې په اړه پیدا کېدای شي. ځینې خلک بې سببه داربږي چې د کوروالایي توان به له لاسه ورکړي. ژباړن

په فرویدیزم کې د لیبیدو libido یا شهواني انرژۍ تحـول د انسان پر هره تجربه اغېز ښندي؛ حال دا چې د ادلـر پـه نظـر جنسیت د نورو فعالیتونو په شان یو فعالیت او یوه اړتیا ده چـې کېدای شي د هرې تجربې په څېر حقیروونکی اوسي او کـولای شي پرته له دې چې لزومـاً جنسيـ اړخ ولـري، د ګنـو بـېلارو جبرانونو لامل وګرځي. برعکس هغه حقیروونکی عامل چې لـه جنسي مسالې سره هېڅ تړاو هم نه لري، ممکن سړی پر داسـې لارې بوځي چې جنسي جبرانونو ته مخه کړي.