



شماره مسلسل (هفدهم)  
ماه شعبان المعظم ۱۴۴۶ هـ.ق.  
مطابق ماه حوت ۱۴۰۳ هـ.ش.

امارت اسلامی افغانستان  
وزارت معارف  
ریاست عمومی دفتر مقام  
ریاست نشرات و روابط عامه



سال تأسیس ۱۴۴۴ هـ.ق.  
مطابق سال ۱۴۰۱ هـ.ش.

# بخوان و بیندیش

ښوونیزه، روزنیزه او تقریحي مجله



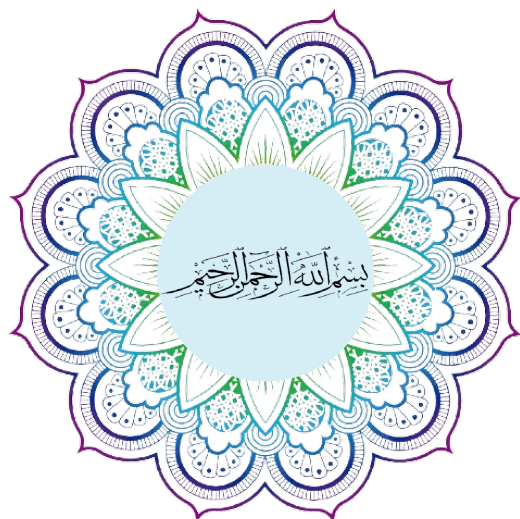


د افغانستان اسلامي امارت

د پوهنې وزارت

د مقام د دفتر لوی ریاست  
د نشراتو او عامه اړیکو ریاست





الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى  
سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ وَ عَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ .





د پوهنې وزارت

## بخوان ویندیش

سال تاسیس ۱۴۴۴ هـ.ق. مطابق سال ۱۴۰۱ هـ.ش. شماره مسلسل (شانزدهم) ماه جمادی الاول ۱۴۴۶ هـ.ق. مطابق ماه دلو ۱۴۰۳ هـ.ش.

### په دې کڼه کې

رمضان؛ فرصتی برای رشد و تحول  
شخصیت

د نیالکیو کینولو اسلامي حکم، فایده یی یا کټي  
نقش مدارس دینی در اصلاح جامعه  
خنکه د خپل مثبت خوځښت کچه لوړه کړو؟  
آیا غواړئ الله عزت درکړي؟  
بررسی کاربن فعال و کاربرد آن در تصفیه  
آب و هوا  
کاربردهای کاربن فعال در تصفیه آب  
د بدن لپاره د روژې کټي

### یادداشت

مجله بخوان و بیندیش یک نشریه آموزشی،  
تفریحی و معلوماتی می باشد مقالات و  
نوشته های شما را جهت نشر می پذیرد.  
عزیزانی که می خواهند مطالب و نوشته های  
شان در مجله بخوان و بیندیش نشر شود،  
می توانند مطالب خویش را به ایمیل  
آدرس فوق و یا هم به این شماره واتساپ  
(۹۳۷۸۵۰۸۰۰۵۶ +) ارسال نمایند.  
نوټ:- مطالب ارسالی نباید خلاف ارزش های  
اسلامی و عرف های پسندیده جامعه باشند  
در ضمن مجله بخوان و بیندیش در تصحیح  
مطالب ارسالی شما دست باز دارد و مسئولیت  
مطالب ارسالی به دوش نویسنده می باشد.

د امتیاز خاوند

د پوهنې وزارت

کتنپلاوی

الحاج مولوي شهاب الدين «ثاقب»  
مولوي عزيز احمد «ريان»  
مفتي حبيب الله «نوري قتاده»  
سر محقق عبدالجبار «عابد»  
ماستر سيد عنایت الله «همدرد»  
استاد عبدالرحمن «فارج»  
احمد شعیب «حقیقي»  
عبدالصبور «غفراني»  
معراج «زمانی»  
محمد نسیم «عیاذ»

مسئول مدیر

سمیع الله «یعقوبی»

انځورگر

محمد ادريس «نوري»

د اړیکې شمېره: ۰۰۹۳۷۲۹۸۱۹۰۳۳

پرېننالیک

Bekhwanwabeyadish23@gmail.com

شمېر: ۱۵۰۰

## فهرست

- ۱----- رمضان؛ فرصتی برای رشد و تحول شخصیت
- ۲----- د نیالکیو کینولو اسلامی حکم، فایده‌ی یا کتبی
- ۵----- نقش مدارس دینی در اصلاح جامعه
- ۷----- خنکه د خپل مثبت خوځښت کچه لوړه کړو؟
- ۸----- آیا غواړئ الله عزت درکړي؟
- ۹----- بررسی کاربن فعال و کاربرد آن در تصفیه آب و هوا
- ۱۱----- کاربردهای کاربن فعال در تصفیه آب
- ۱۳----- د بدن لپاره د روژې کتبی
- ۱۴----- خنکه کولای شو په کانکور آزمونه کې بریالی شو
- ۱۵----- د اوبو د څښلو مناسب وختونه
- ۱۶----- نامه یی از مکه
- ۱۷----- خنکه کولای شو سالم ژوند ولرو
- ۱۹----- تربیت مقدم بر تعلیم
- ۲۱----- څه ډول کولای شو له فرصتونو څخه په ...
- ۲۳----- بخوانیم تا بمانیم
- ۲۵----- سفر کول او د ځوانانو پر ژوند یې اغېز
- ۲۷----- ۱۲ دقیقه بزرگ در زندگی چیست؟
- ۲۹----- له الله ﷻ څخه غوښتنه
- ۳۱----- د پلار ارزښت او د خپل زوی ته هغه نصیحتونه
- ۳۳----- داستان واقعی
- ۳۴----- امتحان
- ۳۵----- د مسلمانې ټولنې د فکري تشخیص بحران
- ۳۸----- شش دسته از افراد که باید سعی کنید به آنها نزدیک شوید
- ۳۹----- شکرگذار باشید
- ۴۰----- روغتیا ته مو پام وکړئ
- ۴۲----- ده حقیقت شگفت انگیز که فقط نوابغ و ...
- ۴۴----- داستان ابوریحان البیرونی
- ۴۶----- استراحت او تفریح
- ۴۸----- قدر هم دیگر را بدانیم
- ۴۹----- داستان زیبا
- ۵۰----- اهمیت اوقات فراغت
- ۵۲----- داستان زیبا



## رمضان؛ فرصتی برای رشد و تحول شخصیت

ماه مبارک رمضان تنها یک دوره از روزه‌داری و پرهیز از خوردن و آشامیدن نیست، بلکه فرصتی بی‌نظیر برای خودسازی، تقویت اراده و تحول درونی است. این ماه، مانند یک سفر معنوی است که می‌تواند روح و ذهن را از ناپاکی‌ها پالایش کند و انسان را به سوی بهتر شدن هدایت کند. برای نوجوانان و جوانان، که در مسیر شکل‌گیری شخصیت و هویت خود قرار دارند، ماه مبارک رمضان می‌تواند بستری ارزشمند برای تقویت اراده، مسئولیت‌پذیری و رشد فردی باشد.

یکی از مهم‌ترین درس‌های ماه مبارک رمضان، تمرین کنترل نفس است. در دنیای امروز، که پر از هیاهو، سرگرمی‌های بی‌پایان و وسوسه‌های مختلف است، توانایی کنترل خواسته‌ها و دوری از افراط، مهارتی حیاتی محسوب می‌شود. روزه گرفتن نه تنها به معنای پرهیز از خوردن و آشامیدن است، بلکه فرصتی است برای تمرین صبر، مدیریت احساسات و دوری از رفتارهای ناپسند. این مهارت‌ها نه تنها در ماه رمضان، بلکه در تمام مراحل زندگی به کمک فرد خواهند آمد.

رمضان همچنین فرصتی برای همدلی و درک شرایط دیگران است. وقتی فردی برای ساعاتی طولانی گرسنگی را تجربه می‌کند، بهتر می‌تواند سختی‌های افراد نیازمند را درک کند. این تجربه، حس همدلی را در انسان تقویت کرده و او را به سمت مهربانی، کمک به دیگران و انجام کارهای خیر سوق می‌دهد. به همین دلیل، یکی از جنبه‌های مهم این ماه، ترویج روحیه سخاوت و نیکوکاری است.

علاوه بر بُعد معنوی، ماه مبارک رمضان فرصتی برای ایجاد نظم و برنامه‌ریزی در زندگی است. تغییر در الگوی خواب، تغذیه و عبادت، باعث می‌شود که فرد به مدیریت زمان و تنظیم فعالیت‌های روزانه خود توجه بیشتری داشته باشد. برای نوجوانان و جوانان، که درگیر چالش‌های تحصیلی و اجتماعی هستند، این مهارت می‌تواند در آینده کمک بزرگی باشد. ماه رمضان می‌تواند نقطه آغازی برای تغییرات مثبت باشد؛ فرصتی برای بازنگری در رفتارها، تقویت روحیه صبر و پشتکار، ایجاد ارتباط عمیق‌تر با خود و الله سبحانه و تعالی و تجربه حس آرامشی که در این ماه موج می‌زند. هر روز از رمضان، گامی است به سوی بهتر شدن؛ کافی است که این فرصت را با آغوش باز بپذیریم و از آن به عنوان یک فرصت برای رشد فردی و معنوی استفاده کنیم.

## د نیالکیو کینولو اسلامي حکم، فایدې یا گټې

الله جل جلاله په قرآن کریم کې د ځمکې د آبادۍ او شنبې کیدو په اړه فرمایلي: «هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا» [هود: ۶۱]

ژباړه: الله تاسو له ځمکې پیدا کړي او تاسو ته یې امر کړی چې دا آباد کړئ. ب: په حدیثونو کې د نیالکیو کینولو فضیلت

۱- د قیامت تر ورځې د نیالکیو کینولو سپارښتنه  
رسول الله فرمایلي:

که قیامت راشي، او د چا په لاس کې د نیالکي تخم وي، نو که تر قیامته پورې یې کینولی شي، باید چې کینوي. [مسند احمد، ۱۲۹۰۲]

دا حدیث دا ښودنه کوي چې د نیالکیو کینول تر ټولو غوره عمل دی، آن که د نړۍ پای هم رانږدې شوی وي.

۲- د نیالکیو کینولو ثواب  
رسول الله فرمایلي:

د نیالکیو کینول په اسلام کې له غوره عملونو څخه دی، چې هم د دنیا لپاره بې سارې گټه لري او هم د آخرت لپاره ستر اجر او ثواب لري. اسلام د طبیعت د ساتنې او د نباتاتو کرلو ته خورا زیاته پاملرنه کړې او رسول الله به مسلمانان هڅول چې ونې وکړي، ځکه دا کار له صدقه جاريه څخه گڼل کېږي.

۱- د نیالکیو کینولو اسلامي حکم  
د نیالکیو کینول په اسلام کې مستحب (خوښ کړای شوی) عمل دی، خو په ځینو حالاتو کې واجب هم ګرځي. لکه: که د نیالکیو کینول د ژوند بقا ته اړین وي (لکه د وچکالۍ او د چاپیریال ساتنې په حالت کې)، نو دا کاریو ډول فرض کفایي گڼل کېږي. که د یو چا دنده د شنو بوټو او نیالکیو پالنه وي، نو دا کار د هغه پر غاړه لازمي عمل دی.

۲- د نیالکیو کینولو اجر او ثواب  
الف: د قرآن کریم لارښوونه

"هر مسلمان چې نيا لگۍ وکړي، او له هغه څخه يو انسان، حيوان يا مرغۍ خوراک وکړي، نو دا به د هغه لپاره صدقه وي." [بخاري: ۲۳۲۰، مسلم: ۱۵۵۳]

۲- د انسان لپاره گټور ميراث: که يو څوک نيا لگۍ کېږي، نو تر خپل مرگ وروسته به هم د هغه لپاره د نيکيو ليکل دوام لري.

۳- د رحمت او بښنې سبب: هغه څوک چې نيا لگۍ کېږي، الله تعالى به د هغه په اعمالو کې برکت واچوي.

ب: د چاپيريال ساتنې گټې

۱- د هوا پاکوالي: نيا لگۍ کاربن ډای اکسايډ جذبوي او اکسيجن توليدوي، چې د تنفس لپاره ضروري دی.

۲- د اقليم د بدلون مخنيوی: ونې د تودوخې د زياتوالي مخنيوی کوي، ځکه چې سيوری جوړوي او هوا سره ساتي.

۳- د بارانونو زياتوالی: نيا لگۍ د باران د راجلبولو سبب گرځي، چې د اوبو د کمښت مخنيوی کوي.

۴- د خاورو ساتنه: ونې د سيلابونو، د خاورې د تخريب او دښتو کېدو مخه نيسي.

ج: د انسانانو او ټولنې لپاره گټې

۱- اقتصادي گټه: د مېوو، لرگيو او درملو ترلاسه کولو لپاره ونې ډېرې مهمې دي.

۲- روغتيايي گټه: نيا لگۍ د هوا کيفيت ښه کوي او د ناروغيو مخنيوی کوي.

۳- روحي آرام: شين طبيعت د ذهن

دا حديث دا څرگندوي چې نيا لگۍ کرل د صدقه جاريه يوه غوره بڼه ده، چې ثواب يې تر هغې دوام لري، تر څو چې انسانان او حيوانات گټه ترې اخلي.

۳- د نيا لگيو پرېکول منع شوي

رسول الله فرمايلي:

"هر څوک چې يوه ونه پرې کړي، پرته له کوم دليل، نو الله به هغه ته دوزخ ته داخلېدو سزا ورکړي." [ابو داود: ۵۲۳۹]

دا حديث ښيي چې د شنو ونو او نيا لگيو پرې کول يو ناوړه عمل دی او د طبيعت د تخريب حکم لري.

۳- د نيا لگيو کېڼولو گټې

د نيا لگيو کېڼول نه يوازې د ديني ثواب له نظره مهم دي، بلکې دا د ټولې نړۍ او انسانيت لپاره ډېرې گټې لري.

الف: د نيا لگيو کينولو ديني گټې يا ديني گټې

۱- صدقه جاريه: تر هغې چې ونه شنه وي انسانان يا حيوانات ترې گټه اخلي، ثواب يې دوام لري.

سکون ته گټور دی او د ستړیا او فشار په کمولو کې مرسته کوي.

۴- د نیالګیو د ساتنې مسؤلیت

اسلام نه یوازې د نیالګیو کینولو سپارښتنه کړې، بلکې د هغوی د ساتنې حکم یې هم کړی دی. که څوک

نیالګی کینوي خو پاملرنه ورته ونه کړي او وچ شي، نو دا د ګناه سبب کېدای شي.

څنګه کولای شو د نیالګیو ساتنه وکړو؟

- اوبه ورکول او پالنه یې کول؛

- د غیر ضروري پرې کولو مخنیوی؛

- د چاپیریال د ککړتیا مخنیوی، چې ونې له زیان څخه وساتي؛

- د خلکو هڅول چې نور هم نیالګی کینوي.

د نیالګیو کینول نه یوازې ثواب لري، بلکې د انسانیت، چاپیریال او راتلونکو نسلونو لپاره هم خورا مهم دي.

اسلام انسانان هڅوي چې ځمکه زرغونه کړي. د طبیعت ساتنه وکړي او د چاپیریال د خرابېدو مخنیوی وکړي. که موږ نیالګی کینوو او د هغوی ساتنه وکړو، نو دا به زموږ لپاره هم په دنیا کې برکت راوړي او

هم به د آخرت لپاره د صدقه جاريه یو غوره عمل وي.

راځئ، نیالګی کینوو، خپل چاپیریال زرغون کړو، او د دنیا او آخرت کامیابي ترلاسه کړو!



# نقش مدارس دینی در اصلاح جامعه

ترتیب کننده محمد صمیم یعقوبی

تربیت روحانیون، علما و فقها برای ارشاد جامعه هدف اصلی این مدارس است.

- ساختار آموزشی سنتی: بیشتر مدارس دینی در افغانستان از یک ساختار آموزشی سنتی پیروی می‌کنند. در این مدارس، صنف‌ها به صورت حلقات درسی برگزار می‌شود و معلمان معمولاً از روش‌های شفاهی و کتبی برای تدریس استفاده می‌کنند. روش‌های نوین آموزشی مانند استفاده از تکنالوژی اطلاعات و ارتباطات در این مدارس کم‌تر به نظر می‌رسد.

- نظارت دولتی: امروزه بیشتر مدارس دینی رسمی و غیر رسمی در افغانستان تحت نظارت دولت قرار دارند و به صورت خاص توسط وزارت معارف و وزارت حج و اوقاف اداره می‌شوند. در بسیاری از این مدارس، نظارت‌های آموزشی و مدیریتی به وجه احسن برنامه‌ریزی شده و صورت می‌گیرد.

- آموزش در کنار زندگی روزمره: بسیاری از طالب‌العلمان مدارس دینی در کنار تحصیل دینی و علوم عصری، به کارهای روزمره مانند زراعت، مالداري و فعالیت‌های اقتصادی مشغول هستند و بعضی از طالب‌العلمان که از قرا و قصبات دور دست جهت تحصیل علم در مدارس حاضر می‌شوند، شب از لیلیه‌های مدارس استفاده می‌کنند.

- منابع مالی و امکانات: با آنکه بعد از فتح و پیروزی مجاهدین امارت اسلامی افغانستان مدارس دینی افغانستان از حمایت خاصی برخوردار شده است اما با آنهم مدارس

مدارس دینی در یک جامعه اسلامی مانند افغانستان، نقش بسیار مهمی در تعلیم و تربیه نسل‌های این کشور ایفا نموده‌اند. این مدارس معمولاً به آموزش مفاهیم دینی، علوم اسلامی و توسعه یا رشد علمای کرام و فقها می‌پردازند.

مدارس دینی در افغانستان قدامتی طولانی داشته و به عنوان مکان‌هایی برای یادگیری قرآن، حدیث، فقه اسلامی، تفسیر و علوم دیگر دینی تبدیل شدند.

در دوران‌های مختلف، از جمله دوره‌های امپراتوری تیموریان و غزنویان، مدارس دینی در افغانستان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بودند و بسیاری از علما و دانشمندان اسلامی از این سرزمین برخاسته‌اند.

این مدارس نه تنها به آموزش مفاهیم دینی می‌پردازند، بلکه به تربیت نسل‌های آینده و شکل‌گیری هویت مذهبی جامعه کمک می‌کنند. بسیاری از علما و رهبران دینی که از این مدارس فارغ‌التحصیل شده‌اند، در جهت توسعه فرهنگی و مذهبی جامعه نقش مهمی ایفا کرده‌اند.

ویژگی‌های مدارس دینی در افغانستان

- آموزش علوم دینی: طوری در بالا تذکر بعمل آمد مدارس دینی در افغانستان بیشتر بر آموزش علوم اسلامی مانند قرآن کریم، حدیث، فقه، تفسیر، اصول فقه، زبان عربی و تاریخ اسلام تمرکز دارند. این مدارس به طالب‌العلمان مفاهیم دینی و فقهی را از سطح ابتدایی تا پیشرفته آموزش می‌دهند.

متخصص و با دانش دینی دارند. این مدارس نه تنها مفاهیم دینی را آموزش می‌دهند، بلکه موجب رشد و تقویت علما و روحانیون می‌شوند که می‌توانند راهنمای معنوی و دینی جامعه باشند.

- حفظ هویت دینی و فرهنگی: مدارس دینی در افغانستان نقش مهمی در حفظ هویت دینی و فرهنگی مردم ایفا می‌کنند. این مدارس به عنوان نهادی مهم، به تقویت ایمان و ارزش‌های دینی پرداخته و از فراموشی فرهنگ دینی و اسلامی مردم افغانستان جلوگیری می‌کنند.

- ایجاد توازن در سیستم آموزشی: با توجه به ویژگی‌های خاص مدارس دینی، این مدارس می‌توانند توازنی در سیستم آموزشی کشور ایجاد کنند. این تنوع در نظام آموزشی به طالب‌العلمان این امکان را می‌دهد که با فراگیری تعلیمات دینی از تعلیمات عمومی نیز بهره‌مند شوند.

- مقاومت در برابر چالش‌ها: مدارس دینی در افغانستان همچنان به فعالیت‌های تعلیمی خود ادامه می‌دهند. این نشان‌دهنده مقاومت و اراده این مدارس در جهت ارائه آموزش‌های دینی و فرهنگی به نسل‌های آینده است.

- نقش اجتماعی: مدارس دینی نه تنها از نظر آموزشی؛ بلکه از نظر اجتماعی نیز اهمیت دارند. این مدارس می‌توانند تأثیر مثبتی بر جامعه داشته و به عنوان مکان‌هایی برای ترویج اخلاق، معنویت و رفتارهای انسانی در سطح جامعه عمل کنند.

به طور کلی، مدارس دینی در افغانستان نقش محوری در تعلیم و تربیت دینی، فرهنگی و اجتماعی مردم ایفا می‌کنند و تأثیر مثبت زیادی در جامعه دارند.

دور دست گاه‌گاه‌های با کمبود منابع مالی و امکانات آموزشی با مشکلات اندکی روبرو هستند. این مدارس معمولاً به کمک‌های مردمی و هزینه‌های شخصی مخیرین مانند تاجران، معلمان و طالب‌العلمان اداره می‌شوند.

- تفکیک جنسیتی: الحمدلله مدارس دینی زیادی برای خواهران ما ایجاد و شرایط تحصیل برای شان مهیا شده و طوری که دیده می‌شود در بسیاری از شهرها، ولسوالی‌ها قراء و قصبات، آموزش دختران در مدارس دینی به شدت افزایش یافته است.

دروازه‌های مدارس دینی در افغانستان برای تمامی اقشار جامعه باز بوده و هر فردی با هر سطح اجتماعی می‌تواند در آن‌ها تحصیل کند. این ویژگی باعث شده تا این مدارس به مکان‌هایی برای آموزش طالب‌العلمان از تمام طبقات اجتماعی تبدیل شوند. بسیاری از مردم ترجیح می‌دهند فرزندان خود را به مدارس دینی بفرستند.

مدارس دینی در افغانستان ویژگی‌های خاص خود را دارند که آن‌ها را از مدارس عمومی متمایز می‌کند. این مدارس نه تنها به آموزش مفاهیم دینی می‌پردازند، بلکه در تربیت روحانیون و علما نیز نقش حیاتی داشته و در حفظ هویت دینی و فرهنگی مردم رول ارزنده‌یی را ایفا می‌کنند.

### نتیجه‌گیری

در نتیجه می‌توان گفت که مدارس دینی، جنبه‌های مثبت قابل توجهی وجود دارد که می‌توان به آن‌ها اشاره کرد:

- نقش کلیدی در تربیت روحانیون و علما: یکی از جنبه‌های مثبت این است که مدارس دینی در افغانستان نقش اساسی در تربیت افراد

## څنگه د خپل مثبت خوځښت کچه لوړه کړو؟



- ۱ — شکر کوونکي واوسئ.
- ۲ — خوځښت ولرئ.
- ۳ — په خپلې تغذيې باندې پام ساتئ.
- ۴ — تل د زده کړې په حال کې واوسئ.
- ۵ — له طبيعت سره په اړيکه کې واوسئ.
- ۶ — ځان او نور وښئ.
- ۷ — سهار وختی له خوبه پاڅيرئ.
- ۸ — تل د ځان او نورو لپاره ښه کارونه ترسره کړئ.
- ۹ — پنځه وخته لمونځ په جماعت سره ادا کوئ.
- ۱۰ — حیواناتو ته خواړه ورکړئ.
- ۱۱ — که چېرې په کورنۍ کې کوچنی ماشوم لرئ، نوله هغه سره وخت تېر کړئ.
- ۱۲ — تل په الله جل جلاله توکل کوه.
- ۱۳ — د نورو له پاره د خير دعا وکړئ.
- ۱۴ — تل د الله جل جلاله سپېڅلی کتاب قرانکریم تلاوت کوه.
- ۱۵ — کارونه يوازې د مهربانۍ له مخې ترسره کړئ.
- ۱۶ — د قضیو مثبتو اړخونو ته وگورئ.
- ۱۷ — کله وخت په يوازې توگه سفر وکړئ.
- ۱۸ — د نیکو کارونو په کولو کې تر هر چا لومړيتوب کوه.
- ۱۹ — په ځان باندې پام کوئ او آرام واوسئ.
- ۲۰ — تل د گاونډي خیال کوه او په سختیو کې ورسره مرسته کوه.

# آيا غواړئ الله عزت درکړي؟

ژباړه: د عمرو بن ميمون څخه روايت دی چې ده به وويل: د رسول الله صلي الله عليه وسلم ملګرو به ويل: په ځمکه کې جوماتونه د الله جل جلاله کورونه دي نو يقيناً چې څوک په هغو کې د الله جل جلاله سره ملاقات کوي الله جل جلاله به عزت ورکوي.

دا يو عادت او معمول دی چې د هر چا کورنه څوک ورځي نو ضرور به يې کوربه په خپل کور کې عزت کوي.

جوماتونه هم د الله تعالی لپاره د عبادت او طاعت ځايونه دي چې د کور حيثيت لري هر څوک چې جومات ته د عبادت او طاعت لپاره ځي الله جل جلاله به عزت ورکوي او د بنده په ګټه به ورته د ثوابونو او درجو ميلمستيا ورکوي.

جوماتونه ټينګ کړئ د لمانځه، ذکر او درس ته ورشئ ترڅو د الله تعالی لخوا عزت او ميلمستيا تر لاسه کړئ.

عَنْ عَمْرِو بْنِ مَيْمُونٍ قَالَ: كَانَ أَصْحَابُ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُونَ: إِنَّ بُيُوتَ اللَّهِ فِي الْأَرْضِ الْمَسَاجِدُ، وَإِنَّ حَقًّا عَلَى اللَّهِ أَنْ يُكْرِمَ مَنْ زَارَهَا فِيهَا. [الزهد لابن المبارك ٦/٢]

ژباړه: د عمرو بن ميمون رضي الله عنه څخه روايت دی، چې د رسول الله صلي الله عليه وسلم اصحابو به ويل: په ځمکه کې د الله تعالی کورونه جوماتونه دي، او دا د الله تعالی حق دی چې هغه کس ته عزت ورکړي چې د هغه کور ته ورشي.



# بررسی کاربن فعال و کاربرد آن در تصفیه آب و هوا

نویسنده: مؤلف صفیه احمدی

کاربن فعال از منابع کاربونی مانند چوب، زغال سنگ، پوسته نارگیل، و مواد زائد کشاورزی تهیه می شود. فرآیند تولید کاربن فعال به دو مرحله اساسی تقسیم می شود:

## ۱. پایرولایزیس

در این مرحله، ماده خام تحت شرایط حرارت بالا (حدود ۶۰۰ تا ۹۰۰ درجه سانتی گرید) و در محیط بدون اکسیجن قرار می گیرد. این فرآیند باعث تجزیه مواد عضوی و آزادسازی گازهای فراری می شود، در حالی که ساختار کاربونی خالص ایجاد می شود.

## ۲. فعال سازی

پس از پایرولایزیس، کاربن خام به منظور افزایش سطح خاص و توسعه

آلودگی آب و هوا از مهم ترین چالش های محیط زیست در دنیای امروز است. بسیاری از آلوده کننده ها کیمیای و گازی که در آب و هوا حضور دارند، می توانند تأثیرات منفی زیادی بر روی سلامت انسان، حیوانات و نباتات بگذارند. یکی از روش های مؤثر برای حذف این آلوده کننده ها، استفاده از کاربن فعال است. کاربن فعال به دلیل ویژگی های منحصر به فرد خود در جذب مواد مختلف، به عنوان یک ابزار قدرتمند در تصفیه آب و هوا شناخته می شود. در این مقاله، به بررسی ویژگی ها، فرآیند تولید، کاربردها، و چالش های استفاده از کاربن فعال در تصفیه هوا و آب پرداخته می شود. - فرآیند تولید کاربن فعال

است که می‌تواند مالیکول‌های مختلف را به‌طور مؤثر جذب کند. این ویژگی در فرآیندهای تصفیه آب و هوا به‌ویژه برای جذب گازها و مواد کیمیای مضر بسیار مهم است.

## ۲- حفره‌های میکروسکوپی

کاربن فعال دارای ساختار میکروسکوپی خاصی است که شامل حفره‌های میکروسکوپی و مکروپور است. این حفره‌ها به کاربن فعال اجازه می‌دهند تا مالیکول‌های مختلف را جذب کرده و آن‌ها را از محیط حذف کند.

## ۳- توانایی جذب انتخابی

کاربن فعال قادر است مواد مختلفی را جذب کند. به‌طور خاص، می‌تواند مرکبات عضوی، گازهای سمی و مواد کیمیای محلول در آب و فلزات سنگین را از آب و هوا جذب کند.

ساختار میکروسکوپی (حفره‌ها) تحت تأثیر گازهای فعال‌کننده مانند بخار آب ( $H_2O$ ) یا کاربن دای اکساید ( $CO_2$ ) قرار می‌گیرد. این فرآیند باعث افزایش مساحت سطح کاربن و توانایی جذب مالیکول‌ها از محیط می‌شود.

در نهایت، کاربن فعال را به شکل پودر یا دانه‌های بزرگ تبدیل می‌شود که بر اساس نیاز برای استفاده در فیلترها و سیستم‌های تصفیه به‌کار می‌رود.

## - ویژگی‌های کاربن فعال

کاربن فعال به‌دلیل ویژگی‌های کیمیای و فیزیکی خاص خود به عنوان یک جاذب قدرتمند شناخته می‌شود. از ویژگی‌های اصلی این ماده می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

### ۱- سطح ویژه بالا

کاربن فعال دارای سطح ویژه بسیار بالایی



هنگام جذب آلوده‌کننده‌ها توسط کاربن فعال

# کاربردهای کاربن فعال در تصفیه آب



کاربن فعال در تصفیه آب به طور گسترده ای استفاده می شود و از آن به عنوان یک روش مؤثر برای حذف آلوده کننده ها بهره برداری می شود. کاربردهای اصلی کاربن فعال در تصفیه آب عبارتند از:

## ۱- تصفیه آب آشامیدنی

کاربن فعال قادر است مواد عضوی، کلور، طعم و بوی نامطبوع، و برخی فلزات سنگین مانند سرب و جیوه را از آب آشامیدنی حذف کند. این ویژگی باعث شده است که کاربن فعال یکی از مواد اصلی در سیستم های تصفیه آب باشد.

## ۲- تصفیه آب های صنعتی:

در صنایع مختلف مانند پتروشیمی، نساجی و داروسازی، از کاربن فعال برای تصفیه آب های آلوده استفاده می شود. این کاربرد در جلوگیری از آلودگی منابع آبی و کاهش آسیب های محیط زیست بسیار مؤثر است.

## ۳- حذف فلزات سنگین

کاربن فعال می تواند فلزات سنگین؛ مانند: سرب، سیماب، و کدیم را از آب حذف کند. این قابلیت آن را به یک ابزار مناسب برای تصفیه آب های آلوده به فلزات سنگین تبدیل کرده است.

## - کاربردهای کاربن فعال در تصفیه هوا

کاربن فعال در تصفیه هوا نیز کاربرد فراوانی دارد و می تواند برای حذف گازهای آلوده کننده، بوه های نامطبوع و مرکبات عضوی فرار (VOCs) استفاده شود. برخی از کاربردهای اصلی کاربن فعال در تصفیه هوا عبارتند از:

## • حذف گازهای سمی

کاربن فعال توانایی جذب گازهای سمی مانند دی اکسید کاربن ( $\text{CO}_2$ )، آمونیاک ( $\text{NH}_3$ )، و سولفید هیدروژن ( $\text{H}_2\text{S}$ ) را از هوا دارد. این ویژگی موجب استفاده گسترده از کاربن فعال

در صنایع مختلف، به‌ویژه در سیستم‌های تهویه صنعتی و محیط‌های آلوده به گازهای سمی می‌شود.

#### • تصفیه هوای محیط‌های بسته

در بیمارستان‌ها، آزمایشگاه‌ها، و صنایع حساس، کیفیت هوای محیط می‌تواند تأثیر زیادی بر سلامتی کارکنان و ساکنان داشته باشد. سیستم‌های تهویه مطبوع با فیلترهای کاربن فعال قادر به حذف آلوده‌کننده‌ها و گازهای مضر از هوا هستند.

#### • حذف بوی نامطبوع

کاربن فعال توانایی جذب بوی نامطبوع ناشی از گازهای صنعتی و ترکیبات عضوی را دارد. این ویژگی آن را برای استفاده در سیستم‌های تصفیه هوا در رستوران‌ها، کارخانه‌ها، و سایر فضاهایی که بوی ناخوشایندی دارند، مناسب می‌کند.

#### - مزایای استفاده از کاربن فعال در تصفیه آب و هوا

کاربن فعال به دلیل ویژگی‌های خاص خود در فرایندهای تصفیه آب و هوا مزایای زیادی دارد که عبارتند از:

#### • عملکرد بالا

کاربن فعال می‌تواند مقادیر زیادی آلوده‌کننده‌ها را در مدت زمان کوتاه جذب کند. این ویژگی موجب افزایش عملکرد سیستم‌های تصفیه هوا و آب می‌شود.

#### • بازیافت و استفاده مجدد

کاربن فعال قابل بازسازی است و می‌تواند پس از مشبوع شدن از آلوده‌کننده‌ها در حرارت‌های بالا احیا شود و مجدداً مورد استفاده قرار گیرد. این ویژگی باعث کاهش هزینه‌های عملیاتی سیستم‌های تصفیه می‌شود.

#### • از لحاظ اقتصادی

کاربن فعال نسبت به سایر روش‌های تصفیه،

هزینه مناسبی دارد و به‌ویژه در مقیاس صنعتی، یک گزینه اقتصادی برای حذف آلوده‌کننده‌ها محسوب می‌شود.

#### - چالش‌ها و محدودیت‌های استفاده از کاربن فعال

با وجود مزایای بسیار، استفاده از کاربن فعال در تصفیه هوا و آب با چالش‌هایی همراه است.

#### ۱- مشبوع سریع

کاربن فعال ممکن است به سرعت مشبوع شود، به‌ویژه در فضاهای با آلودگی بالا، که نیاز به تعویض یا احیای آن را افزایش می‌دهد.

#### ۲- هزینه‌های بالا

هزینه اولیه خرید کاربن فعال و همچنین هزینه‌های مربوط به بازسازی و تعویض آن ممکن است برای برخی صنایع بالا باشد.

#### ۳- عدم انتخاب‌پذیری کامل

کاربن فعال ممکن است نتواند تمام آلوده‌کننده‌ها را با عملکرد مشابه جذب کند و برای برخی مرکبات خاص، نیاز به استفاده از مواد جاذب دیگر باشد.

#### نتیجه‌گیری

کاربن فعال به عنوان یک ماده جاذب مؤثر و کارآمد در تصفیه آب و هوا کاربرد گسترده‌ای دارد. این ماده با ویژگی‌های خاص خود می‌تواند بسیاری از آلوده‌کننده‌ها را از محیط‌های مختلف حذف کند.

با وجود چالش‌ها و محدودیت‌هایی که استفاده از کاربن فعال به همراه دارد، همچنان این ماده یک انتخاب ایده‌آل در بسیاری از صنایع به شمار می‌رود.

تحقیقات و نوآوری‌های بیشتر در زمینه بهتری سازی تولید و استفاده از کاربن فعال می‌تواند به حل مشکلات محیط زیست و بهبود کیفیت زندگی انسان‌ها کمک کند.

# د بدن لپاره د روژې گټې



۱. د هاضمې سیستم ته آرامتیا وربښي؛
  ۲. وزن کموي او د بدن غوړ سوځوي؛
  ۳. د وينې شکر تنظیموي
  ۴. روژه د انسولين کچه ښه تنظیموي، چې د شکرې ناروغانو لپاره ګټوره ده (البته، باید د ډاکټر مشوره واخيستل شي).
  ۵. د زړه روغتیا ته ګټه لري
  ۶. روژه نیول د کلسترول او د وينې فشار په کمولو کې مرسته کوي، چې د زړه د حملې خطر کموي.
  ۷. د بدن زهري مواد کموي؛
  ۸. د دماغ سلامتیا ته ګټه لري
  ۹. روژه د دماغ لپاره هم ګټوره ده، ځکه چې د ذهني تمرکز، یادښت او د الزایمر یا نورو ذهني ناروغیو په مخنیوي کې مرسته کوي.
  ۱۰. معافیتي سیستم تقویه کوي
  ۱۱. عمر زیاتوي؛
- څېړنې ښيي چې روژه نیول د انسان عمر اوږدولی شي؛ ځکه چې د بدن د حجرو د زړښت عملیه کمزورې کوي.



## څنگه کولای شو په کانکور آزموینه کې بریالی شو

۱. د کانکور آزموینه کې بریالي کېدل ښه پلان، دوامداره زده کړه او سمې تګلارې ته اړتیا لري. دلته ځینې مهم ټکي دي چې درسره مرسته کولی شي.
۲. ښه پلان جوړ کړئ؛
۳. د آزمویني نېټه او موادو ته کافي وخت ورکړئ.
۴. ورځنۍ مهال ویش جوړ کړئ او د درس لوستلو لپاره مشخص وخت وټاکئ.
۵. هغه مضمونونو ته لومړیتوب ورکړئ چې پکې کمزوري یاست.
۶. درسي مواد منظم کړئ؛
۷. د تېرو کلونو د کانکور د آزمویني پوښتنې مطالعه کړئ.
۸. مهم موضوعات یادښت کړئ او لنډيزونه جوړ کړئ.
۹. د درسي کتابونو تر څنګ د اضافي سرچینو (ویډیوګان یې آنلاین کورسونه او تمریني آزموین) څخه ګټه واخلي.
۱۰. دوامداره تمرین وکړئ

هره ورځ آزمويښې ته تمرين وکړئ.

له ملگرو سره د درسي مباحثو ډله جوړه کړئ او يو بل ته درس ورکړئ.

د ځان آزمایلو لپاره وخت په وخت آزمويښه ورکړئ.

۴. د حافظې ښه کولو تخنیکونه وکاروئ

د لنډيزونو، شکلونو او جدولونو څخه استفاده وکړئ.

نوي معلومات نورو ته تشریح کړئ، دا به يې ستاسو په ذهن کې ښه ځای پر ځای کړي. مهم معلومات په لوړ آواز سره ووايست او يا يې هم وليکئ.

۵. د ذهني او بدني روغتيا خيال وساتئ

مناسب خوب وکړئ، ځکه بې خوبې آزمويښې د بريا چانسونه ډېر بېرې.

## د اوبو د څښلو مناسب

### وختونه

له خوب څخه د وېښېدو سره سم دوه کيلاسه اوبه وڅښئ، ترڅو د داخلي غړو فعاليت مو وده ورکوي.

له ډوډۍ خوړو څخه نيم ساعت وړاندې يو کيلاس اوبه وڅښئ، ترڅو هاضمه مو ښه شي.

له لامبلو مخکې يو کيلاس اوبه وڅښئ، د وېشي فشار کموي. له خوب مخکې وڅښئ، د فلج يا زړه حملې مخنيوی کوي. بستر ته له تلو مخکې اوبه وڅښئ، ترڅو مو د پښو له دردونو څخه مخنيوی وشي.

کله چې پښې مو درد کوي، ستاسو د عضلاتو اړتيا د اوبو او رطوبت لپاره زياته وي.

# نامه‌ی از مکّه



زده و اقدامات لازم را انجام دادند. بیش از خود به پیامبر عزیز ما ﷺ فکر می‌کردند. او را بیش از جانشان دوست داشتند. برای اینکه مبدا آسیمی به او برسد، شب‌ها نگرانی می‌دادند. همیشه مراقب بودند. کمترین صدا یا واقعه آن‌ها را دور هم جمع می‌کرد.

روزی صدایی شنیده شد. کسی که صدا را شنیده بود فریاد کشید. افرادی که فریاد را شنیدند با ترس حمله مشرکان در میدان جمع شدند. کسی نمی‌دانست چه شده است. پیامبر عزیز ما ﷺ شمشیرش را برداشت، سوار بر اسب شد و به سمت صدا حرکت کرد. او از دشمن نمی‌ترسید. او از کسی جز الله نمی‌ترسید. گشتی در اطراف زد و برگشت. هیچ خطر و تهدیدی در کار نبود.

پیامبر ما ﷺ نزد مردم بازگشت و به آن‌ها نصیحت کرد که از چیزی جز الله نترسند، و تا وقتی که آرامش به مردم برگشت از آن‌جا نرفت. پیامبر عزیز ما ﷺ در همه خوبی‌ها، از جمله در شجاعت، الگوی مسلمانان بود.

مشرکان مکّه به شدت نگران شده بودند. زندگی راحت و پر آرامش مسلمانان در مدینه آن‌ها را اذیت می‌کرد. برای همین نامه‌یی به انصار نوشتند. نامه از آغاز تا انجام پر بود از تهدید. آن‌ها به مدنی‌ها هشدار می‌دادند که دست از حمایت مسلمانان مکّی بردارید، در غیر این صورت، هر بلایی ممکن است سرشان بیاورند.

انصار نه تنها به این تهدیدها اهمیتی ندادند؛ بلکه به مکیان اطلاع دادند که از این پس بیشتر از قبل مسلمانان را یاری خواهند داد.

پیامبر عزیز ما ﷺ هنگامی که از این موضوع باخبر شد؛ از شجاعت و جوانمردی انصار خشنود گشت. حالا همه مسلمانان ساکن مدینه متحد و همراه شده بودند. مشرکان مکّه متوجه این مسئله شده بودند و برای نابودی آن ممکن بود دست به هر کاری بزنند و حتی به مدینه حمله کنند.

مسلمانان برای مقابله با این حمله احتمالی باید آماده می‌شدند. برای همین آستین بالا

# څنگه کولای شو سالم ژوند ولرو

۱. سالم ژوند لرل متوازن عادتونه، فزیکي او ذهني روغتیا او مثبتې اړیکې ته اړتیا لري.
  - صحتمند خوراک
  - متوازنه غذا وخورئ، لکه تازه میوه، سبزیجات، پروتینونه (هګی، غوښه، لبنیات) او صحي غوړي.
  - زیاتې بورې او پروسس شویو خوړو څخه ډډه وکړئ.
  - هره ورځ کافي اوبه وڅښئ (لږ تر لږه ۸ کیلاسه).
۲. منظم فزیکي فعالیت
  - هره ورځ لږ تر لږه ۳۰ دقیقې فزیکي تمرین (ورزش، یا نور تمرینونه) وکړئ.
  - که چېرې ډېر ناست ژوند لرئ، نو د هر ۳۰ دقیقو وروسته لږ حرکت وکړئ.
  - د بدن انعطاف‌پذیری او قوي عضلاتو ته پام وکړئ.
  - ۳. ښه خوب
  - هره شپه ۷-۸ ساعته منظم او باکیفیته خوب وکړئ.
  - د موبایل، تلویزیون، او نورو سکرینونو استعمال د ویدو کېدو نه لږ تر لږه یو ساعت وړاندې محدود کړئ.
  - خوب ته ځانګړی مهال ویش ولرئ او آرام



چاپېريال برابر کړئ.

۴. ذهني او عاطفي روغتيا

مثبت فکر وکړئ، د شکر اېستلو عادت

ولرئ او په زغم او له ستونزو سره زغمناک

چلند وکړئ.

له ملگرو او عزيزانو سره ښو اړيکو ساتلو

ته ارزښت ورکړئ.

که له سختو ذهني ستونزو سره مخ ياست،

له يو متخصص سره مشوره وکړئ.

۵. ټولنيز ژوند ته پاملرنه

له ښکرو، مثبتو او هڅوونکو خلکو سره

دوستي وکړئ.

د کورنۍ او ملگرو سره وخت تېر کړئ.

د ټولنې په مثبتو فعاليتونو کې برخه واخلي

او د نورو سره مرسته وکړئ.

۶. د بدو عادتونو پرېښودل

د سگرت، الکولو، او نورو زيانمنو موادو

څخه ځان وساتئ.

د ډېر وخت لپاره موبایل يا سکرين ته کتل

محدود کړئ.

د منفي خبرو او غير ضروري فشار څخه

ځان لرې وساتئ.

۷. د ځان وده او زده کړه

هره ورځ نوې زده کړه وکړئ (کتابونه ولولئ،

آنلاين کورسونه وڅاري، مهارتونه زده کړئ).

د خپل وخت مديريت زده کړئ او خپلې

موخې تعقيب کړئ.

له چانسونو ګټه واخلي او تل د پرمختګ

هڅه وکړئ.

که دا اصول عملي کړئ، نو نه يوازې

فزيکي او ذهني روغتيا به موندنه وي،

بلکې يو خوشحاله، متوازن، او باثباته ژوند

به ولرئ!



# تربیت مقدم بر تعلیم

جنبه‌های عقلانی و علمی فرد پرداخته و اساساً تمرکز آن بر روی افزایش معلومات است.

## تفاوت تربیت و تعلیم

در حالی که تعلیم به یادگیری مفاهیم علمی و تخصصی می‌پردازد، تربیت به رشد شخصیت، اخلاق و رفتار فرد توجه دارد. تربیت به دنبال پرورش انسان‌های خوب است که بتوانند در جامعه با مسئولیت‌پذیری عمل کنند، در حالی که تعلیم بیشتر بر روی انتقال اطلاعات و مهارت‌های خاص متمرکز است.

تربیت مقدم بر تعلیم است به دلیل اینکه برای کسب دانش و مهارت‌های علمی، فرد نیاز به یک پایه اخلاقی و رفتاری صحیح دارد. در صورتی که یک فرد تربیت نشده باشد، حتی اگر تعلیمات عالی نیز دریافت کند، ممکن است از آن بهره‌برداری صحیح نکند و در زندگی اجتماعی و فردی خود با مشکلات جدی روبه‌رو شود.

تربیت در مرحله نخست، فرد را از نظر اخلاقی و رفتاری برای آموختن دانش آماده می‌کند. اگر فرد از نظر روحی و روانی تربیت شده نباشد، ممکن است نتواند به درستی از آموزش‌ها بهره‌برداری کند. به عنوان مثال، اگر فردی به درستی درک نکند که تعلیمات باید برای خدمت به جامعه و بهبود شرایط زندگی استفاده شود، ممکن است از دانش خود سوء استفاده کند.

تربیت فرد را از نظر عاطفی و اجتماعی نیز

تربیت و تعلیم دو واژه‌ی اند که در سیستم‌های آموزشی و فرهنگی به بارها به کار می‌روند. این دو مفهوم به رغم شباهت‌هایی که دارند، تفاوت‌های اساسی نیز با یکدیگر دارند. تعلیم به معنی آموختن دانش و مهارت‌ها است، در حالی که تربیت بیشتر به جریان شکل‌دهی به شخصیت و اخلاق فردی انسان‌ها اشاره دارد. در این مقاله، تلاش داریم تا مفهوم تربیت را بررسی کرده و اهمیت آن را به عنوان مقدمه‌ی بر تعلیم مورد بحث قرار دهیم.

## تعریف تربیت

تربیت به طور کلی به جریان رشد و توسعه فردی اشاره دارد که هدف آن شکوفا کردن استعدادها، تقویت اخلاقیات، و بهبود رفتارهای فردی است. تربیت نه تنها شامل جنبه‌های عقلانی و آموزشی است بلکه به جنبه‌های روحی، عاطفی، اجتماعی و اخلاقی نیز توجه می‌کند. به عبارت دیگر، تربیت کمک می‌کند تا فردی متوازن و مسؤول در جامعه پرورش یابد که قادر به تصمیم‌گیری‌های درست و مثبت در زندگی باشد.

## تعریف تعلیم

تعلیم به جریان آموزش دانش و مهارت‌های خاص اشاره دارد. در این فرایند، فرد اطلاعات جدیدی را از منابع مختلف (کتاب‌ها، اساتید، تجارب عملی و غیره) کسب کرده و مهارت‌هایی را برای کاربرد در زندگی روزمره یا حرفه‌ی خود می‌آموزد. تعلیم بیشتر به

تقویت می‌کند. افراد تربیت شده معمولاً نسبت به یادگیری علاقه‌مندتر هستند و تمایل بیشتری برای کسب علم دارند. تربیت افراد را به ارزش‌های اخلاقی مانند تلاش، صداقت و مسؤولیت‌پذیری آگاه می‌کند و این ویژگی‌ها می‌توانند زمینه‌ی مناسب برای تعلیم ایجاد کنند.

یکی از جنبه‌های مهم تربیت، رشد مهارت‌های اجتماعی فرد است. فردی که از تربیت خوبی برخوردار است، قادر خواهد بود به خوبی در جامعه عمل کند، ارتباطات مؤثر برقرار کند و در موقعیت‌های مختلف اجتماعی با اخلاق و رفتار مناسب ظاهر شود. این ویژگی‌ها به فرد کمک می‌کنند تا از تعلیمات خود در موقعیت‌های مختلف زندگی به درستی بهره‌برداری کند.

بدون تربیت ممکن است انسان مشکلات رفتاری و اخلاقی پیدا کند که بر فرایند تعلیم و یادگیری تأثیر منفی بگذارد. به عنوان مثال، فردی که از تربیت مناسب برخوردار نیست، ممکن است نتواند با مشکلات زندگی به درستی مقابله کند و در نتیجه در جریان تعلیم خود با مشکلات جدی مواجه شود.

یکی دیگر از دلایل اهمیت تربیت قبل از تعلیم، آماده‌سازی فرد برای مواجهه با چالش‌های زندگی است. تربیت به فرد می‌آموزد که چگونه با مشکلات و دشواری‌های زندگی روبه‌رو شود، تصمیمات اخلاقی صحیح بگیرد و مسؤولیت‌پذیر باشد. این ویژگی‌ها به فرد کمک می‌کنند تا از علم و مهارت‌های خود به نحو احسن استفاده کند.

نقش خانواده در تربیت

خانواده به عنوان نخستین محیط اجتماعی که فرد در آن رشد می‌کند، نقش اساسی در تربیت افراد دارد. والدین باید به عنوان الگوهای اخلاقی و رفتاری برای فرزندان خود عمل کنند و به آن‌ها اصول و ارزش‌های درست را آموزش دهند. در این راستا، آموزش‌ها و رفتارهای خانوادگی می‌توانند در شکل‌گیری شخصیت افراد و ایجاد انگیزه برای کسب علم و دانش تأثیرگذار باشد.

### نقش مدرسه و مکتب در تربیت و تعلیم

مدارس و مکاتب نیز به عنوان یکی دیگر از نهادهای تربیتی، در شکل‌دهی به شخصیت و رفتار دانش‌آموزان نقش دارند. معلمان باید علاوه بر تدریس علوم و مهارت‌ها، به تربیت اخلاقی دانش‌آموزان نیز توجه کنند. در واقع، مدرسه باید محیطی باشد که در آن تعلیم و تربیت به صورت همزمان پیش بروند. مدرسه باید به دانش‌آموزان ارزش‌های انسانی مانند احترام به دیگران، همکاری، صداقت و مسؤولیت‌پذیری را آموزش دهد.

### نتیجه‌گیری

در نهایت، تربیت مقدم بر تعلیم است؛ زیرا بدون تربیت صحیح، فرد نمی‌تواند به طور مؤثر از تعلیمات بهره‌برداری کند. تربیت به فرد مهارت‌های اخلاقی، اجتماعی و رفتاری لازم برای یادگیری و استفاده از علم را می‌آموزد. بنابراین، توجه به تربیت قبل از تعلیم نه تنها به رشد شخصیت فردی کمک می‌کند؛ بلکه زمینه را برای استفاده مؤثر از علم در جامعه فراهم می‌آورد.

ترتیب کننده: محمد صمیم یعقوبی

# څه ډول کولای شو له فرصتونو څخه په مناسب او غوره توګه ګټه پورته کړو؟



۱. فرصتونه وپېژنئ  
څه ډول کولای شو له فرصتونو څخه په مناسب او غوره توګه ګټه پورته کړو؟  
د چاپیریال تحلیل وکړئ او وګورئ چې کوم فرصتونه ستاسو لپاره شته.  
د خپلو مهارتونو، وړتیاوو او علاقو فرصتونه تل شتون لري، خو ګټه اخیستل، پوهه، چمتووالی او چټک تصمیم نیولو ته اړتیا لري.  
ارزونه وکړئ ترڅو پوه شئ چې کوم فرصتونه ستاسو سره مناسب

دي.

لار شئ او له ناکامیو زده کړه وکړئ.  
له نوښت څخه کار واخلي، يعني د  
فرصتونو د رامنځته کولو لپاره خپله  
هڅه وکړئ.

۵. د فرصتونو مدیریت وکړئ

لومړیتوبونه وټاکئ، ځکه ټول فرصتونه د  
منلو وړ نه دي.  
د وخت مدیریت زده کړئ، ترڅو یو  
فرصت مو له بل فرصت څخه و نه  
باسي.

که یو فرصت ستاسو له ارزښتونو سره  
برابر نه وي، نوښه ده چې د بل فرصت  
په انتظار/ په تمه واوسئ.

۶. د نورو له تجربو زده کړه وکړئ

د هغو کسانو کیسې ولولئ او واورئ چې  
له فرصتونو یې ښه ګټه اخیستې ده.  
له استادانو، مشاورینو، یا بریالیو کسانو  
سره مشوره وکړئ.

د فرصتونو په اړه یو له بل سره د نظرونو  
شریک وکړئ او له نورو خلکو سره  
اړیکې ټینګې کړئ.

فرصتونه د بریا بنسټیزه برخه ده، خو  
یوازې هغه خلک ترې ګټه اخلي چې  
چمتو وي، زړور وي او د تصمیم نیولو  
وړتیا ولري. هره ورځ له ځان څخه  
وپوښتي چې نن کوم فرصت لرم او  
څنګه ګټه ترې واخلم.

د فرصتونو د پېژندلو لپاره د مطالعې،  
تحقیق او له تجربو زده کړې ته دوام  
ورکړئ.

۲. ژر اقدام وکړئ

فرصتونه دایمي نه وي، نو د اوږدې انتظار  
پر ځای چټک او هوښیار تصمیم ونیسئ.  
له فرصتونو وېره مه کوئ، ځکه ډېری  
خلک د شک او وېرې له امله فرصتونه  
له لاسه ورکوي.

که یو فرصت نیمګړی یا نامعلوم وي،  
بیا هم هڅه وکړئ، ځکه تجربه مو  
قوي کوي.

۳. مهارتونه او چمتووالی ولرئ

تل هڅه وکړئ چې نوي مهارتونه زده  
کړئ، ځکه چې فرصتونه هغو کسانو  
ته راځي چې چمتو وي.  
د ځان وړتیا لوړول مهم دي، که هغه د  
زده کړې، تجربې، یا شخصي پرمختګ  
له لارې وي.

د ارتباطاتو او ټولنیز مهارتونو ښه کول  
هم مهم دي، ځکه ډېر فرصتونه د  
خلکو له لارې پیدا کېږي.

۴. د فرصتونو لپاره انعطاف ولرئ

بدلون ته چمتو اوسئ، ځینې وختونه  
یو کوچنی فرصت لویې بریاوې راوړي.  
که یو پلان کار ونه کړي، بلې لارې ته

# بخوانیم تا بانیم

سپاس و آفرین ایزد جهان آفرین راست. آن که اختران رخشان به پرتو روشنی و پاکی او تابنده اند. و چرخ گردان به خواست و فرمان او پاینده. آفریننده یی که پرستیدن او ست سزاوار. دهنده یی که خواستن جز او نیست خوش گوار. هست کننده از نیستی. نیست کننده پس از هستی. ارجمند گرداننده بندگان از خواری. در پای افگنده گردن کشان از سروری. پادشاهی او راست زیننده. خدایی او راست درخورنده. بلندی و برتری از درگاه او جوی و بس. هرآنکه از روی نادانی نه او را گزید. گزند او ناچار بدو رسید. و درود بر پیغمبر باز پسین. پیشرو پیغمبران پیشین. گره گشای هر بندی. آموزنده هر پندی. گمراهان را راه نماینده. جهانیان را به نیک و بد آگاهاننده. به همه زبانی نام او ستوده. و گوش شنایان آواز او شنونده و هم چنین درود بر یاران گزیده و خویشان پسندیده او باد.

سلام بر تو ای معلم! ای گوهر گران قدر و ای دُر گران بهای قله های ایشار و استقامت. تو با نسیم علم و دانش طراوت خاصی به این بدن های خواب و نا آگاه ما بخشیدی تو باعث شدی تا ما از تاریکی و ذلت جهل بسوی روشنائی و سربلندی علم و از غبار کده بی معرفتی و نا آگاهی به سوی دهکده علم و معرفت راه یابیم، در واقع اگر تو نبودی چه کسی دست گیر ما در این طوفان سهم گین زندگانی شده و ما را به سوی کشتی پر بار علم و معرفت راهنمایی می کرد. تو چراغ راه ما در این دهکده امتحان شدی. تو که به عنوان یک معلم دلسوز هیچ گاه دست پر مهر و محبت و مملو از امیدت را از سرما

برنداشتی و شب و روز به راه راست و صراط  
مستقیم بودی. همان راهی که تمام پیامبران  
الهی و امامان دین تا آخرین نفس شان  
سعی داشتند مردم را از منجلا ب غفلت و  
انحراف بسوی رستگاری ابدی سوق دهند  
و راهی که فلاح و رستگاری ما در آن نهفته  
است؛ پس این تو بودی ای معلم آزاده که  
آزادی و آزادگی را به ما آموختی و به ما یاد  
دادی تا که چگونه با سلاح برنده ایمان خود

گنج عشق جاویدان اندوختن  
پس سـویدای سواد آموختیم  
از معلم جان روشن یافتیم  
چون خدا مشکل توان تعریف تو  
ای به طوفان جهالت نوح ما  
یک پدر روشنگر جان ودل است  
آنکه دین آموزد و علم یقین

می توان در سایه آموختن  
اول از استاد یاد آموختیم  
از پدر گر قالب تن یافتیم  
ای معلم چون کنم توصیف تو  
ای تو کشتی نجات روح ما  
یک پدر بخشنده آب و گل است  
لیک اگر پرسین کدامین برترین

اهداف عالی تربیت دست خواهند یافت که هر دو نهاد یعنی خانواده و مکتب بگونه  
همانگ احساس مسؤولیت کنند. تعلیم و تربیه سرمایه‌ی است که هرگز از بین نمی‌رود  
و بهترین سرمایه برای آینده ماست. تعلیم و تربیه مسؤولیت بزرگست که به عهده همه  
جامعه قرار دارد و باید با تلاش مشترک به بهبود آن کمک کنیم. آموزش و پرورش مبنای  
پیشرفت و توسعه هر جامعه است و باید به آن اهمیت داد. هر طفل شاخص آینده ماست  
بنابراین تعلیم و تربیه آن‌ها الزامی است. اطفال امروز، بزرگان فردا است؛ پس آن‌ها را یک  
فرد باسواد به جامعه تقدیم نماییم. کسی که امروز آگاه تر از دیروز نباشد انسان خردمندی  
نیست. علم گنج بزرگی است که با خرج کردن تمام نمی‌شود. پیشرفت در گرو دانش  
است؛ پس بخوانیم تا بمانیم.

نویسنده: حاجی معلم گلاب الدین «جلال زاد»



# سفر کول او د ځوانانو پر ژوند یې اغېز

سفر کول د ځوانانو د تصمیم نیولو وړتیا پیاوړې کوي، ځکه دوی باید خپله لاره ومومي.

د سفر له لارې دوی د مشکلاتو د حل مهارتونه زده کوي، ځکه چې سفر تل د ناڅاپي شرایطو سره مل وي.

دا د اعتماد او زړورتیا زیاتولو لامل کېږي، ځکه چې ځوانان باید د نوو خلکو او چاپیریال سره ځان برابر کړي.

۳. د ټولنیزو مهارتونو پراخېدل  
د سفر پر مهال، ځوانان له بېلابېلو خلکو سره آشنا کېږي، چې د هغوی د اړیکو مهارتونه پیاوړي کوي او هغوی ته

دا فرصت ورکوي چې د دوستۍ مهارت زده کړي او د بېلابېلو ټولنو سره بلد شي.

سفر کول نه یوازې تفریح ده، بلکې د زده کړې، د شخصیت وده او د نوي فکر رامنځته کولو لپاره یو له مهمو تجربو څخه ګڼل کېږي. ځوانان د سفر له لارې د نړۍ په اړه زیات معلومات ترلاسه کولی شي، نو دلته یې ځنې مهمې ګټې ذکر کوو:

۱. د پوهې او تجربې پراخوالی  
سفر کول د نوو فرهنګونو، دودونو او ژبو سره د بلدتیا فرصت برابروي. ځوانان کولی شي د تاریخي ځایونو، طبیعي ښکلا او بېلابېلو ټولنیزو سیستمونو په اړه عملي زده کړه وکړي. د بېلابېلو خلکو سره د تعامل له لارې، د افکارو تنوع درک کولی شي.
۲. د شخصیت ودې او خپلواکۍ زیاتوالی

د ورځني ژوند له تکراري معمول څخه مذاکرې او تطابق وړتیا زیاتوي. ۴. د روحي او ذهني روغتیا لپاره کټور دی

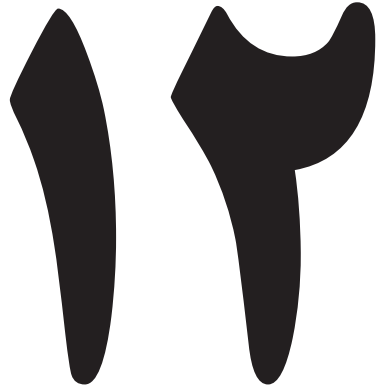
۵. د کاري فرصتونو او راتلونکي لپاره کټور دی سفر د ذهني فشار په کمولو کې مرسته کوي، ځکه چې نوی چاپیریال، طبیعي ښکلا، او تفریح ذهن ته آرامتیا وربښي.

دا د مثبت فکر او د نوښت د ودې لامل ګرځي، ځکه چې نوې تجربې ذهن ته نوې لارې پرانیزي.

سفر د نوښتګر فکر سبب کېږي، چې ځوانان کولی شي له نویو نظریو ګټه واخلي او سوداګریز یا ټولنیز فرصتونه رامنځته کړي.

سفر کول د ځوانانو د شخصیت جوړونې، تجربې زیاتوالي او ذهني پراخوالي لپاره یو له مهمو وسیلو څخه ګڼل کېږي. که د فرصت امکان وي، نو ځوانان باید د بېلابېلو ځایونو د لیدلو، له نویو خلکو سره د آشنا کېدو او د نړۍ د پراخ مفهوم د درک کولو لپاره سفر ته ارزښت ورکړي!





## دقیقه بزرگ در زندگی چیست؟

دکتر عمر عبدالکافی

۱. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که خواندن سوره اخلاص یک بار، برابر با یک‌سوم قرآن است و می‌توانی آن را در کمتر از یک دقیقه بخوانی.
۲. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که خواندن دو آیه آخر سوره بقره در شب، تو را کفایت می‌کند و این کار کمتر از یک دقیقه زمان می‌برد.
۳. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که خواندن آیه‌الکرسی بعد از هر نماز، تنها مانع تو از ورود به بهشت، مرگ است و آن را بخوانی. این کار کمتر از یک دقیقه طول می‌کشد.
۴. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که خواندن آیه‌الکرسی قبل از خواب باعث می‌شود که خداوند تا صبح تو را محافظت کند و شیطان به تو نزدیک نشود، و آن را بخوانی.
۵. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که اگر برای مؤمنین و مؤمنات طلب آمرزش کنی، خداوند به تعداد همه مؤمنان به تو حسنه عطا می‌کند. با گفتن جمله کوتاه زیر: اللهم اغفر للمؤمنين والمؤمنات والمسلمين والمسلمات الأحياء منهم والأموات.
۶. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که گفتن: سبحان الله، الحمد لله، لا إله إلا الله، والله أكبر. بهتر از تمام آن چیزی است که خورشید بر آن طلوع کرده است.
۷. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که گفتن ذکر: لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد يحيي ويميت وهو على كل شيء قدير. ده بار بعد از نماز مغرب و فجر، معادل آزاد کردن چهار بنده از نسل اسماعیل است.
۸. بزرگ‌ترین دقیقه: وقتی بفهمی که اگر

القیوم وأتوب إليه، گناهانت بخشیده می شود، حتی اگر در میدان جنگ فرار کرده باشی.

۱۱. بزرگ ترین دقیقه: وقتی بفهمی که گفتن ذکر: سبحان الله وبحمده عدد خلقه ورضا نفسه وزنة عرشه ومداد كلماته، سه بار، از بهترین و پر اجرترین اذکار است.

۱۲. بزرگ ترین دقیقه: وقتی بفهمی که هدایت دیگران به کار خیر، معادل انجام آن کار برای خودت است و این خیر را در دنیا و آخرت به اشتراک بگذاری: اللهم علمنا ما ينفعنا وانفعنا بما علمتنا وزدنا علماً.

عبدالمقصود حیدری

هنگام شنیدن اذان بگوئی: اللهم رب هذه الدعوة التامة، والصلاة القائمة، آت محمداً الوسيلة، والفضيلة وابعثه مقاماً محموداً الذي وعدته. شفاعت حضرت محمد مصطفی صلی علیه وسلم روز قیامت برای تو تضمین می شود.

۹. بزرگ ترین دقیقه: وقتی بفهمی که گفتن این دعا صبح و شب: اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ. غم و اندوه را از تو دور کرده و قرض هایت را می پردازد.

۱۰. بزرگ ترین دقیقه: وقتی بفهمی که با گفتن سه بار:

أستغفر الله الذي لا إله إلا هو الحي



# له الله جَلَّالَه خخه غوښتنه

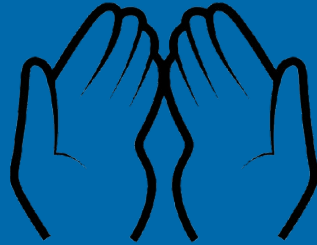
یو نیک او شتمن سړی خپله کیسه لیکي وایي: یوه ورځ مې زړه دیر زیات ناکراره شو، هر څومره چې مې د زړه د کرارولو هڅه وکړه چې د اندېښنو بار مې سپک شي او ناکراري مې کمه شي خو ونه شوه او لاپسې دېرېده، تنگ شوم او له کوره ووتلم اخوا دینخوا سرگردانه وگرځېدم په همدې حالت کې د یوه جومات له مخې تیریدم چې دروازه یې خلاصه وه، دا چې د کوم فرض لمونځ وخت هم نه وو، بې اختیاره جومات ته ورننوتلم چې اودس وکړم او یو دوه رکعتہ نفل لمانځه ادا کړم کیدای شي زړه مې آرام شي، تر اوداسه وروسته چې جومات ته ننوتلم چی گورم یو سړی په ژړا ژړا دعاگانو په غوښتلو باندې بوخت دی چې څیر شوم ورته سړي د پور نه د خلاصون دعاگانې کولې، وروسته له سلام او روغېر څخه مې ورنه د پور پوښتنه وکړه ویې ویل: نن مې د پور د بېرته ورکولو وروستی نېټه ده.

د هغه پور یو څو زره روپۍ وې. جیب ته مې لاس کړ او هغه مې ورته ورکړې، د سړي سترگې له اوبښکو ډکې شوې او زما زړه کرار شو ما ورته خپل کارت وړاندې کړو او ورته ومې ویل: چې بیا راسره د اړتیا په وخت اړیکه ونیسه، دې کې مې پته او د تیلیفون شمېره ده.

هغه هیڅ کارت ونه کوټ او واپس یې راکړو او ویې ویل: نه ښاغلیه! ما سره د هغه ذات پته شته چې ته یې نن راستولی یې، د بل چا د پتې یا ادرس په جیب کې ساتلو سره زه هغه نه شم خفه کولای.

سبحان الله وبحمده، سبحان الله العظيم

لیکنه: قاري حکیم الله صابري



# د پلار ارزښت او د خپل زوی ته هغه نصیحتونه



پلار د هر انسان د ژوند یوه له مهمو شخصیتونو څخه دی. هغه یوازې د کورنۍ یو مهم غړی نه دی، بلکې د شخصیت جوړونې، فکري پرمختګ او ټولنیزو ارزښتونو په پاللو کې حیاتي رول لري. پلار د خپلو ماشومانو لپاره لارښود، ملاتړ او محبت مشعل ده، چې په ټولنیز، اخلاقي او عاطفي لحاظ هغوی ته د ښه ژوند لپاره لارښوونه کوي.

کورنۍ لپاره د اقتصادي، رواني او ټولنیز ثبات بنسټ جوړوي. هغه نه یوازې د کورنۍ اقتصادي حالت ته پاملرنه کوي، بلکې د خپلې کورنۍ په داخلي جوړښت کې هم مهمه برخه لري. د کورنۍ لپاره د آرامۍ او سکون فضا جوړول او د هغوی لپاره ښه راتلونکې پلانونه د پلار یوه ستره دنده ده.

پلار په ټولو اړخونو کې ماشومانو ته ښه مثال ورکوي. هغه نه یوازې د خپلو عملونو

برخه کې مهمه ونډه لري. د پلار شتون نه يوازې د فردي ژوند لپاره مهم دی، بلکې د ټولنې په پراختيا کې هم د هغه رول نه شي هېرېدلی. اسلام د پلار درناوي او احترام ته ځانگړې توجه کړې، چې د دې له مخې د پلار ارزښت په ټولنه کې ځانگړی مقام لري.

اوس راځو هغه نصيحتونو ته چې يو پلار يې خپل زوی ته کوي.

۱. خپل کار تر هغې پوري مه پرېږده، تر څو چې دې بل پيدا کړي نه وي.

۲. موبایل ته اجازه مه ورکوه چې ستا د ژوند ټولې شيبې وخورې، ځکه هغه ستاسو د اسانتيا لپاره دی نه د ځان لپاره.

۳. هيچا ته بايد پيسې ورنکړي مخکې له دېنه چې خپل کار ترسره کړي.

۴. د هغو کسانو سره چې ستا څخه زيات مالدار وي يا ستا څخه ډير زيات بې وزله وي د مادياتو په اړه بحث مه کوه.

۵. خپل ملگرو ته د پيسو ډېور ورکولو دمخه معلومات وکړه داسې نه چې دواړه له لاسه ورکړي.

۶. د مياشتني معاش د ارزښت په اړه پوښتنه مه کوه.

۷. کله چې غواړئ يو کور واخلي د ځای، کاونډي او اوبو پوښتنه يې وکړه.

له لارې ماشومانو ته اخلاق او ارزښتونه وربښي، بلکې په خپلو کړنو سره هغوی ته لارښوونه کوي چې څنگه په ټولنه کې ښه انسان واوسي.

پلار د ماشوم د شخصيت جوړونې په پروسه کې مهمه ونډه لري. هغه د ماشومانو د فکري پرمختگ لپاره د بېلا بېلو مناسبو لارو چارو څخه استفاده کوي.

د ماشومانو د مثبت او بريالي شخصيت جوړونې لپاره، پلار ته لازمه ده چې ماشومانو سره مهربانه، مؤدبه، مينه ناک او په ټوله کې په ښه توگه مخته لار شي او سالم ملاتړ يې وکړي.

پلار نه يوازې د اخلاقو او لوړو ارزښتونو د زده کړې لپاره ماشومانو ته لارښوونه کوي، بلکې هغه ماشومانو ته د ژوند د بېلابېلو ستونزو سره د مقابلې لپاره ځان چمتو کوي. هغه د خپلو ماشومانو سره اړيکې ټينگوي ترڅو ماشومانو دا احساس کړي چې د دوی لپاره يو ثابت او ځواکمن ملاتړ شته.

گرانو زده کوونکو! پلار د کورنۍ په جوړښت، د ماشومانو په شخصيت جوړونه او د ټولنيز پرمختگ په برخه کې يو بې بديله رول لري. د پلار مينه، ملاتړ او لارښوونه د ماشومانو لپاره د ژوند په هره

۸. کله مو چې د خپل ځان لپاره مناسبه دنده پیدا کړه، او خوبونه مورنیتیا شول، د معاش په غم کې مه اوسه ځکه که تا خپل مسوولیت ادا کړ پیسې خپله راځي.
۹. په حافظې باور مه کوه، هر څه په کاغذ باندې وليکه.
۱۰. ستا سزا باید د هغه کار لپاره مناسبه وې چې ستا بچیانو سرته رسولی دی.
۱۱. یوازې هغه کسانو ته پیسې پور ورکړه چې ته باور لري چې د غوښتنې پرته یې بېرته درکوي.
۱۲. هر څوک ستاینه غواړي، د هیچا څخه یې مه سپموه.
۱۳. په یاد ولره چې رینستینې بیه هغه نه ده کومه چې په توکو لیکل کیږي، مگر هغه ده چې ستا د جیب لپاره مناسبه ده.
۱۴. د خپلو ماشومانو د هیڅ غلط چلند څخه سترګې مه پټوه، ځکه دهغوی روزنه ستا مسوولیت دی.
۱۵. په شخړو کې، په یاد ولره چې د خپلو حقوقو لپاره خپل اخلاق له لاسه ورنکړي.
۱۶. خپل معلومات شریک کړه، شاوخوا خلکو ته درس ورکړه، ځکه دا د امر کولو لپاره یوازینی ښه لاره ده.
۱۷. خپل شخصي او مالي معلومات مه ښکاره کوه، مگر د ضرورت مطابق.
۱۸. کله چې تاسو د خپل ملګري په هکله ښه خبره واوریده، هغه خبر کړه.
۱۹. که د سبا ورځې لیوالتیا لرې، د نن شپې په خوب کې ځنډ مه کوه.
۲۰. هغه څوک چې تاسو سره یې ناوړه چلند کړی دی یا مو خجالته کوي، د هغه د بچیانو سره ښه رویه وکړه.
۲۱. هغه چا سره واده وکړه چې تاسره په اقتصادي او ټولنیزه کچه برابر وي یا لږ ټیټه.
۲۲. که دوه ځله یوشی د چا نه امانت واخلي، نویا دې ضرورت دی، د ځان لپاره یې خپل واخله.
۲۳. کله چې ستا کوټې ته مشر څوک درغی، نو د احترام لپاره ورته ودرېږه.
۲۴. کله چې نور خاموش وي، پاڅه او خپل نظر څرګند کړه.
۲۵. هره ورځ نیم ساعت په پښو ګرځه.
۲۶. ستاسو ساعت باید د اصلي وخت په پرتله پنځه دقیقې مخکې وي.
۲۷. طبیعي اوسپړه او د ځان ښوودنې څخه ځان وساته.
- لیکنه: خان محمد احمدزی

## داستان واقعی

پسرک کوچکی وارد مسجدی در پاریس می‌شود و به  
امام مسجد می‌گوید: مادرم مرا نزد شما فرستاده تا در موسسه‌تان

چیزی بیاموزم.

امام مسجد به پسر می‌گوید: مادرت کجاست تا از ایشان اطلاعاتی کسب  
کنم؟

کودک می‌گوید: مادرم بیرون است و نمی‌تواند وارد مسجد شود؛ زیرا او مسلمان نیست.  
امام با عجله بیرون می‌رود و از ایشان می‌پرسد که چرا فرزندش را به این جا فرستاده  
است؟!

مادر می‌گوید: من یک زن همسایه مسلمان دارم وقتی او فرزندانش را تا مدرسه همراهی  
می‌کند، آن‌ها دست او را می‌بوسند و خوشبختی این خانواده را فرا گرفته است!  
من ندیده‌ام که یک مسلمان در این کشور والدین خود را به خانه سالمندان  
بفرستد.

پسرم را نزد خود نگه‌دارید و به او بیاموزید تا شاید همان کاری  
را که شما با والدین خود انجام می‌دهید او با من  
انجام دهد.

## داستان زیبا

درویشی بود که در کوچه‌ها و محلات می‌رفت و می‌خواند:

«هرچه کنی به خود کنی»

گر همه نیک و بد کنی.»

زنی حيله‌گر این درویش را دید و به آوازش گوش داد، سپس به خانه رفت و خمیر درست کرد  
و یک فطیر شیرین پخت و کمی زهر هم لای فطیر ریخت و آورد و به درویش داد و رفت به  
همسایه‌اش گفت: من به این درویش ثابت می‌کنم حرفش اشتباه است.

از قضا زن یک پسر ۷ ساله داشت در کوچه دیگر مصروف بازی و ساعت تیری بود، در  
بازگشتش به طرف خانه با درویش سر خورد و فطیر تازه را در دستان درویش دید، سلامی  
کرد و گفت: اگر ممکن است از این فطیر ات به من هم بده، من خیلی گرسنه‌ام.  
درویش هم همان فطیر زهری را به او داد و گفت: «زنی برای ثواب این فطیر را برای من پخته،  
بگیر و بخور جوان!»

پسر با خوش حالی فطیر را گرفت و خورد و حالش به هم خورد و به درویش گفت: این چه  
بود، سوختم؟

درویش فوری رفت و زن را خبر کرد.

زن دوان دوان آمد و دید پسر خودش است!

همان‌طور که بر سرش می‌زد و آه و ناله می‌کرد، گفت: حقا که تو راست گفتی؛ هر چه  
کنی به خود کنی گر همه نیک و بد کنی.

# امتحان

کنیم؟ آیا این قدر در زندگی روزمره غرق شده ایم که فراموش کرده ایم برای چه آفریده شده ایم؟" او به این نتیجه رسید که بسیاری از ما در زندگی فقط به فکر موفقیت های مادی و لذت های موقتی هستیم، اما فراموش می کنیم که هدف اصلی زندگی چیز دیگری است. هدفی که فراتر از مدرک، شغل یا ثروت است.

این جوان فهمید که زندگی فقط یک امتحان نیست، بلکه یک فرصت است. فرصتی برای ساختن خود، برای رشد و برای آماده شدن برای چیزی بزرگ تر. او تصمیم گرفت از این به بعد بیشتر به کارهایی فکر کند که واقعاً ارزش دارند، کارهایی که نه تنها در این دنیا، بلکه در آخرت نیز به دردش می خورند. او فهمید که شرمندگی در برابر یک استاد در این دنیا چیزی نیست در مقایسه با شرمندگی در برابر خالقش در روز قیامت.

پس بیایید از این داستان درس بگیریم. بیایید به این فکر کنیم که چگونه از وقت مان استفاده می کنیم و آیا واقعاً برای چیزی که مهم تر است، تلاش می کنیم یا نه؟ زندگی فرصتی است که باید از آن به بهترین شکل استفاده کنیم، نه فقط برای موفقیت های موقتی، بلکه برای چیزی که ماندگار است و همیشه با ما خواهد ماند.

جوانی تعریف می کرد که روزی در یک امتحان مهم شرکت کرده بود. اما در امتحان ناکام شد و باید دوباره امتحان می داد. وقتی وارد جلسه شد، استادش را دید. استاد با نگاهی سرزنش آمیز به او گفت: "یادت هست چقدر به تو گفتم درس بخوانی؟ چرا این طور بی تفاوت بودی؟" این حرف ها مانند تیری به قلبش نشست و احساس شرمندگی کرد. او می دانست که حق با استادش است، اما دیگر دیر شده بود و باید نتیجه اش را می پذیرفت.

وقتی امتحان تمام شد و از جلسه بیرون آمد، ناگهان فکری به ذهنش خطور کرد. با خودش گفت: "این فقط یک امتحان کوچک بود. استادم به خاطر یک درس نخواندن مرا سرزنش کرد و من این قدر ناراحت شدم. اما اگر در قیامت، وقتی تمام گناهانم رو شود، چه خواهم گفت؟ آن جا دیگر فرصتی برای جبران نیست، هیچ راه برگشتی وجود ندارد. این دنیا موقتی است و حتی اگر در آن ناکام شویم، باز هم می توانیم به زندگی ادامه دهیم. اما آخرت جاودانه است و هر اشتباهی در آن می تواند عواقبی جبران ناپذیر داشته باشد." این فکر او را تکان داد. با خودش فکر کرد: "آیا واقعاً ارزش دارد که برای لذت های زودگذر و پوچ، هم دنیا و هم آخرتمان را تباه

# د مسلمانې ټولنې

## د فکري تشخيص بحران

خپل دين له بنسټيزو اصولو پېل کړي، د اسلام د اخلاقي نظام پر ځای مادي اخلاق خپرولو کړي او مسلمان نسل ته داسې فکر ورکړي چې دوی له خپل ديني تمدن څخه پردي کړي. دا هماغه شی دی چې قرآنکریم يې د کفري قوتونو د ارادې په توگه يادونه کړې. الله فرمايلي دي: (وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كَفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَاعْتَصُوا وَاصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ) (سورة البقرة، آيت ۱۰۹)

ژباړه: زياتره اهل كتاب دا غواړي چې په يو ډول نه يو ډول تاسي له ايمان څخه بيرته د كفر لوري ته وگرځوي، که څه هم حق هغو ته څرگند شويدي، خود خپلي نفسي غوښتني له امله ستاسي لپاره دا غواړي. د هغو په ځواب کي تاسې له بښنې او تېرېدنې څخه کار واخلي، تر څو چې الله پخپله خپله فېصله نافذه کړي. ډاډه اوسئ چې الله تعالی پر هر څه برلاسی دی.

د دې آيت تشريح دا ده چې د اهل كتاب يو شمېر خلکو غوښتل چې مسلمانان له خپلې عقيدې څخه واړوي، ځکه چې دوی د اسلام پرمختګ زغملای نه شو. دا د فکري جګړې

په معاصر وخت کې د مسلمان ځوان له ټولو ستر فکري امتحان دا دی چې څنګه خپل اسلامي هويت وساتي. د غربي فکري يرغل پر وړاندې ثابت پاتې شي او د اسلامي تمدن د احيا لپاره فکري خپلواکي وساتي. دا بحران يوازې يو نظرياتي بحث نه دی، بلکې يوه عملي مبارزه ده چې د قرآن، سنت، تاريخ او معاصرو واقعيتونو په رڼا کې بايد تحليل شي. دا فکري مبارزه له هغه وخته روانه ده چې غربي تمدن د خپلو ارزښتونو د ترويج لپاره د استعمار، رسنيو، تعليم او سياسي فشار له لارې اسلامي ټولنې کمزورې کړې. مؤمن ځوانان اوس د دوو فکري قطبونو ترمنځ واقع دي له يوې خوا، د اسلامي اصولو ساتنه، چې د دوی د ديني هويت تضمين کوي او له بلې خوا د غربي تمدن جذابيتونه، چې د مادي نړۍ بڼايستونه، فردي آزادي او له دين څخه جلا ژوند ته بلنه ورکوي.

د فکري جګړې له ټولو پياوړې وسيله د غرب کلتوري يرغل دی، چې د رسنيو، هنر، سينما او ټولنيزو شبکو له لارې پر مسلمان نسل اغېزه کوي. دا يرغل د هغو مفاهيمو د خپرولو له لارې ترسره کېږي چې له اسلامي عقيدې او ارزښتونو سره مستقيم ټکر لري. غربي فکري منحرفين هڅه کوي چې مسلمان ځوان د

هماغه شکل دی چې نن د رسنیو، فلمونو او کلتوري فشار له لارې مسلمان نسل ته وړاندې کېږي.

په تاریخي لحاظ، کله چې مسلمانانو خپل فکري تشخیص وساته، د نړۍ مشري یې وکړه. د نبوي دورې صحابه، تابعین او د اسلامي تمدن زریښه عصر هغه وختونه وو چې مسلمانان نه یوازې په عقیدوي لحاظ قوي وو، بلکې علم، تمدن او سیاست کې هم مخکښ وو. د عباسي خلافت په دوره کې، اسلامي تمدن د علم، هنر، سیاست او اقتصاد په هره برخه کې دنیا ته ویاړ ورکړ. مسلمانانو د یونان، فارس او هند علومو ته نه یوازې لاسرسی پیدا کړ، بلکې لا یې وده ورکړه او د اسلام له اصولو سره یې تطبیق کړ. دا هغه دوره وه چې ابن سینا، فارابي، البیروني، امام غزالي او نور ستر اسلامي مفکرین پیدا شول.

خو کله چې ځینو مسلمانانو خپل فکري استقلال له لاسه ورکړ، د غرب تقلید ته یې مخه کړه او د اسلامي ارزښتونو پر ځای یې پردي نظامونه غوره کړل، زوال یې پیل شو. اندلس چې د نړۍ اسلامي تمدن وو، هغه وخت یې سقوط وکړ، چې مسلمانانو د خپل دیني هویت پر ځای د کفري تمدن د ژوند بڼه غوره کړه. دا د تاریخ هغه تکرارېدونکې تجربه ده، چې که مسلمانان خپل فکري تشخیص له لاسه ورکړي، نو یوازې سیاسي نه، بلکې تمدني او ټولنیز زوال ته به هم ورسېږي.

د غربي تمدن د فکري یرغل یو مهم هدف دا دی چې اسلامي هویت له منځه یوسي. د اسلامي عقیدې بنسټونه ونړوي کړي او

مسلمان ځوان له خپل اصل څخه پردی کړي.

الله په قرآن کریم کې فرمایلي دي: (وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَبْغِ مِلَّتَهُمْ)

[سورة البقرة، آیت ۱۲۰]

ژباړه: او هېڅکله یهود او نصاری به له تا خوشحاله نه شي، تر څو چې ته د هغوی د مذهب پر لاره روان نه شې.

دا آیت د دې مفهوم تاییدوي چې کفار به هڅه وکړي چې مسلمانان د خپلې لارې (د اسلام لارې) څخه منحرف کړي او د خپل دین پر لار یې روان کړي. خو مسلمانان باید د خپلو دیني اصولو په ساتلو کې ثابت قدمه وي او د کفارو غوښتنو ته تسلیم نه شي.

دا هماغه تگلاره ده چې نننۍ غربي تمدن یې تعقیبوي، مسلمانان هڅوي چې د خپلو ارزښتونو پر ځای غربي سیکولر افکار ومني، د دیني ارزښتونو پر ځای مادي ژوند ته ارزښت ورکړي او د دیني اخلاقي معیارونو پر ځای د فردي غوښتنو پیروي وکړي.

د اسلامي هویت ساتنه د هر مسلمان لپاره مهمه دنده ده. اسلام یوازې د عباداتو ټولګه نه ده، بلکې د ژوندانه بشپړ نظام دی چې د عقیدې، اخلاقو، عدالت، علم او تمدن اساس پرې ولاړ دی. هرکله چې مسلمانان خپل هویت ته ژمن پاتې شوي، عزت او ځواک یې خوندي شوی، خو کله چې د پرديو فکري او اخلاقي ارزښتونه یې منلي، کمزوري شوي او خپلواکي یې له لاسه ورکړې ده. رسول الله ﷺ خپل امت ته دا مهم پیغام ورکړی چې د نورو ملتونو د ژوند، دودونو او ارزښتونو تقلید مسلمان له خپل اصل څخه وباسي. حضرت

محمد ﷺ فرمایلي دي: (مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ) [سنن أبي داود: ۴۰۳۱].

ژباړه: څوک چې له یو قوم سره ورته والی غوره کړي، نو هغه له هغوی څخه دی. دا وینا یوازې د ظاهري تقلید په اړه نه ده، بلکې د فکري او اخلاقي پیروی اغېزې هم پکې شاملې دي.

مخکې مویادونه وکړه چې هر کله مسلمانانو د خپل اسلامي هویت ساتنه کړې، د تمدني برلاسی مقام یې ساتلی. د اندلس مسلمانان د علم، تمدن او اخلاقو لوړ مثال وو، خو چې کله یې د پردیو فکري او ټولنیز نظامونه خپل کړل، اخلاقي کمزورتیا او فکري انحراف یې د زوال لامل شو. همدا شان، هر هغه نظام چې د اسلامي ارزښتونو پر بنسټ نه وي ولاړ او د غربي تمدن د اصولو منلو ته ژمن وي کمزوري شوي او یا هم له منځه تللي. دا تجربې ښيي چې د خپل ديني هویت نه ساتل امت ته جدي زیانونه رسوي.

قرآن کریم مسلمانان له دې خطر څخه خبروي. الله تعالی فرمایي: (وَلَا تَرْكُؤْا اِلَى الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا فَتَمَسَّكُمُ النَّارُ وَمَا لَكُم مِّنْ دُوْنِ اللّٰهِ مِنْ اَوْلِيَاءٍ ثُمَّ لَا تُنصِرُوْنَ) [هود: ۱۱۳]

ژباړه: او هغو خلکو ته زړه مه ښه کوئ چې ظلم کوي، نو که تاسو داسې وکړئ نو اور به تاسو ته رسیږي، او تاسو به د الله تعالی له مخې کومه مرسته ونه مومئ.

دا آیت مسلمانانو ته پیغام ورکوي چې د هغو خلکو نظام ته زړه مه ښه کوئ چې د الهي هدایت خلاف روان دي، ځکه چې دا کار د دنیا او آخرت د تباهی لامل کېږي.

که مسلمانان د پردیو فکري او ټولنیزو ارزښتونو منلو پر ځای اسلامي ارزښتونو او

لارښوونو ته دوام ورکړي، نو د خپل ديني، سیاسي او تمدني ځواک، ځواکمن کېدل به یې حتمي وي.

د نبوي دورې صحابه کرام د خپل اسلامي هویت په ساتلو کې ثابت قدمه وو. حضرت عمر فاروق رضی الله عنه به تل ټینګار کاوه چې مسلمانان باید د پردیو تقلید ونه کړي، ځکه چې دا کار کمزوري زېږوي.

د مسلمانانو عزت یوازې د اسلامي ارزښتونو په ساتلو کې دی. که دوی د پردیو نظریو او افکارو لاره خپله کړي، ذلت ته به ولاړ شي. د اسلامي هویت ساتل د فردي مسئولیت تر څنګ د ټول امت ګډ مسئولیت دی. اسلامي پوهان، مشران، والدین او د ټولنې هر غړی باید د نوي نسل فکري روزنه داسې وکړي چې هغوی د خپل ديني هویت ارزښت درک کړي. که اسلامي ارزښتونه خوندي نه شي، امت به نور هم کمزوری شي. د اسلامي هویت ساتنې سره د امت د عزت، قوت او پرمختګ راز تړلی دی، چې هر مسلمان باید ورته جدي پام وکړي.

مهمه داده چې مسلمانان له علمي، اقتصادي او سیاسي پلوه خپلواک شي، ترڅو د غربي فکري یرغل په وړاندې قوي ودرېدلای شي. د اسلامي تمدن تاریخ دا ثابتوي چې که مسلمانان خپل فکري استقلال وساتي، د علم او تمدن په ډګر کې خپله اصلي مرتبه بېرته ترلاسه کولای شي. که مسلمان ځوان دا حقیقت درک کړي هیڅکله به د غرب فکري یرغل ته تسلیم نه شي، خپل اسلامي هویت به وساتي او د امت د عزت د بیا راژوندی کېدو لپاره به مهم رول ولوبوي.



## شش دسته از افراد که باید سعی کنید به آنها نزدیک شوید

- ۱- افرادی که الگوی فکری شما را به چالش می کشند (البته منظور کسانی نیستند که باعث می شوند کلیت خودتان را زیر سوال ببرید).
- ۲- افرادی که سبک و الگوی زندگی سالمی دارند. توجه کنید الگوی رفتاری سالم سرایت پذیر است و ممکن است شما الگوبرداری کنید و از ظرفیت های خودتان درست استفاده کنید.
- ۳- افرادی که شما را در معرض چیزهای جدید و سالمی قرار می دهند. سعی کنید دوستان متنوعی داشته باشید. اگر همه دوستانتان شبیه شما باشند، دیدگاه شما در مورد زندگی محدود و تک بعدی خواهد بود.
- ۴- افرادی که شما را می فهمند و می توانند با کفش های شما راه بروند. حتی گاهی چنین افرادی دوست دارند از تجربیات شما چیزی یاد بگیرند.
- ۵- افرادی که به شما انگیزه می دهند تا شکل بهتری از خودتان باشید.
- ۶- افرادی که شما را می پذیرند و بنابراین شما می توانید در حضور آنها خودتان باشید و در کنار این افراد از این که مورد قضاوت قرار بگیرید نمی ترسید.
- فراموش نکنید باهوش کسی است که سعی کند با بهتر از خود دوست شود.
- دکتر علی میرآقایی، روانشناس و روان درمانگر

## شکرگذار باشید

شکرگذار باش: وقتی با خانواده‌ات دور هم جمع شده‌اید.  
خیلی‌ها هستند آرزوی داشتن خانواده را دارند  
شکرگذار باش: وقتی داری سرکارت می‌روی.  
خیلی‌ها هستند در بدر بدنال کار و شغل هستند.  
شکرگذار باش: چون تو صحیح و سالم هستی.  
خیلی‌ها هستند بخاطر بازگشت سلامتی شان میلیون‌ها خرج می‌کنند.  
شکرگذار باش: چون تو زنده‌یی و رزق و روزی داده می‌شوی و هنوز فرصت برای جبران زمان داری.  
شکرگذار باش: چون تو "الله سبحان و تعالی" را داری و او را می‌پرستی و از او طلب کمک می‌کنی.  
شکرگذار باش: چون "تو" خودت هستی.  
و خیلی‌ها آرزو دارند که چون "تو" باشند.  
همیشه این صفت شکرگذاری را در محیط زندگی خودت منتشر کن.  
به قول شاعر: شکر نعمت، نعمت‌ات افزون کند - کفر نعمت، از کفات بیرون کند.



# روغتیا ته مو پام وکړئ

د ځان روغتیا ته د نه پاملرنې په پایله کې وګړي په خپل لاس ځان د ناروغیو ښکار ګرځوي، ځکه ځان ته د نه پاملرنې له امله مو بدن کمزوری کېږي، د ناروغیو پر وړاندې له مقابلې څخه ناتوانه کېږي او د خورنې لامل مو کیږي. په دې اړوند چې غوره روغتیا ولرو، وقایه له درملنې څخه غوره ده. د همدې پیغام په لېږد سره باید یو شمېر تدبیرونه ولرو چې د ملګرو ملتونو د روغتیا د نړیوالې ادارې له خوا یې لاندې سپارښتنه شوې ده. منظم فزیکي تمرین وکړئ، په داسې حال کې چې د نړۍ ۱،۸ میلیونه وګړي د فزیکي فعالیت د نه درلودلو له امله ناروغان شوي دي، مګر دا شمېر مخ پر لوړ روان دی. د کاري بوختیاوو زیاتوالی، د تکنالوژۍ وده او منظم فزیکي تمرین سره د لېوالتیا نشتون هغه لوی لاملونه دي چې د دې چارې پر وړاندې خنډ ګرځي.

د وینې د فشار څارل: د  
وینې فشار هغه  
ناروغې ده چې د  
ښکاره علایمو په  
نه درلودلو  
سره د



مغزي سکتې، د زړه د حملې او نورو لامل کېږي .

د ښه دماغ لرل: ښه دماغ له رواني، فزيکي او ټولنيز اړخه ښه والي ته ويل کېږي، ځکه ښه دماغ لرل په دې مانا دي چې د ژوند مهارتونه زده کړي، زده کړې وکړي، نوښتگر واوسي، ټولنيزې اړيکې جوړې کړې او بالاخره چې د ټولنې په پرمختګ او ښه والي کې رغنده رول ولوبوي،

نو د يادې روغتيا

لپاره آرام وکړئ

او تشويش

کم کړئ،

په طبيعت

کې پاتې

شي او وخت

تېر کړئ، منظم

خوب وکړئ، ټولنيزې

اړيکې وپالئ او فزيکي

روغتيا مو په پام کې ولرئ.

نشه يي توکي مه کاروئ، څرنگه چې

د اسلام د مبارک دين لارښوونه ده، نشه يي

توکي کارول حرام دي او له بله اړخه زموږ

روغتيا گواښوي، نو له همدې امله ټولو ته

په کار ده چې له يادې بدې کړنې څخه

ځان او نور را وگرځوي.

ليکنه: حبيب الرحمن رحيمي

د زړه د حملې او نورو لامل کېږي آن تر دې چې ډاکټرانو ورته د پټ قاتل نوم کاروي، کوم چې په هرو لسو لويانو کې څلور د لوړ فشار قرباني کېږي، د دې لپاره چې د دې ناروغۍ مخنيوی مو کړي وي، فزيکي تمرين وکړئ، غذايي رژيم ته مو تغير ورکړئ او له چاغښت څخه ځان وساتئ.

د خوړو د

روغتيا يي

رژيم

درلودل:

دا جمله

معمولاً د

وزن د کمښت

په مانا را

اخيستل کېږي، خو

په اصل کې روغتيايي

خوړيز رژيم هغه رژيم دی

چې موږ بايد د خپل بدن د اړتيا په

کچه خواړه وخورو ورسره ټول هغه لوی

لکه پروټين او کوچني لکه ويتامين د وجود

ضرورتونه پوره کړي، دا په داسې حال کې

ده چې د نړۍ لوی شمېر نفوس د صحي

خوړو يا په بله ژبه د روغتيايي خوړيز

رژيم د نشتون له امله له ناروغيو سره مخ

# ده حقیقت شگفت‌انگیز که فقط نوابغ و خلاقان درک می‌کنند!

افراد نابغه و خلاق، جهان را از دریچه‌ی می‌بینند که برای دیگران ناآشناست. آن‌ها در دنیایی که برای سطحی‌نگری ساخته شده، عمیق می‌اندیشند و به جای پیروی از جریان‌های رایج، مسیرهای ناشناخته را می‌پیمایند. اغلب در انزوا و سکوت، جهان خود را می‌سازند؛ دنیایی که دیگران قادر به درک آن نیستند.

تحقیقات علمی نشان می‌دهد که ذهن خلاق، ساختاری متفاوت دارد، گویی که بر مدار دیگری در حال چرخش است. این تفاوت، نه تنها توانایی آن‌ها را در خلق آثار بزرگ افزایش می‌دهد، بلکه به آن‌ها شیوه‌ی از تفکر می‌بخشد که منحصر به خودشان است.

در اینجا، ۱۰ ویژگی که فقط افراد خلاق و نابغه درک می‌کنند، با شما به اشتراک می‌گذاریم:

۱. ذهنشان، اقیانوسی از ایده‌های تازه است

افراد خلاق، دائماً ایده‌های نو در ذهن دارند، گویی هزاران ستاره در شب پرنور در ذهنشان می‌درخشند. تصمیم‌گیری درباره‌ی اینکه کدام ایده را دنبال کنند، چالشی همیشگی برای آن‌هاست. آن‌ها در جایی که دیگران بن‌بست می‌بینند، مسیرهای جدید کشف می‌کنند و از تخیلشان برای خلق واقعیت‌های شگفت‌انگیز بهره می‌برند.

۲. موانع را به فرصت تبدیل می‌کنند

برای افراد خلاق، بن‌بست معنا ندارد. آن‌ها به موانع نمی‌بازند، بلکه از آن‌ها نردبانی برای رشد می‌سازند. هر چالشی، فرصتی برای یادگیری، نوآوری و موفقیت است.

۳. به خودشان خیانت نمی‌کنند

آن‌ها هرگز برای تأیید دیگران، چهره واقعی‌شان را تغییر نمی‌دهند. ارزش‌هایشان را به هیچ قیمتی معامله نمی‌کنند. آن‌ها برده‌ی مادیات نیستند؛ بلکه اشتیاق، انگیزه و آفرینش، نیروی پیش‌برنده‌ی زندگی‌شان

است.

۴. همیشه در جستجوی تجربه‌های جدیدند

گاهی طوفانی می‌شود. آن‌ها شادی، غم، عشق و اندوه را عمیق‌تر از دیگران احساس می‌کنند. هر لحظه زندگی‌شان، تصویری پررنگ و ملموس است، و همین احساسات، منبع الهام آثار خارق‌العاده‌ی آن‌هاست.

۹. ناظران تیزبین دنیای پیرامونند

آن‌ها دنیا را با چشمانی جست‌وجوگر می‌نگرند. در نگاهشان، هر لحظه، هر شیء و هر رویداد، سرشار از معنا و الهام است. همان‌طور که «هنری جیمز»

می‌گوید: «هیچ چیز برای یک نویسنده بی‌ارزش نیست.» بسیاری از هنرمندان بزرگ، همیشه دفتری همراه خود دارند تا افکار و مشاهداتشان را ثبت کنند.

۱۰. شکست را، گامی برای پیروزی می‌دانند

خلاقت، سفری است پر از آزمون و خطا. افراد خلاق، شکست را نه به عنوان نقطه پایان، بلکه به عنوان پلی برای موفقیت می‌بینند. «استین کاتلر» در مقاله‌ی درباره نبوغ انیشتین می‌نویسد: «افراد خلاق شکست می‌خورند، و کسانی که واقعاً با استعدادند، بیشتر از همه شکست می‌خورند.» آن‌ها می‌دانند که هر سقوط، فرصتی برای برخاستن است.

و در نهایت...

افراد خلاق، متفاوت می‌اندیشند، متفاوت می‌بینند و متفاوت زندگی می‌کنند. شاید همیشه درک نشوند، اما جهان را با نوری تازه روشن می‌کنند. آنان، معماران رویاهای بزرگ، سازندگان افکار بدیع و جادوگران الهام‌اند.

سید نعمت الله انوشه

آن‌ها مانند پرندگان هستند که در آسمان بی‌پایان تجربه‌های جدید پرواز می‌کنند. ذهنشان همیشه پذیرای احساسات تازه، ایده‌های نو و چشم‌اندازهای متفاوت است. اسکات باری کافمن، روانشناس دانشگاه نیویورک، می‌گوید: «گشودگی به تجربه‌ها، قوی‌ترین شاخص برای موفقیت اخلاقیانه است.»

۵. در چهارچوب‌های سخت‌گیرانه نمی‌گنجند

خلاقت، فرمان‌بردار قوانین خشک و برنامه‌های دقیق نیست. آن‌ها نمی‌توانند از ۹ صبح تا ۵ عصر زیر نظر یک مدیر کار کنند، زیرا نوآوری، در لحظات الهام متولد می‌شود، نه در ساعات از پیش تعیین‌شده.

۶. تنهایی، مأوای آرامشتان است

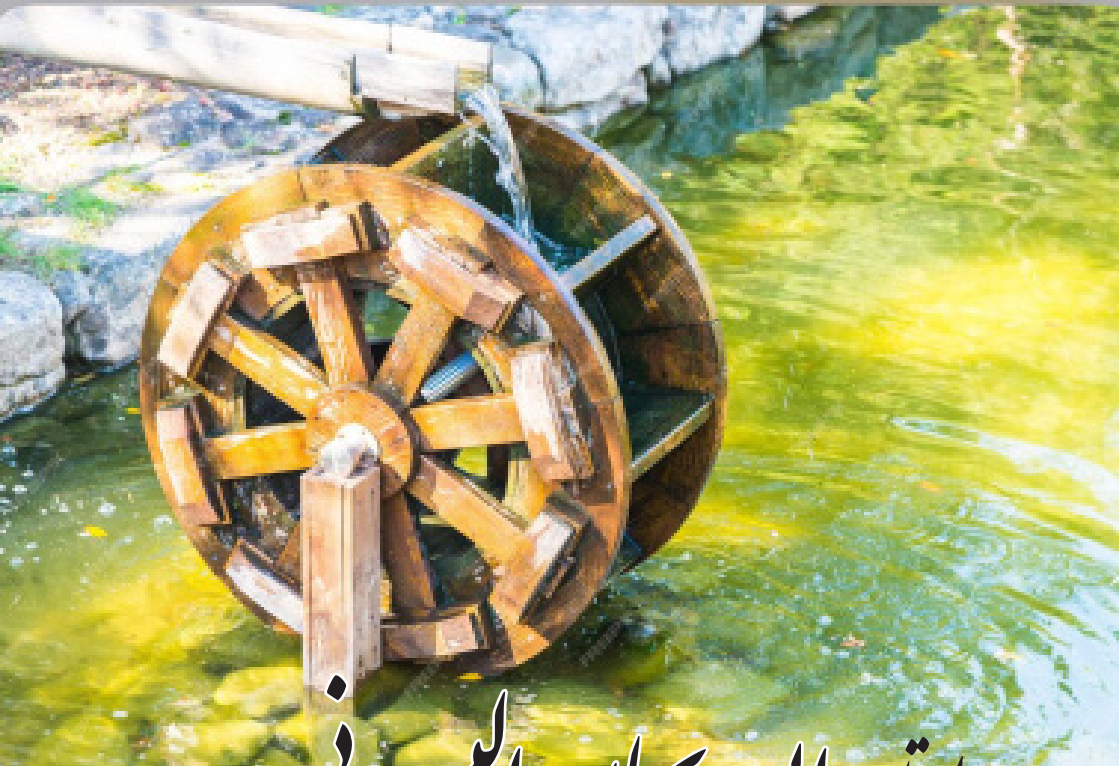
آن‌ها در هیاهوی جهان غرق نمی‌شوند، بلکه در سکوت و خلوت، خودشان را می‌یابند. تنهایی برایشان زندان نیست، بلکه سرزمینی است که در آن، رویاهایشان را می‌پرورانند. در این لحظات، ذهنشان به دنیایی بی‌پایان سفر می‌کند و الهاماتشان شکوفا می‌شود.

۷. پرسشگران بی‌قرارند

افراد خلاق، کنجکاوی سیری‌ناپذیری دارند. آن‌ها نمی‌پذیرند که دنیا همان‌گونه باشد که به نظر می‌رسد؛ بلکه با «چرا»ها و «چگونه»هایشان، همواره در پی کشف حقیقت‌اند. ذهنشان، همواره در جست‌وجوی ناشناخته‌هاست.

۸. عواطفشان، موجی خروشان است

احساسات برای افراد خلاق، مانند رودخانه‌یی جاری است که گاهی آرام و



# داستان ابوریحان البیرونی

من به درون آید؛ چون من گوش‌هایم  
نمی‌شنود و امشب هم باران می‌آید و  
شما هم تر می‌شوید و نیمه شب هم  
هر چقدر در را بکوبید من نمی‌شنوم  
و شما باید زیر باران بمانید.

ناگهان شاگرد ابوریحان سخنان آسیابان  
را قطع کرد و گفت: این که این‌جا  
نشسته بزرگ‌ترین دانشمند و ریاضی‌دان  
و همچنین منجم جهان است و طبق  
برآورد ایشان امشب باران نمی‌آید.

آورده اند که روزی ابوریحان البیرونی به  
همراه یکی از شاگردانش برای بررسی  
ستارگان از شهر محل سکونتش بیرون  
شد و در بیابان کنار یک آسیاب رسید  
تا این‌که غروب شد.

کمی از شب گذشت که آسیابان بیرون  
آمد و خطاب به ابوریحان و شاگردش  
گفت:

می‌خواهد در آسیاب را ببندد اگر  
می‌خواهید داخل بیایید همین اکنون با

آسیابان گفت: به هر حال من گفتم. من گوش‌هایم نمی‌شنود و شب اگر شما در را بکوبید من متوجه نمی‌شوم. شب از نیمه‌گذشت باران شدیدی شروع به باریدن کرد و ابوریحان و شاگردش هر چه بر در آسیاب کوفتند آسیابان بیدار نشد. تا اینکه صبح شد و آسیابان بیرون آمد و دید که شاگرد و استاد هر دو از شدت سرما می‌لرزند و هر دو با هم به آسیابان گفتند که تو از کجا می‌دانستی که دیشب باران می‌آید؟

ابوریحان تا این سخن را شنید در تعجب افتاد و به قدرت الله سبحان و تعالی بیش‌تر از پیش پی برد که چگونه در فطرت این سگ درک باران و حوادث را جا داده است.

همچنان پی برد که باید در بعضی مواقع از تجربه بزرگان استفاده کنیم.

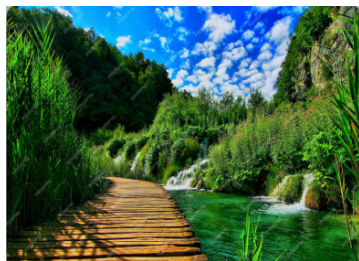
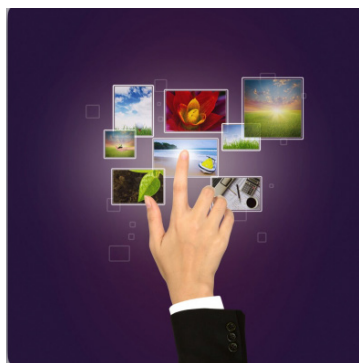
ابوریحان این را نیز درک کرد که نباید به اسناد و مدارک تحصیلی خود بنازد، در دنیا کسانی هستند که بسیاری از مسائل را بهتر از او میدانند.





# استراحت او تفريح

ليکوال: ډ: ابراهيم شينواری



موبډ د ژوند د چلولو لپاره کار کوو او بايد کار وکړو. فزيکي کار، دفتري کار، مطالعه او تفکر ټول په کار کې حسابېږي. که هر ډول کار کوو، استراحت او تفريح ته پکې ضرورت لرو او مسلسل او ډېر سترې کار زمونږ ژوند او روغتيا ته ضرر رسوي.

زمونږ خالق زموږ بدن او روح دواړه داسې جوړ کړي دي چې د ډېر فوق العاده قوت لرونکي دي، خود استراحت لارې يې هم ورته جوړې کړې او رابښودلې دي. د خوب لپاره شپه بهترين فرصت دی چې د ورځې په جريان کې بايللې انرژي معاوضه او ستريا مو جبران کړو. سهار وختي پاڅيدل او ښه پلان جوړول مو د ټولې ورځې کار آسانوي، تر غرمې لږ مخکې د نيم ساعت خوب مو انرژي له سره نوې کوي. د کار په منځ کې عبادتونه (مثلا د ماسپنين او مازيگر لمونځونه) راته د استراحت نور فرصتونه دي او تر هرو ۵۰ دقيقو کار وروسته لس دقيقې استراحت زموږ د کار حاصل زياتوي.

البته دولتونو او موسسو د استراحت لپاره قوانين جوړ کړي او کارکوونکو ته يې د ورځې په منځ کې د کار وقفې، درخصتي ساعتونه، د اونۍ رخصتۍ، کلنۍ تفريحي او نور حقوق

ورکړي دي. اوس ځينې هيوادونه پدې غور کوي چې څنگه کارکوونکو ته د کار په منځ کې د نيم ساعت خوب زمينه برابره کړي، دوی تر څپر نو وروسته دې نتيجه ته رسيدلي دي چې دغه نيم ساعت خوب او آرام د کارکوونکو د کار حاصل او اغيزناکتوب زياتوي. البته زموږ په دين کې هم د دې کار سپارښتنه شوې ده.

شدید فزیکي کار زموږ د بدن اکسیجن په زیاته اندازه مصرفوي، له مصرف شوي اکسیجن څخه ځينې ماليکولونه د آزادو رادیکالونو په شکل اوږي چې د بدن د حجرو جدار تخریوي. د دغو آزادو رادیکالونو د مخنيوي لپاره د هغو خوراکونو خوړل پکار دي چې انتي اکسیدانت مواد لکه ویتامین ای، ای، سي او کروټين ولري. د استراحت او کار تر منځ یو مناسب تناسب هم د دغه خطر څخه د مخنيوي لپاره ضرور دی. فزیکي کار د انسان بدن مقاوم کوي، خو دا فعالیت باید دومره شدید نه وي، چې بدن له کاره وغورځوي. که تر یو ساعت وروسته لس دقیقې استراحت وشي، تر هغه ډیر کار کولی شو، چې مسلسل څو ساعته کار وکړو. بله موضوع داده چې د فزیکي کار شدت او دوام باید په تدریجي ډول زیات کړو.

دفتری کارونه چې اوس زیاتره له کمپوټر سره ملګري دي، هم په ترتیب سره، سر ته رسول پکار دي، که ټوله ورځ د کمپیوټر سکرین ته کینو، مغز او ذهن مو تر سخت فشار لاندې راځي او تشویش سره مخ کېږو. په دفتری

کار کې هم باید ۵۰ دقیقې کار او ۱۰ دقیقې استراحت وکړو، یعنې له میزه پاڅیږو، په دفتر کې ورو ورو وګرځو، فکر مو د ورو ورو تنفس له لارې ارام کړو. تر وسمه وسمه باید کوښښ وکړو چې د غرمې ډوډۍ له ملګرو سره په ګډه وخورو او پکې خوش طبعه اوسو. اودس موبدن تازه کوي او دعا او لمونځ مو ذهن او روح باید په آرام او دقت سره یې وکړو. د کار نظم او ترتیب هم هېر نکړو، د مهمو موضوعاتو په تمرکز سره تشویش ته لار ور نه کړو. څومره چې کولی شو له سکرین سره خپل تماس کم کړو، په روغو او صحي طریقو سره یې استعمال کړو، چې د سترګو او اسکلیت له ناروغیو او تشویشونو سبب مونه شي.

داسې کسان لیدل شوي دي چې عمر یې تر ۶۵ کلنۍ زیات وو، خو هر ورځ یې ۱۵ ساعته کار کاوه. سبب یې همدا د کار او استراحت تر منځ تناسب وو. ادیسون به تر معمولو انسانانو ډېر زیات کار کاوه، خو ویل یې چې تر هر چا ډېر استراحت کوي. مخکې تر دې چې سخت ستړي شو، باید استراحت وکړو.

د بدن د آرامتیا او سستولو تکنیکونه هم باید زده کړو، بدن آزاد کړو او آرام او استراحت مو ګټور کړو.

کار که هر څومره ډېر وکړو، ښه دی، خو د کار او استراحت تناسب باید زده کړو چې هم مو بدن روغ، فعال او ځوان پاتې شي، هم مو فکر او ذهن آرام او خوشاله وي او هم مو کار اغیزناک او ګټور وي.



## قدر هم دیگر را بدانیم

و با تو غذا بخورد، همه این داشته‌ها پوچ و بی‌معنا می‌شوند. دیگر فرقی نمی‌کند با مازدا رانندگی کنی یا بنز، خانه‌ات دو هزار متری باشد یا چهل و پنج متری. وقتی کسی نباشد که این چیزها را با تو تقسیم کند، همه چیز بی‌ارزش می‌شود.

این داستان به ما یادآوری می‌کند که ارزش واقعی زندگی در چیزهای مادی نیست، بلکه در روابط انسانی است. در بودن با کسانی که دوستشان داریم، در خندیدن با آن‌ها، در تقسیم کردن لحظات شادی و غم. ثروت و دارایی‌ها فقط زمانی ارزش دارند که کسی باشد که آن‌ها را با تو تقسیم کند. پس بیایید قدر یکدیگر را بدانیم. بیایید به یاد داشته باشیم که مهم‌ترین ثروت‌های زندگی ما، آدم‌هایی هستند که کنارمان هستند. آن‌ها هستند که به زندگی معنا می‌دهند و آن‌ها هستند که باعث می‌شوند همه چیز ارزشمند شود.

تصور کن یک روز صبح که از خواب بیدار می‌شوی، بینی به جز خودت هیچ‌کس در دنیا نیست. همه ثروت زمین مال توست. هر چه بخواهی داری: بهترین لباس‌ها، گران‌ترین جواهرات، سریع‌ترین ماشین‌ها و بزرگ‌ترین خانه‌ها. اولش شاید فکر کنی بهشت روی زمین است.

لباسی از برند معروف می‌پوشی، جواهرات درخشان به خودت آویزان می‌کنی، با لوکس‌ترین ماشین‌ها گردش می‌کنی و در بزرگ‌ترین و مجلل‌ترین خانه‌ها زندگی می‌کنی. شاید حتی نصف روز از این همه ثروت و آزادی به وجد بیایی و احساس کنی که همه چیز داری.

اما کم‌کم می‌فهمی که چیزی کم است. چیزی که هیچ‌کدام از این ثروت‌ها نمی‌توانند جای آن را پر کنند. وقتی هیچ‌کس نیست که لباس جدیدت را ببیند، وقتی کسی نیست که برای ماشین‌هایت خوش‌حال شود، وقتی کسی نیست که کنارت بنشیند

# داستان زیبا

شاهی دو غلام می‌خرد، یکی از آنان را بسیار خوش‌سخن، شیرین جواب، با رخساره زیبا و ظاهری زیبا می‌یابد و آن دیگری را کثیف، بد بو و زشت رو.

با خود می‌گوید: باید با آن‌ها به گفت و شنود پردازم تا پرده‌های درون آن‌ها کنار رود و باطن آن‌ها را بخوانم. برای این مقصود نخست غلام زیبارو و خوش‌سخن را به حمام می‌فرستد.

در غیاب او با غلام زشت رو به گفتگو نشسته و می‌گوید: «این غلام که هم زیباست و هم خوش‌سخن، درباره تو بدگویی می‌کند و می‌گوید که تو دزد، خیانت‌کار و نامرد هستی. بگو بینم نظر تو چیست؟» غلام زشت‌رو می‌گوید: «او جز راست نمی‌گوید، من از او دروغ شنیده‌ام. به‌علاوه او خودبین نیست و با همه نیکی می‌کند و صفات نیکوی بسیار دارد. هر چه هم درباره من گفته است راست است؛ من پر از عیب!» شاه می‌گوید: «بس کن! من در پی آزمایش رفیقت هم برمی‌آیم، آنگاه می‌بینی که رسوایی به بار می‌آورد و تو شرمگین می‌شوی.»

چیزی نمی‌گذرد که آن غلام زیبا از حمام برمی‌گردد. شاه غلام پیشین را پی‌کاری می‌فرستد و با او به گفت و شنود می‌پردازد تا امتحانش کند. لذا نخست از جمال و کمالش تعریف می‌کند و سپس می‌گوید: «آن غلام می‌گوید که تو دورو هستی؛ پیش روی یک جوری، پشت سریک جور دیگر.»

غلام وقتی این سخنان را شنید برآشفته و گفت: «او از همان اول که با من رفیق بود همواره چون سگ نجاست می‌خورد.» و شروع کرد به بدگویی و ناسزا. شاه گفت: «بس است، دانستم که: «از تو جان‌گنده ست و از یارت دهان.»

پس بدان که صورت خوب و نکو

با خصال بد نیرزد یک تَسو

ور بود صورت حقیر و دلپذیر

چون بود خُلُقش نکو در پایش میر

# اهمیت اوقات فراغت

انجام دهید، به طبیعت بروید یا حتی پروژه‌های کوچک و خلاقانه را با هم شروع کنید. این کارها نه تنها روابط شما را تقویت می‌کند، بلکه باعث می‌شود احساس شادی و تعلق بیشتری داشته باشید. حتی می‌توانید از این زمان برای کمک به دیگران استفاده کنید، مثلاً در کارهای داوطلبانه شرکت کنید یا به کسی که نیاز دارد کمک برسানید. این کارها نه تنها به دیگران کمک می‌کند، بلکه احساس خوبی نیز در شما ایجاد می‌کند. در نهایت، اوقات فراغت فرصتی است برای استراحت و تجدید قوا. این استراحت به شما کمک می‌کند تا انرژی از دست رفته‌تان را بازیابی کنید و با روحیه‌ی بهتر به سراغ کارهای بعدی بروید. یادتان باشد که اوقات فراغت فقط برای پر کردن زمان نیست، بلکه برای پر کردن زندگی‌تان با چیزهایی است که شما را خوشحال می‌کند و به شما انگیزه می‌دهد.

پس دفعه بعد که وقت آزاد پیدا کردید، به این فکر کنید که چطور می‌توانید از آن به بهترین شکل استفاده کنید. چه یادگیری یک مهارت جدید باشد، چه گذراندن وقت با دوستان یا حتی استراحت، مهم این است که از این لحظات نهایت استفاده را ببرید. اوقات فراغت مانند یک گنج است، و نحوه استفاده از آن می‌تواند زندگی شما را غنی‌تر و پربارتر کند.

اوقات فراغت، همان زمان‌های طلایی است که بعد از انجام کارها و مسئولیت‌های روزانه به دست می‌آوریم. این لحظات می‌توانند به ظاهر کوچک و بی‌اهمیت به نظر برسند، اما در واقع فرصتی استثنایی هستند برای رشد، یادگیری و لذت بردن از زندگی. برای نوجوانان، این زمان‌ها می‌تواند تبدیل به فرصتی برای کشف استعدادها، تقویت مهارت‌ها و حتی ساختن خاطراتی به یاد ماندنی شود. استفاده درست از اوقات فراغت نه تنها باعث می‌شود احساس رضایت بیشتری داشته باشیم، بلکه می‌تواند مسیر آینده‌مان را نیز تغییر دهد.

یکی از بهترین راه‌ها برای استفاده از اوقات فراغت، پرداختن به فعالیت‌هایی است که به آن‌ها علاقه داریم. اگر ورزش را دوست دارید، می‌توانید به یک تیم ورزشی بپیوندید یا حتی در پارک محل‌تان بدوید. حتی اگر به مطالعه علاقه دارید، کتاب‌هایی را انتخاب کنید که شما را به دنیای جدیدی ببرند و دیدگاه‌تان را گسترش دهند. این فعالیت‌ها نه تنها باعث می‌شوند از زمان‌تان لذت ببرید، بلکه مهارت‌های جدیدی نیز یاد می‌گیرید که ممکن است در آینده به کارتان بیاید.

علاوه بر این، اوقات فراغت زمان مناسبی برای ارتباط با دوستان و خانواده است. می‌توانید با دوستان‌تان بازی‌های گروهی

## سه دهه رمضان؛ در سه مرحله

و بازگشت به فطرت پاک انسانی است. انسان در این روزها می‌آموزد که الله جل جلاله غفور و رحیم است و هر زمان که پشیمان شود، درهای توبه به روی او باز است.

### دهه سوم: رهایی از آتش جهنم

آخرین دهه رمضان، مهم‌ترین و حساس‌ترین بخش این ماه مبارک است. شب‌های قدر که از برترین شب‌های سال محسوب می‌شوند، در این دهه قرار دارند. این ایام فرصتی است برای دعا، تهجد و نزدیکی بیشتر به الله جل جلاله. در این مرحله، مؤمنان امیدوارند که پس از بهره‌مندی از رحمت و مغفرت الهی، به مقام رهایی از آتش جهنم و رسیدن به سعادت ابدی دست یابند.

### نتیجه‌گیری

ماه رمضان، سفری روحانی است که در آن انسان از دنیای مادی فاصله گرفته و به سوی نور و معنویت حرکت می‌کند. سه دهه این ماه، همچون سه مرحله از یک مسیر تکاملی هستند که فرد را از رحمت به مغفرت و در نهایت به رهایی می‌رسانند. بهره‌گیری صحیح از این فرصت ارزشمند، می‌تواند زندگی فرد را دگرگون کرده و او را به انسانی بهتر و آگاه‌تر تبدیل نماید.

ماه رمضان، یکی از مقدس‌ترین ماه‌ها در دین مقدس اسلام است که به سه دهه تقسیم می‌شود. هر کدام پیام و معنای خاصی برای مؤمنان دارد.

این ماه که با روزه‌داری، عبادت و تزکیه نفس همراه است، مسیری روحانی را برای انسان ترسیم می‌کند که از رحمت آغاز می‌شود، با مغفرت ادامه می‌یابد و در نهایت به رهایی از آتش جهنم می‌انجامد.

### دهه اول: رحمت الهی

دهه نخست رمضان، روزهای نزول رحمت بی‌پایان الله جل جلاله است. در این ایام، درهای رحمت الهی به روی بندگان باز می‌شود و مؤمنان فرصت دارند تا با نیت خالص، قلب خود را از آلودگی‌ها پاک کنند. در این مرحله، افراد با روزه‌داری، قرائت قرآن و دعا، روح خود را برای دریافت برکات الهی آماده می‌کنند. این دهه فرصتی است برای ایجاد تغییرات مثبت در زندگی و تقویت ارتباط با الله جل جلاله.

### دهه دوم: مغفرت و بخشش

در دهه دوم، الله جل جلاله به بندگان وعده مغفرت و آمرزش داده است. این دهه زمانی است که مؤمنان باید بیشتر به استغفار و طلب بخشش پردازند. پیام این بخش از رمضان، بخشش گناهان

# داستان زیبا

روزی بهلول از راهی می‌گذشت. مردی را دید که غریب‌وار و سر به گریبان ناله می‌کند. بهلول به نزد او رفت سلام نمود و سپس گفت: آیا به تو ظلمی شده که چنین دلگیر و نالان هستی. آن مرد گفت: من مردی غریب و سیاحت پیشه‌ام و چون به این شهر رسیدم، قصد حمام و چند روزی استراحت نمودم و چون مقداری پول و جواهرات داشتم از بیم سارقین آنها را به دکان عطاری به امانت سپردم و پس از چند روز که مطالبه آن امانت را از شخص عطار نمودم به من ناسزا گفت و مرا فردی دیوانه خطاب نمود.

بهلول گفت: غم مخور، من امانت تو را به آسانی از آن مرد عطار پس خواهم گرفت. آنگاه نشانی آن عطار را سوال نمود و چون او را شناخت به آن مرد غریب گفت: من فردا فلان ساعت نزد آن عطار هستم تو در همان ساعت که معین می‌کنم به دکان آن مرد بیا و با من ابتداً تکلم نکن. اما به عطار بگو امانت مرا بده. آن مرد قبول نمود و برفت. بهلول فوری نزد آن عطار شتافت و به او گفت: من خیال مسافرت به شهرهای خراسان را دارم و چون مقداری جواهرات که قیمت آنها معادل ۳۰ هزار دینار طلا می‌شود دارم، می‌خواهم نزد تو به امانت بگذارم تا چنانچه به سلامت بازگردم آن جواهرات را بفروشم و از قیمت آنها مسجدی بسازم. عطار از سخن او خوشحال شد و گفت: به دیده منت. چه وقت امانت را می‌آوری؟ بهلول گفت: فردا فلان ساعت و بعد به خرابه رفت و کیسه ای چرمی بساخت و مقداری خورده آهنی و شیشه در آن جای داد و سر آن را محکم بدوخت و در همان ساعت معین به دکان عطار برد.

مرد عطار از دیدن کیسه که تصور می‌نمود در آن جواهرات است بسیار خوشحال شد و در همان وقت آن مرد غریب آمد و مطالبه امانت خود را نمود. آن مرد عطار فوراً شاگرد خود را صدا بزد و گفت: کیسه امانت این شخص در انبار است. فوری بیاور و به این مرد بده. شاگرد فوری امانت را آورد و به آن مرد داد و آن شخص امانت خود را گرفت و برفت و دعای خیر برای بهلول نمود.