

سريزه

زه چې کله کله خپل اعصاب نه شم کابو کولی او خپلو بچيو سره ناسم چلند کوم، کله چې غواړم دوی ووهم يا زيارې ورته وکړم نو دغه خبره مې راياده شي: «د روزنې تېروتنې له زاپه نسله نوي نسل ته لېږدي. مثلاً پلار خپل زوی ځکه ځوروي چې له ده سره هم په ماشومتوب کې خوشونت شوی دی. اوس پرته له دې چې پخپله وپوهېږي، د غچ اخيستنې د جبران پر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلند کوي. په دې توگه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پياوړي کوي، هغه ځواک چې پخوا يې په تر لاسه کولو کې پاتې راغلی و.» له دې سره شرم راته ودرېږي چې ته څنگه خپل غچ له ماشومانو اخلي؟

زه هم د اکثرو نورو افغانانو په څېر په مستبدو محيطونو کې اوسېدلی يم. په ماشومتوب کې وهل شوی يم. خپل ژنيټوب مې په حربي ښوونځي کې تېر کړی او څلور کاله مې په نه کړي گناه ډول ډول جزاگانې ليدلي دي. پوهنتون مې د تنظيمونو او د طالبانو په خورا مستبدو واکمنيو کې ويلي دی نو له استبداد څخه کرکه لرم. کله چې دغه جملې لولم نو ځورېدلې اروا مې يو څه تسکين مومي: «هغه دولتونه چې له

وگړو څخه ازادي اخلي، هغوی له ځانه شپي يا پر رسنيو بنديز لگوي، پخپله مفکورې او عقيدې جوړوي او پر نورو يې تپي، څنگه چې ښکاري هغسې ځواکمن او پياوړي نه دي. دوی که په ريښتيا سره غښتلي وای نو دې ته به نه اړ کېدل چې خلک وډاروي. دوی لکه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنيز ښکاري خو پښې يې د لرگيو دي.»

پورته اقتباسونه د (احساس حقارت) له کتابه راخيستل شوي دي چې ما په ۱۳۷۷ کې لوستی و. دغه کتاب راته زما او زما د ټولنې د هيندارې په شان ښکاره شو. (احساس حقارت) ايراني ارواپوه ډاکتر محمود منصور په ۱۹۶۴ کې په پارسي ليکلی دی. د بحث موضوع يې د الفرد ادلر Alferd Adler مشهوره نظريه «د حقارت غوټه يا the inferiority complex» ده. د کتاب په لوستو راته ښکاره شوه چې موږ هم د وگړو په توگه او هم د قوم او د ملت په حيث د حقارت د غوټې ښکار شوي يو او زموږ په ورځنيو کړنو او چارچلند کې د دې غوټې اثر جوت دی نو فکر مې وکړ چې دغه کتاب بايد پښتو کړم. د دې کتاب په لوستو به خپلې ځينې اروايي او ټولنيزې ستونزې راجوتي شي او د علاج لارې به يې 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 چندانې 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 ورسره غوړوي. څنگه 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.

ډاکټر محب الله زغم

۱۳۸۹ د غبرگولي ۱۲

لومړۍ څپرکۍ

۱. د حقارت مسئله

موږ د حقارت مسئله ځکه راسپړو چې دغه مسئله نه يوازې په ارواپوهنه کې؛ بلکې د روزنې په برخه کې هم پوره اهميت لري.

د حقارت احساس موږ ته دا رابښي چې د مور و پلار او د ښوونکو مسوليت تر هغه څه لوی او مهم دی چې موږ يې معمولاً انگېرو؛ ځکه هغه تېروتنې چې کورنۍ يا ښوونځي او په ټوليزه توگه وگړي يې د ناپوهۍ په وجه ترسره کوي، د سړي پر عقلي، عاطفي او اخلاقي جوړښت باندې داسې ناوړې اغېزې کوي چې بيا به يې درملنه هم نا ممکنه وي.

له بل پلوه د مسئلې اهميت په دې کې دی چې دا د فرد او ټولنې تر منځ اړيکي مطرح کوي. د روزنې ټولنيز هدف هم دا دی چې فرد له ټولنيز چاپېريال سره جوړجاړی پيدا کړي.

ماشومانو او زلمکوته 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 لاندې 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 ټولې برقراره لرل. هر هغه څه چې زموږ د وجود اروايي انډول وړانوي، 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. (څنگه چې موږ خپل جسم له فزیکي خطرونو ساتو، هماغسې باید خپله اروا هم ثابته وساتو. ژوند هغه قوت دی چې هره گړی زموږ اروايي حالت د نارمل خوا ته راگرځوي. 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 سپری 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.

تولو به لیدلي وي چې سپي، پیشکې او مرغان د دې لپاره چې یوه ناخیزه مړی تر لاسه کړي، یو بل وهي. بیا هغه چې بر شو، مړی 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 پاموړ ټکي شته. د دغو کتنو پر بنسټ الوتونکي او ژوي په خپلو منځو کې د مراتبو د ټاکلې سلسلې اړیکي سره لري. مثلاً د چرگانو په فارم کې هر چرگ (چرگه) د بل بادر دی او هغه بل باید دی تر ځان پورته وگني. دلته مثلاً «الف» چرگ پر «ب» چرگ حاکم دی او «ب» چرگ د «ج» چرگ بادر دی او هغه ځوروي. بیا ممکن بېرته همدا «الف» چرگ د «ج» چرگ 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» چرگ پر «ج» چرگ باندې هم بر وای.

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

علم او صنعت په مټ پر فیزیکی نړۍ او د زور او ځواک په وسیله پر ټولنیزه نړۍ برلاسی شي. سیاسي تاریخ د امپریالیزم د استبداد او تسلط له همدغو وسوسو څخه پرته بل څه نه دی. د دغو وسوسو هدف دا دی چې پر نورو باندې د برلاسی اړتیا مو پوره شي. برلاسی ته اړتیا د هر انسان او هر ملت په خټه کې اغېرل شوې ده.

د ادیانو تاریخ رابښي چې انسان د خپلو عقیدو د خپراوي لپاره زیاتې هڅې کړې دي. په حقیقت کې عقیده د انسان د وجود اصلي تومنه ده. که د چا عقیده پر نورو بره وي، دی به ځان هم بر وگڼي.

ټول غواړي چې د خپل ځواک کړۍ پراخه کړي. پراختیا غوښتنه هم په ماشومانو کې، هم په زلمکو او لویانو کې شته خو څنگه چې انسان ورو ورو بدلېږي نو د عمر په تېرېدو سره دغه احساس یې ورو ورو کمزوری کېږي. دا چې ولې دغه غوښتنه په ماشومانو کې تر غټانو زیاته ده، دلیل یې د انسان وده ده. وده په دوامدار ډول د انسان بدني ثبات ماتوي. (نن د ماشوم ونه ۶۰ سانتي متره ده، شپږ میاشتې وروسته به ۷۰ سانتي مترو ته ورسېږي، نو د ودې په بهیر کې د ماشوم د بدن اندازې ثابتې نه پاتېږي. ژباړن) د ودې په حال ماشومان، پر هغو خوراکی توکو سربېره چې د

ورځنيو فعاليتونو لپاره ورته اړتيا لري، يوڅه اضافي خوړو ته هم ضرورت لري چې د فيزيولوژي پوهان ورته «د ودې څيره» وايي. د انسان د ذهني ودې په اړه هم خبره همداسې ده. مانا دا چې برلاسی ته د ماشوم تمايل په ودې پورې اړه لري او داسې برېښي چې دغه غوښتنه به د هغه د معنوي او روحاني وجود د جوړولو لپاره ضروري وي. د همدې تمايل په وجه ماشوم د دې پر ځای چې د هغو شيانو په پېژندلو قانع شي چې د هماغه وخت اړتياوې يې پوره کوي، غواړي لا ډېر څه وپېژني او په لا ډېرو خبرو وپوهېږي. همدا وجه ده چې ماشوم پوښتنې کوي، هر څه ازمايي، هر شی لمس کوي، لاس پرې موبښي او تل د خپلو ضرورتونو له دايرې څخه پښه اړوي. ماشوم هره شېبه لا نوي شيان پېژني او پوهه يې لا زياتېږي. 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 لومړيو ورځو د ځان د پراختيا په لاره کې له داسې خنډونو سره مخ کېږي چې له منځه وړل به يې ناشوني وي.

باندني ځواکونه د ماشوم له دغو طبيعي تمايلاتو 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 نړۍ د ده په واک کې نه ده. دی نه شي کولای چې سپوږمۍ په غېږ کې ونيسي. دی پر دې لایتناهي فضا باندې ان لږ تسلط هم نه لري. بده لا دا چې پر هغو کسانو باندې چې د ده په شاوخوا کې دي، دی تر ټولو کم واک لري. ده ته تل ویل کېږي «دا کار مه کوه، دغه شي ته لاس مه وږه، غلی شه، کرار شه، په کړکۍ لاس مه وهه، په لښتي کې مه گډېږه....» دی غواړي لا هم لوبې وکړي خو موریې په زوره ځملوي. په داسې وخت کې یې له خوبه راویښوي چې لا یې د خوب تنده نه ده ماته. هغه خواړه ورکول کېږي چې دی ورڅخه کرکه لري خو هغه مېوه نه ورکول کېږي چې ده ته خوند ورکوي. همدا وخت دی چې ماشوم ته خپله کمزوري معلومېږي؛ ځکه چې له لویانو سره په خپله مبارزه کې یې ماتې خوړلې ده. د همدې لاملونو له امله چې په اثر یې په وجود کې د حقارت احساس رېښه ځغلوي.

هر ماشوم دغه احساس لري. دا یوه طبیعي چاره ده. دغه احساس په خپل ذات او تر دې حده هېڅ تاوان نه لري او سره له دې چې په وار وار د ماشوم سترگې له اوبښکو ډکېږي خو بیا هم دغه حالت ورته گټور دی. دغه احساس په ماشوم کې د

لويښدنې لېوالتيا پيدا کوي. دی غواړي د پلار په شان شي او د لويانو پېښې وکړي.

دا احساس داسې ځواک دی چې ماشوم په خوځښت راوړي او هغه اړ باسي چې بېلابېلې لوبې وکړي او په دغو لوبو کې د لويانو پېښې وکړي. په دې توگه د حقارت احساس تر ټولو ارزښتناکه انگېزه ده چې ماشوم د ځان روزنې ته اړ باسي. کله چې د انسان شخصيت ورو ورو او په تدريج سره وده کوي او ثبات مومي، دغه احساس هم مړاوی کېږي.

خو درېغه چې وضع تل دا شان نه وي. غالباً د تحول دغه خېره چې وړاندې شوه، بې له ټيټې جگې نه وي؛ ځکه چې بېلابېل لاملونه د عادي تحول پر لاره خنډ جوړوي او په سړي کې حقارت پياوړی کوي. دغه احساس د ماشوم پر نازک بدن لکه اغزی لگېږي او د ژښتوب او لويښې پر مهال يې 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 غبرگونونه زېږي. د حقارت لاملونه درې دي.

۱. د چاپېريال اغېز

۲. واقعي حقارت

۳. غير عادي صفات يا ځانگړنې

الف : د چاپېريال اغېز

اکثره وخت په اول سر کې کورنۍ تېروتنه کوي او د حقارت احساس چې په لومړي سر کې عادی او نورمال دی، په لوی لاس زیاتوي.

د بېلګې په توګه اکثره وخت مغروره او ځانغواري میندې او پلرونه چې غواړي بچي یې باید حتماً نابغه اوسي، په دوامداره توګه خپل اولاد د کورنۍ له نورو ماشومانو سره او یا د خپلو خپلوانو او یا د ګاونډیو له هغو ماشومانو سره پرتله کوي چې تر دوی تکړه دي. په دې توګه خپل بچي له دې عذاب 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، په تېره بیا که دغه مشران یو څه ښه استعداد هم ولري نو په دې وخت کې 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 رتي؛ حال دا چې ماشوم پوهېږي چې تر خپله وسه یې کوښښ کړی دی. مثلاً د ارزونې په پایله کې زده کوونکي د لیاقت د درجې پر

اساس پر چوكيو كېنول كېږي يا په حاضري كې يې نومونه په همدې حساب ليكل كېږي. كه موږ وغواړو يا ونه غواړو، هغه شاگردان چې نومونه يې په اخر كې ليكل شوي دي او پر اخرو چوكيو كېنول شوي دي، په درسونو كې لا پسې سستېږي او پر ځان باندې باور له لاسه وركوي.*

دغه ټكي دا رابښي چې د زده كوونكو تر منځ د سيالي پيدا كول، خومره ظريف او ستونزمن كار دی. دلته كه د مسئلې باريكيو ته پوره پام ونه شي، خواشينوونكې پايلې به ولري.

د رقابت چاره د لويانو او د لويو ټولنيزو گروپونو تر منځ هم له ستونزو خالي نه وي. چارواكي بايد په علمي حوزو او اداري چارو كې هم د حقارت مسئلې ته ځير وي.

له لويه سره بايد له انسان څخه د هغه تر وسه پورته تمه ونه لرو، كه نه نو حقارت به ورته پيدا شي؛ ځكه چې هغه به فكر وكړي چې هېڅ كله يې له خپلو هڅو كوم حاصل نه دی

* په ځينو ملكونو كې شاگردان د لياقت په لحاظ په گروپونو ويشل كېږي. مثلاً هغه شاگردان چې د نمر و اوسط يې ۸۰-۱۰۰ وي په A گروپ كې، له ۶۰-۸۰ نمرې والا په B او تر هغه كېنټه نمرې والا په C گروپ كې راځي. بيا د هرې ډلې د استعداد او ضرورت سره سم درسي پروگرام ورته جوړېږي. هلته هېڅوك اول نمره نه وي او هر څوك له خپلو همسويه ټولگيوالو سره په يوه ډله كې وي، په دې توگه به هېڅوك ځان حقير نه گڼي. ژباړن

اخيستی. لا مهمه دا چې هغه احساس کوي چې نه يوازې د نورو؛ بلکې د ځان قناعت يې هم نه دی حاصل کړی. په پايله کې به په ده کې دغه احساس ريښه ځغلوې چې دی تر عادي او نارملې کچې ټيټ دی.

خو دا مطلب هم په زړه پورې دی چې که يو چا ته په ماشومتوب کې دغه فرصت په لاس ورشي چې په وار وار اسانو برياوو ته ورسېږي، دغه حالت هم د تمې پر خلاف هغه د حقارت له احساس سره مخ کوي. دا ځکه چې هغه له نويو موقعيتونو (نويو ستونزو) سره له مخامخ کېدو سره، پر ځان باندي باور له لاسه ورکوي. کله چې دی له نويو سختو ستونزو سره مخ کېږي نو احساس کوي چې پخوا تېروتنې و، پخوانۍ برياوې واقعي برياوې نه وې. دی گومان کوي چې اوس يې سترگې د حقايقو پر وړاندې خلاصې شوې دي. دې وخت کې ورته پته لگېږي چې دی کمزوری دی.

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

د محیط اغېز هم اهمیت لري. هغه ماشومان او زلمی چې په کارگرو کورنیو کې زېږي، یو خو د نیستی، 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 کورنی 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 کورنی 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 اروايي نیمگړتیا څخه سرچینه واخلي.

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

لري، دوهم ځل په دې څورېږي چې همزولي او د شاوخوا کسان ورباندې ملنډې وهي. په دې عمر کې دوی کله کله ان د مور او پلار له بې حوصله گۍ سره مخ کېږي. دغه میندې او پلرونه ځانونه د اولادونو د دې حالت مسوول گڼي؛ ځکه خود نفس عزت یې ژوبلېږي.

ممکن د حقارت دغه ډول تر نورو هغو ډېر ځورونکی وي او ټول عمر له سړي سره پاتې شي.

د دې ډول حقارت بیان د پخوانو ادیبانو په اثارو کې د یوه حالت او یا د یوې مهمې پېښې د توصیف په بڼه لیدلای شو، نه د یوې نظریې په بڼه.

په هغو کې تر ټولو ښکلې کیسه د هغه «شاهزاده» ده چې شیخ سعدي شیرازي په ځانگړي ظرافت او استادۍ لېکلې ده. هغه وايي: «دی په ونه تیت او وړوکی و خو نور وروڼه یې دنگ او ښایستوکی. پلار ورته د حقارت په سترگه کتل.» شاهزاده په خپل ذکاوت په خبره پوه شو، شکایت یې وکړ چې «اې پلاره! ناپوهه دنگ ښه دی که لنډۍ پوه؟» او «د شیانو ارزښت په غټوالي پورې نه وي.» هغه له دې ترخه احساسه ځورېده؛ تر هغې چې «پاچا له یوه غښتلي دښمن سره مخ کېږي» او «لنډۍ» د حقارت د جبران لپاره یې ساری زړه ورتوب ښيي او په مېړانه

دښمن تار په تار کوي. تر دې بري وروسته پاچا د هغه سر او سترگې ښکلوي، خپلې خوا پورې يې نيسي، ورځ تر بلې يې لا ډېر نازوي او ان خپل ځای ناستی (ولیعهد) يې ټاکي. د ده برلاسي د وروڼو حسادت راپاروي. هغوی یو شیطاني پلان جوړوي خو «لنډی» خبرېري، د هغوی پلان شنډوي او وايي «ناممکنه ده چې هنرمند دې ومري او بې هنر دې د هغه ځای ونيسي» لویوالي ته د رسېدو دغه هدف ټول عمر له لنډي سره وي؛ هغه ډېر نور ملکونه نيسي- خو پخپله د بل ملک (د حقارت) بندي دی.

ج: عجیبه او غیر عادي ځانگړنې:

ځینې غیرعادي او عجیبه صفات، پرته له دې چې له واقعي حقارت سره رابطه ولري، سپړی د نورو د ملنډو کړي. کله کله پر ځینو کسانو داسې ریشخند نومونه اېښودل کېږي چې ټول عمر ورسره پاتېږي. د «پمن»، «چینجن»، «سپرن» په څېر نومونه په ماشومتوب او یا ژښتوب کې پر خلکو ږدول کېږي. مثلاً که د چا د مخ یو غړی یوه ژوي ته ورته وي، د هماغه ژوي نوم ورباندې اېښودل کېږي. لکه گیدر (که د چا زنه نری او اوږده وي) لیوه (که د چا د اړخ دارې یو څه غټې وي).

کله کله په اندام کې لږه بې نظمي د دې ډول ملنډو لامل
گرځي؛ لکه: پر مخ يا تندي باندې خال، پر پوستکي باندې
تور يا سپين داغ، د سر په وينستو کې سپين خاپ، شپږمه گوته،
ډېره لوړه يا ډېره ټيټه ونه، له حده زيات مزيتوب يا ډنگروالی او
بدرنگي.

○ ○ ○

بايد ووايو چې ممکن پورته يادې شوې درې واړه سرچينې
هره يوه په يوازې سر او يا هم له نورو سره په گډه حقارت
رامنځته کړي.

په دې توگه، ماشومتوب چې په اصل کې بايد د ژوندانه تر
ټولو ښکلې پړاو وي، د ځينو ماشومانو لپاره داسې پړاو دی چې
د هغوی پر عواطفو وژونکي گوزارونه کېږي. دوی له هماغه
وخته ځانونه خوار، نا چاره او يا سرتيتي گڼي.

۳. د حقارت پایلې او عواقب

کله چې د یادو لاملونو په اثر په چا کې حقارت پیدا شو، هغه به ډېر وځوروي. اوس باید وگورو چې سړی به د دغه رنځ پر وړاندې څرنگه غبرگون ښيي؟ څنگه به د هغه له شره ځان خلاصوي؟ او یا څنگه به ځان د حقارت له احتمالي خطرونو ساتي؟

د شلمې پېړۍ په سر کې «الفرد ادلر» چې لومړی د فروید Sigmund Freud همکار او هم فکره و، له هغه سره تر څه مودې همکارۍ وروسته، د فروید له مکتبه جلا شو او ځان ته یې بېل مشهور مکتب جوړ کړ. هغه «حقارت» د خپلې نظریې بنسټ وگرځاوه او د حقارت عقده یې نژدې د ټولو غیر عادي سلوکو د واقعي لامل په توګه راوپېژنده.

د ادلر په باور، د حقارت غوټه د انسان د رنګ رنګ او ډېرو کړنو سرچینه ده. کولای شو چې دغه کړنې له تسلیمه تر بغاوته، له بې زړه توبه تر استبداده، له شرارته تر بې کچې بنده ګۍ، د هوډ له نه لرلو څخه تر خورا ټینګ هوډه او د دغو قطبونو تر منځ پر ټولو کچو باندې ډلبندي کړو.

د ممکنه عواقبو تنوع او ګڼوالی دا رانښيي چې د حقارت زړې چې د ماشوم په اروا کې کرل شوي، د هر فرد له ځانګړنو

او د ودې د شرایطو له څرنگوالي سره سم بېلابېل او رنگ رنگ حاصل ورکوي.

له حقارت سره د ماشوم یا زلمي یا له لویه سره د انسان د مبارزې میکانیزم، تل پر یوه اصل ولاړ دی او هغه جبران دی. جبران د نیمګړتیا د له منځه وړلو مانا نه لري؛ بلکې هغه «پانګ یا درې» ته ورته دی چې د تلې په سپکه پله کې ایښودل کېږي چې ټوله پرې برابره شي او سړی خپل تعادل بیا مومي. دا هم سمه ده چې په ځینو مواردو کې جبران د نیمګړتیا د ختمېدو سبب ګرځي. داسې ډېر ځوانان لیدل شوي دي چې په ماشومتوب کې به یې ډنګر بدن او کمزوري اندامونه لرل خو 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 یې اړه ولري، دی د خپلې ټولنیزې وضعې د ښه کولو هڅه کوي. دغه هڅې به خامخا د هغه د حقارت په کمولو کې اغېزناکې وي. خو خبره تل داسې نه وي. موږ نه شو کولای چې ژوند د ریاضي د معادلې په څېر وګڼو. ان هغه وخت چې د حقارت احساس 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 حقارت

د سړي په زړه کې پاتې کېږي او د هغه د کړنو همیشنی لارښود
گرځي.

تاریخ د ډېرو حقارتونو هینداره ده.

ناپليون بېناپارت بد گومان او جاه طلب و. د ژوندانه ټيټو
شرایطو او ټيټې ونې هغه خوراوه. په شپاړس کلنۍ کې یې
ځکه د ځان وژنې هڅه کړې وه چې وېرېده 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 ولرله. ایا دا
هماغه د خواری او حقارت اور نه دی چې پخوا د هغه په
ماشوم زړگي کې بل شوی او ټول عمر یې د هغه ټول بدن د
برلاسی او تفوق تېری ساتلی دی؟ ایا دغه احساس به په
کوچنیوالي کې د نادر افشار، گود تیمور، چنگیز او نورو زړونه
نه وي زخمي کړي؟

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

که د چا یوه پښه لنډه وي او بدن یې یوې خوا ته کور شوی وي، نو شمزی به یې د دې کوروالي په جبران کې بلې خوا ته کېږي.

تاواني شوی زړه له حده زیات غټېږي تر څو د کمیت په مټ خپل کیفیت پوره کاندې. کله چې ماغزه زخمي کېږي نو د ماغزو د تاواني شویو مرکزونو د مرستې لپاره، نوې ضمیمې پخپله جوړېږي.

په اروايي چارو کې هم خبره همداسې ده خو توپیر یې په دې کې دی چې دلته جبران دوی موخې لري: لومړی دا چې د نیمګړتیا په وړاندې لکه «پانګ یا دره» شي او دویمه دا چې د دغه نیمګړتیا د احساس پر وړاندې چې خورا ځورونکې دی، د فرد ملاتړ وکړي یعنې هغه ته تسلي ورکړي.

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

– هغه ډله چې په ښکاره توګه پر نیمګړتیا بری مومي.

– هغه ډله چې سړی د نیمګړتیا له شره خوندي کوي.

اوله ډله، بريالی یا د اتلولۍ جبران او دویمه ډله، د خوندي کوونکي یا سربوښ ایښودونکي جبران په نوم یادوو.

د جبران اول ډول د خنډونو پر مورچو بريد کوي، پر هغوی
بريالی کېږي خو دويم ډول يې خنډونه کلابند (محاصره) کوي
او نه يې پرېږدي چې سر راپورته کړي.

بريالی جبران يا د اتلولی 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 لمسونکې منبعې حيثيت لري چې د دوی د مبارزې غريزه په خوځښت راولي. گواکي دوی به خپلې کمزورۍ ته وايي چې «ته نو گومان کوي چې پر ما به برېږي؟ 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 نيمگړتيا له منځه وړي؛ بلکې هغه په داسې غړي بدلوي چې تر معمولي کچې ډېر پياوړی وي.

په دې توگه د ځينو وړتياوو نه لرل، د خارق العاده استعدادونو په بڼه څرگندېږي. د «مضاعف جبران» يوه وتلې بېلگه د يونان نامتو خطيب «دموستن Demosthene» دی. هغه په زليتوب کې يې زړه او ترټرې و خو وروسته نه يوازې دا

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

الفرد ادلر د دغو بېلگو په هکله ټینگار کوي او د «بتهوون» مثال راوړي چې د خپل عمر په اخرو کې کون شوی و. د ادلر د شمېرنو له مخې په سلو کې ۷۰ نامتو نقاشانو د نظر کمزوري لرله. په دې توګه وینو چې پر نیمګړتیاوو باندې د بري 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 څرګند دی. «دویم ګیوم» چې یو لاس یې د زوکړې پر مهال فلج و، د دردوونکو او له تصویر پورته هڅو په پایله کې غښتلی تورزن شو. خو دا ډول جبران ممکن په ټولو مواردو کې ژور نه وي؛ ځکه چې د بدني نیمګړتیا له منځه وړل، کېدای شي ورسره مله اروايي ستونزه حل نه کړي. مثلاً ګیوم 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 نیمګړتیا احساس یې له منځه یوسي. ښایي 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 منلو او د یو ډول اخلاقي تقوا یعنې د تواضع په غوره کولو کې وه.

د حقارت جبران په داسې صفاتو باندې چې تر نیمګړتیاوو لا عالي وي، د اتلولۍ د جبران تر ټولو ښه او عالي ډول دی. دې جبران چې ښیګڼه پر بدګڼه کامیابوي، تل د خلکو زړونه خپل کړي دي. بېلګې یې په ختیزو او لوېدیزو اسطورو، کیسو او نکلونو کې ډېرې دي. «ساندريون» د یوې خواړې حقیرې وړې نجلۍ داستان دی چې په پای کې د خپل صبر او تدبیر په برکت د لویانو پر شرارت او بې رحمۍ بری مومي. په غربي ادبیاتو کې «پتي پوسه»، «لوپتي پرنس» او ورته نور اشار او په شرقي ادبیاتو کې د شاهنامې «بېژن او منیژه» او د سعدي د گلستان «حقیر شاهزاده» او په سلګونو نورې کیسې یې څرګندې بېلګې دي.

ملا تری یا پتوونکی جبران:

که خوک له حقارتہ خورپري او نه شي کولای چې له خپل
حقارت سره مبارزه وکړي او پر هغه بريالی شي او يا په ځان کې
داسې استعدادونه وروزي چې د حقارت په جبران کولو سره په
ده کې تعادل رامنځته کړي يا کله چې سړی هومره پراخ نظر او
فلسفي ليد نه لري چې خپله نیمگړتيا ومني نو هڅه کوي چې
خپله نیمگړتيا داسې پټه کړي چې په برید کې تر نورو وار
پومبی کړي او نور غلط کړي. داسې کسانو ته برید، د
نیمگړتیا د پټولو وسیله ده. دا ډول جبران د کمزورو خلکو
وسله ده. دوی پرته له دې چې د نورو د تېرايستلو نیت ولري،
د انساني طبیعت په وجه، دې لارې ته راڅکول کېږي.

دلته د ډارن سړي مثال پوره سم خبري. 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. همدارنگه
د دې حالت نور څرگند 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

اسانی سره منل کېږي. دا خبره نه یوازې په ورځنیو معاشرو کې لیدل کېږي؛ بلکې د سیاست په ډگر کې هم ځینې ناپوه وگړي د خپل غولونکي 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 فرهنگ، معرفت او د خپلې کورنۍ حقارت پټ کاندې. 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 موټرچلونکي ارواپوهنه 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 څښتنان شي. دوی چې پر لارو تر نورو مخکې کېږي نو په خوندونو کې ډوبېږي.

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

په نورو خپل ناز او کبر ومني، د لویانو پېښې وکړي او ځان تر نورو مهم وښيي. یا دا چې ځپلي او ضدي کېږي.

په دې توګه د ځواک او وړتیا ښودنه، غالباً د پټې او ناوړې کمزورۍ نڅښه ده. هغه چې واقعاً ځواکمن دی، دې ته اړتیا نه لري چې نورو ته خپل زور وښيي؛ ځکه چې دا کار کومه ګټه نه لري.* د تکبر او لویوالي هڅیان* د واقعي حقارت له جبران څخه پرته بل څه نه دی. څنګه چې وروسته به یې وګورو دا خبره یوازې د افرادو په برخه کې نه؛ بلکې د ټولنو په باب هم سمه راڅپړي.

● عسکري پرېد معمولاً په هغو هېوادونو کې ډېر په ډېدېږي سره تر سره کېږي چې یا خو مستبد حکومتونه لري، په خلکو کې یې ملاتړي لږ دي او حکومت خپلو خلکو ته خپل زور ښيي یا دا چې له ګاونډیو ملکونو په وېره کې دي او د زور په ښودلو سره هغوی په غوږ وهي چې پام چې حمله راباندې ونه کړي. ژباړن

* د تکبر هڅیان په اروايي ناروغانو کې لیدل کېږي. ناروغ ځان خورا مهم کس معرفي کوي، مثلاً د افغانستان یو عادي وګړی به وایي «زه د سینما تر ګردو لوی ستوری یم، پوهېږې، هالیوود په ما پسې شله دی چې راځه زموږ په فلمونو کې کار وکړه خو زه یې نه منم. ها بله ورځ امیتاچن راته زنگ وهلې و، خوارکې راته زاری کوي چې زما لور درېسې مري، خیر دی واده ورسره وکړه» کله کله د دوی استدلال دومره قوي او د وینا انداز یې دومره جدي وي چې خپل مخاطب تر تاثیر لاندې راولي او مخاطب یې پر خبرو باور کوي. ژباړن

هغه مذهبونه او دولتونه چې له وگړو څخه ازادي اخلي، خلك له ځانه شري يا پر رسنيو بنديز لگوي، پخپله مفكورې او عقيدې جوړوي او پر نورو يې تپي، څنگه چې ښكاري هغسې ځواكمن نه دي. دوى كه په ريښتيا سره غښتلي واى نو دې ته به نه اړ كېدل چې خلك وډاروي. دوى لكه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنيز ښكاري خو پښې يې د لرگيو دي. دوى پخپله ښه پوهېږي چې كه زغرونه لري نو په دروونكي توگه به راوپرځېږي.

د همدې اصل پر بنسټ، د ځينو دولتونو ناسنډول شوي خوځښتونه او پوځي حركتونه په واقعيت كې د دوى د كمزورى ښكارندوى دي. اكثره ډارن هېوادونه ندرتاً سوله خوښوونكي وي. دوى د بريد لپاره نه؛ بلكې له ډاره او خونديتوب ته د غيرعادي اړتيا په وجه په خپل شاوخوا كې پوځي ځواك راټولوي. دا ځكه چې دوى ته هرڅه د دښمن مورچل ښكارېږي. اصلاً د دوى تمايل دفاعي وي خو د دې لپاره چې خپل مرضي «ناخونديتوب» پټ كړي، هغې ته د لمسوونې ښه

ورکوي. د تعجب خبره دا ده چې اکثره وگړي د دې مسألې په
شننه کې تېروتنه کوي.*

د دې ډول جبران په خوا کې یو بل ډول یې هم شته چې ډېر
تویپر ورڅخه نه لري او باید «تسل ورکونکی جبران» یې
ونوموو.

تسل ورکونکی جبران:

دغه جبران ډېر ډولونه لري: لومړی ډول یې خیال پلو او
خیالي نړۍ ته تېښته ده. انسان له خیالي نړۍ څخه هغه څه
غواړي چې په واقعي ژوند کې یې نه شي تر لاسه کولای.
موږ هر یو چې په ماشومتوب کې مو د خوارۍ او ناتوانۍ
احساس کړی نو ځان سره مو ویلي دي چې کاشکې دومره
غښتلی وای چې خپل حریف مې د موم په شان په لاس کې
نیولی او د خپلې خونېې جزا مې ورته ورکړې وای؟

* گومان کوم چې موږ به هم ځکه هر وخت د خپلو بابا گانو تورې یادوو چې
پخپله خوندي نه یو. موږ اکثره وخت داسې غښتلی حکومت نه دی لرلی چې د
نورو د تیږیو مخه ونیسي، همدا وجه ده چې کله یو او کله بل پر موږ باندې
بریدونه کوي. موږ د دښمن د شړلو توان لرو خو د راتلو مخه یې نه شو بندولی؛
ځکه چې د دښمن مخه په فکر او تدبیر سره ډب کېدای شي او موږ په دې برخه
کې خوار یو. ژباړن

داسې ډېر ماشومان او زلمي شته چې په خيالي نړۍ کې غواړي، نه ښکاره کېدوونکي «نامرئي» اوسي.*
دې ته ورته خيالونه تل د ماشومانو په ذهن کې وي. دغه تخيلات له انساني غوښتنو سرچينه اخلي او مخکې تر دې چې په ادبياتو کې د زړه راښکونکو خو غمجنو نکلونو په بڼه څرگند شي، د وگړو په منع کې خوله په خوله لېږدېږي دي.
په ختيزو او لويديزو ادبياتو کې د دې نکلونو جوتې بېلگې ليدلای شو. د فرانسې د نامتو ليکوال «لا فونتين» (La Fontaine) د (پيريت) يا د شيدې پلورونکې او کټوې كيسه په غربي ادبياتو کې د دې جبران له مشهورو بېلگو څخه ده:
شيدې پلورونکې چې غواړي په هره توگه له خوارۍ څخه ځان وژغوري او شتمنه شي، گومان کوي چې د شيدو د پلورلو په پيسو به وشي کولای چې اول خنزير او بيا خوسۍ او غوا واخلي... خو د خيالونو په دې کشمکش کې يې د شيدو کټوه

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

پر ځمکې لوېږي او ماتېږي... دا د خپل هاغه خوب په غم کې ډوبېږي چې رېښتیا نه شو.

د پېریانو او ښاپېریو کیسې د هغه تمایل خبرې کوي چې د هر وگړي په زړه کې شته. هرڅوک هیله کوي چې متقي او پرهېزکاره انسان - یعنې مور - له تصور څخه پورته ځواک ولري او یا دې دومره ډېره شتمني ولري چې ټوله دنیا ورته درناوی وکړي.

کله کله دغه خیالونه دومره پراخېږي چې د اندېښنې سبب گرځي. ځینې ماشومان او ځوانان د خپل ذهن په خیالي نړۍ کې ډوبېږي. کله خو دوی خیال له واقعیت سره دومره گډوي چې ځان ته خیالي خویندې او وروڼه جوړوي او ان له هغوی سره په خاصه لهجه خبرې کوي. دوی خپل دې عمل ته دومره واقعي رنگ ورکوي چې ته وا له ملموسو او محسوسو کسانو سره اړیکې لري. په دې وخت کې میندو او پلرونو ته اندېښنه ورلوېږي چې بچو ته یې هذیان پیدا شوی دی.

یوه ورځ یې ما ته یو څوارلس کلن زلمی راوست. دغه ژنی تر دې دمخه هڅاند تکره زده کوونکی و، تر اووم ټولگي پورې په ښو نمره کامیاب شوی و. د اتم ټولگي په لومړیو کې یې درسونه پرې ایښي وو، له نورو سره یې خپل اړیکي شلولي وو او

ارامي نړۍ ته يې پناه ورپې وه. اغلباً له ځانه سره غبرېده، په مخصوصه ژبه يې له ناليدونکو 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 گران و. د هغه په ارثي سوابقو کې هېڅ شکمن شی نه ښکارېده. په جسمي او عصبي معایناتو کې يې هم کومه ناروغي نه وه موندل شوې. په اول سر کې د ناروغ په شخصي- سوابقو کې کوم ناسم شی ترسترگو نه شو خو تر اوږدو گروپونو وروسته جوتنه شوه چې دغه زلمی د لومړني ښوونځي په ټوله دوره کې د لوبو او درسونو يو ښه ملگری درلود. د ده د ملگري کورنۍ به تل دی هڅاوه او شاباسي به يې ورته وېله خو انډيوال يې د منځنۍ دورې تر پيلېدا د مخه د زده کړو لپاره يوه اروپايي هېواد ته استول کېږي.

تر دې وروسته په دواړو کورنيو کې هر وخت د ده د ملگري د پرمختگونو خبرې کېږي. هرڅوک د هغه د ليکونو کيسې کوي. دغه زلمی اول خو ډېره موده د دې وضعې پر وړاندې له سرې سينې کار اخلي، ځان پرې ناگاره اچوي خو وروسته يې په سلوک کې لږ لږ بدلون راځي. بيا داسې وخت هم راځي چې هرکله د ده د ملگري په هکله خبرې کېږي نو دی بې له ځنډه له کوتې څخه وځي. دی په اووم ټولگي کې هم د تېر په

خبر په درسونو کې تکره دی خو د اتم ټولګي په لومړیو کې پخېږي. 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 غبر 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 زلمي کې د یوه ژور پټ کړاو نخښې نښانې څرګندېږي. دا نخښې پر دې کړاو باندې د ماشوم د بري موندنې هڅې په ښه توګه جوتوي. کله کله له واقعي نړۍ څخه تېښته سړی په سومنابولیزم (somnia) یا په خوب کې د تګ په ناروغۍ اخته کوي.

ځینې وخت سړی د دې پر ځای چې له خپل ځورونکي 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 په ۱۶ کلنۍ کې له ټولو ان له ځانه هم ناراض او اندېښمن و. يوه شپه يې د ښار دروازې پر خپل مخ باندې تړلې ولېدې، يوه شېبه وېرې اخيستی و خو وروسته يې ځان ازاد وگاڼه او وتښتېد. دی وايي:

«خومره چې د وحشت تر تلقين لاندې د تېښتې نقشه راته غمجنه ښکارېده، هماغومره پخپله تېښتې مجذوب کړی وم... يوازېنی احساس ازادي او خپلواکي وه چې پر ما يې اثر کړی و. ما گومان کاوه چې ازاد شوی يم. د الوتنې لپاره همدا بس و چې يو ټوپ وکړم او اسمان ته ورسېرم. ما په خوندي توگه په بې پايه نړۍ کې گام اېښوده. گومان مې کاوه چې د خپلې وړتيا په برکت به په هر گام کې له خوښۍ، کانونو او نويو پېښو سره مخ کېږم.»

زموږ په عصر کې چې د کورنيو نظام شلېدلی او د کورنۍ د مشر واک خو واره کم شوی دی، دا ډول تېښتې لا په اسانۍ ترسره کېږي.

لس کلن «د» د ماشومانو د لارښوونې بنسټ ته راغلی و، هغه تر دې دمه خو ځله له خپل کوره تېښتېدلی و. دی هوښيار خو حساس او نازک طبيعته هلک دی. موري يې همدا يو زوی لاره. موري يې څو کاله له خپل مېړه سره تېروي خو وروسته له

لېوره سره تار ځغلوې، بيا له مېړه څخه طلاق اخلي او لېوره ته کښي. بل بچی زېږوي، له نوي مېړه څخه هم طلاق اخلي او له بل سړي سره واده کوي. «د» د خپل عمر څو کاله د پلار په کور کې په ناز او نعمت تېروي خو وروسته يې پلار هم بل واده کوي، مېرې ته يې خدای درې ماشومان ورکوي. کله چې مېړه له «د» سره د پلار زياته مينه گوري، هغه سپکوي او رقي يې. «د» شديد غبرگون ښيي خو ښکاره ده چې پر مېرې يې زور نه رسېږي. سره له دې چې د «د» کورنۍ لږ عايد لري خو ده ته ښې جامې وراغوندي او ښه مکتب ته يې استوي خو دغه ظاهري ښېگڼې د هغه د باطن فرياد نه شي وژلاي. دی د ناخالو په وجه له کوره تېښتي او تر ډېر لتون وروسته موندل کېږي. «د» اعتراف وکړ چې څنگه به يې ځان د شپې په تياره کې په تنگو تيارو کوڅو کې د خلکو د کورونو د دروازو شاته پټاوه چې د چا وړپام نه شي. بيا به چې کوڅې له خلکو تشې شوې، د خزلو په بېلرونو کې به پټ شو او سهار به يې خپله لاره وهله. دوو کسانو هغه هوايي ډگر ته څېرمه پيدا کړ او کور ته يې ولېږه. هغه د هوايي ډگر شاوخوا چېرته شپه کړې وه. د الوتلو هوس دې کار ته اړ ايستلی و. ده ويل چې غواړي پراشوتیست شي خو يوازې د مور مينې کولای شول چې دغه تېښتېدونکی هلک له لالهندي وژغوري. د ليکوال په

لارښوونه هغه د خپلې مور کره واستول شو. سره له دې چې مور
يې په وس کې لا بدتره وه خو څنگه چې هلک هلته تر نورو
مشر او پر ټولو برو، خپل تعادل او ارامي يې بيا ومونده. دلته
مور د هغه پلوی ده او پلندر (ميرنی پلار) يې هم ځوانيمرد او
بې ازاره.

دلته بايد دې ټکي ته هم اشاره وکړو چې د لويانو د تسل
ورکونکي جبران ډېرې بېلگې د هغوی په هنري تخليقونو کې
انعکاس مومي. هغه هنري تخليقونه چې هنرمن پکې د خپل
واقعي حالت پر خلاف داسې انځور کاري چې په حقيقت کې
دی غواړي هماغسې اوسي، په همدې جبران کې شمېرل
کېږي. ډېری هنرمندان چې په تياتر او يا سينما کې د ډېرې
خندا له لاسه د خلکو بدودې ورځوږوي، په خپله خورا غمجن
خلک دي.

«مولير» په «خيالي بيمار» ډرامه کې ځکه ناروغي نفي کوي
چې پخپله يې له خپل روغتيايي حالت ډېره اندېښنه درلوده.
همدارنگه ليدل کېږي چې د مغولو تر بريد وروسته، تصوف
تر پخوا لا غوړېږي، گڼ شمير مولفان د تصوف لوی اثار
پنځوي. دوی داسې مفاهيم رانغاړي چې په هغو کې د خيال د
نړۍ پر وړاندې خنډونه له منځه وړل شوي دي. دا ځکه چې

په دې وخت کې ملي احساسات د يرغلگرو تر پوندو لاندې
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 وېولو او دا
له واقعيت څخه تېښته وگڼو؛ ځکه چې دلته هم چاپېريال د
هغوی د هوسونو پر وړاندې خپلې دروازې تړي او دوی
مجبورېږي چې له خپل بدن څخه مرسته وغواړي او ځان تسل
کړي. په دې توگه تنکي ژني يوازې پخپله د خپل خصوصي
ژوندانه شاهدان پاتې کېږي. ايا د خاطراتو محرمانه کتابچې
به په ځينو مواردو کې له ځانه سره د معاشقې څرگندې بېلگې
نه وي؟

بېلښتي (اشتهاقي) يا بې لارې جبران:

د جبران بل مورد هغه دی چې سپړی خپله کمزوري په
کارونو کې د غير ضروري دقت له لارې جبرانوي. يعنې په
ډېرو وړو خبرو پسې گرځي. څنگه چې دغه سپړی لوی کارونه
نه شي کولای نو په وړو جزیياتو کې د پلټنې له لارې هڅه
کوي چې ځان او بنيادي نور وغولوي. کولای شو دغه جبران
بېلښتي جبران ونوموو.

د بېلگې په توگه يو شاگرد چې ذهن يې پخ دی، د درسونو په حفظ کولو سره ځان د تکړه شاگردانو په کتار کې دروي. يعنې په تفکر کې خپله کمزوري د درس په حفظ کولو او د انضباط په رعايت سره جبرانوي.*

ښکاره ده چې داسې «ښه؟!» شاگردان پر ښوونکو گران دي؛ ځکه چې دا د هغوی په نظر مودب او هڅاند زده کوونکي بریښي خو ټول دوستان بيا د دوی په اړه ورته ښه نظر نه لري. ملگري 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 ویشل کېږي، ټگي برکي کوي. څرگنده ده چې د پیغورونو دغه باران د دوی عقده لا زیاتوي. دوی په دې توگه ځینې لنډمهالې بریاوې ترلاسه کوي. که څه هم دغه لاره د بري موندنې له جبران څخه توپیر لري؛ لېکن بیا هم د اتلولۍ د جبران څرک پکې ښکاري. دلته سپری ښوونکیو ته داحق ورکوي چې دغو بې چاره گانو ته درناوی وکړي.

* له بده مرغه زموږ په ښوونځیو کې د تکړه توب معیار یوازې د درسونو حفظ کول دي. شاگردانو ته نه د فکر کولو موقع او نه یې فکر ته ارزښت ورکول کېږي. ژباړن

په ځان نبودنه کې هم همدا حال ښکاري. ځان نبودنه دا ده چې څوک دې بې وخته د مسایلو خورا بې اهميته او بې ارزښته جزییاتو ته پام اړوي. کله چې دغه کسان بې وخته د الفاظو پر اس سپرېږي نو پر هره خوا یې داسې غغلوې چې ممکن پخپله د خپلو خبرو محتوا، څنگه چې ښايي، 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 جوتنه شي.

خو هغه زلمي او ژني 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 بېلې لارې غوره کوي. دوی کله کله د دې پر ځای چې خپل حقارت پټ کړي، ممکن لا یې جوت او په مبالغه یې توگه یې رابرسېره کړي او له هغې گټه واخلي. خامخا به وپوښتي چې دا به څنگه امکان ولري چې څوک دې له حقارته گټه واخلي؟ خبره داسې ده چې دوی تمارض کوي یعنې په تگۍ سره ځان ناروغ ښيي او له ناروغۍ گټه 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 توگه هغه چې ځان عاجز
ښيي، وياړنه گټي.

د ځان عاجز ښودنه دوې موخې يا دوه ډوله گټې لري.
لومړۍ دا چې: د نورو پام، خواخوږي او محبت
راجلبوي. مثلاً څوک چې تر دې د مخه چا ورته پام نه کاوه،
تر دې وروسته به له دې نظره يودم د خپل محيط اول نمبر
کس شي. يعنې هغه نقش به مومي چې ده يې د لرلو هيله
درلوده.

که دغه کس ماشوم وي نو ټول پرې راتولېږي او نازوي
يې. مور يې له ځانه سره پر خپل کټ ځمليوي. (په غربي
هېوادونو کې ماشومان معمولاً په جلا کوټو کې ځمي، له مور او
پلار سره په يوه خونه کې نه ځمي. ژباړن) ټوله کورنۍ له هغه
پوښتنه کوي: څه شی غواړې؟ څه شی درته راوړم؟ ... نو دی
به امرونه کوي او نور ټول به د ده په خدمت کې وي، دی به د
کورنۍ مرکز گرځېدلی وي.

دویم دا چې: عاجز ښودنه نور بې وسلې کوي. دا پر
نورو او ان پر ځان باندې د نیوکې لپاره په ښه ورځي. «څه
شی؟»، «دا تاسې څه وایاست؟»، «زه هېڅ کار نه کوم، نه وینی
چې زه ناروغ یم؟» دا یو ډول ویاړمنه بهانه ده. غوره عذر دی،

داسې عذر چې تل د منلو وړ دی نو سړی کولای شي، بې غمه خمي او ان خپل وجدان هم ویده کړي: «مبارزه به څه گټه 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 ترترپتوب غالباً همدا رېښه لري. دا هماغه «ناروغی 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 وښيي نو یوه بله لاره هم ورته شته چې خپله د تسلط غوښتنې غریزه ورباندې پوره کړي. کله چې سړی نه شي کولای ځان پر نورو بر او مسلط کړي نو د نسبیت له اصله گټه 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. څنگه چې مېرمنې تر نارینوو ډېر روحي فشارونه ګالي، نو دغه ناروغي په ښځو کې زیاته لیدل کېږي. همدا وجه ده چې د ناروغی 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 جزئیات او سلوک څاري. همدا چې هغوی کومه وړه تېروتنه وکړي، دی به یې په ملنډو غټوي، د نورو پر وړاندې به پر هغوی رېشخند 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 وښيي، 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، سترگې نه پټوو خو کله چې نور زموږ عیبونه ویني د هغوی دغه گستاخي نه بخښو.

د غچ اخیستنې یا جگړه ییز جبران:

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

* څوک چې غیبت کوي، په حقیقت کې خپل مخاطب ته دا وايي چې پلانکی دغه عیب لري خو زه یې نه لرم. مگر 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 ځينې وخت سپړی د ځانونږې پر لور بيايي.

ځانونږنه د مرضي ارواپوهنې کرغېړن څپرکی دی. د دې نړۍ پرېښودل، خصوصاً هغه وخت چې سپړی ژنی یا زلمکی وي، تر ټولو دردوونکی کار دی. ډېره دردوونکې ده چې یو ځوان د دې لپاره ځان وژني چې د دې ټيټې نړۍ له رسوايو څخه ځان خلاص کړي. هغه هم په داسې عمر کې چې ژوند بايد د سپړي مخې ته موسکا پر شونډو او پرانیسې غېږه ودرېږي او هغه له هیلو او امیدونو سره په غېږ کې ونيسي.

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

البته ځان وژنه جبران نه دی خو هغه فکر چې سپړی د ځان وژنې خوا ته بيايي، د جبران حیثیت لري. ایا دغه فکر د غچ اخیستنې فکر دی که تسل ورکوونکی؟ بې له شکه دواړه. د غچ اخیستنې فکر، تر ځان وژنې د مخه تقریباً په دې مضمون د سپړي ذهن ته لاره کوي: «تاسو تل له ما سره بد چلند کړی دی! اې زما ناقابله مور او پلاره، اې زما د ژوند تر ټولو گرانه یاره، اې زما بهرحمو او ځیږو انډیوالانو چې له انسانیته

لرې ياست! کاشکې زما مړينه ستاسو د کړنو ابدې سزا شي او
تاسې تل زما په مړينه پښېمانه اوسئ.»

خو له دې فرياد سره به تل يو غمجن زگيروي هم مل
وي: «هغه وخت چې زه ژوندۍ وم، پر تاسو نه وم گران خو کله
چې له دې نړۍ څخه لاړ شم، بيا به راسره مينه وکړئ. تاسې
به پر دې باندې خواشيني شئ چې زه مو له لاسه ورکړۍ يم.
اوس به مې مزار د مينې په گلونو ښکلی کړئ خو زما په ژوند
کې مو دغه گلونه رانه درېغول. اوس به مو د مينې کړۍ رانه
تاوه کړئ خو وخت يې تېر دی.» دغه مينه، دغه پس له مرگه
مينه چې ځانورنه يې اجباراً راپيدا کوي، د تسل ورکوونکي
جبران حيثيت لري.

خو ممکن ځانورنه د يوې ساده تېښتې په توگه وي. يعنې
پرتله له دې چې د جبران مسئله په منځ کې وي، له هغې
وضعې څخه تېښته وي چې د زغملو نه ده. په دې توگه ځان
ورنه له مبارزې څخه د لاس پر سر کېدو حيثيت لري.

• زما په گومان اکثر شاعران چې په خپلو شعرونو کې د خپل مرگ خبره کوي او
په حقيقت کې پخپله خپل مرگ ژاړي، همدا وجه به لري. دوی د لوستونکي
عواطف راپاروي او غواړي چې لوستونکو ته خپل مرگ ورياد کړي او پر خپل
مرگ يې وژړوي. ژباړن

په حقيقت کې ممکن د جبران هڅې او پلانونه له ماتې سره مخ شي. کله چې سړی له حقارت سره د مقابلې ظرفیت ونه لري او نه هغه مهارت ولري چې پر خپلې نیمګړتیا سربېره کيږدي نو حقيقت ورته په ډېر ژوره توګه څرګندېږي. دغه رنځ دومره دردوونکی وي چې د سړي ورځ وربدوي. په دې وخت کې تسلیم یا بدبیني، سستي او د ارادې نشتوالی، بې زړه توب، ناهیلې، او په پای کې ځان وژنه د هغو جبرانونو پایلې دي چې موخې ته نه دي رسېدلي.

جبران که په هره توګه وي او د هغه مصنوعي ظواهر که ډېر ځیرکانه هم وي خو بیا به هم نه شي کولای د حقارت غوټه که دايمي وي او یا موقتي په بشپړه توګه له منځه یوسي. دغه احساس د بدګوماني او نازک طبیعتی په بڼه راڅرګندېږي.

بدګوماني د هرڅه پر وړاندې شدید حساسیت ته وايي چې د حقارت له غوټې سره سروکار لري. دا یو دفاعي غبرګون دی چې د سړي په حساسه نقطه کې د خنجر وهلو په اثر څرګندېږي او په هغه کې د حقارت د غوټې شتوالی او څرنگوالی جوتوي.

٤. د حقارت درملنه

د حقارت درملیزه ارواپوهنه دوې خواوې لري: مخنیوی او درملنه.

الف. مخنیوی: د بل هر مورد په څېر دلته هم مخنیوی یعنې د ناروغۍ د لاملونو له منځه وړل. د مخنیوي په برخه کې دوې دندې اساسي دي: یوه منفي دنده (نه کول) یعنې د روزنې له هغو تېروتنو څخه ډډه کول چې په سړي کې حقارت رامنځته کوي او بله مثبتې دنده یعنې د شخصیت د ودې او پراختیا لپاره د مناسبو شرایطو برابرول.

په دې ډول څرگندېږي چې په محیط کې د سلوک او د روزنې مسئله څومره مهمه ده.

که چېرې خلک په داسې محیط کې وروزل شي چې استادان یې له هر ډول عیبه پاک وي او اشنايانو یې په ساله اجتماعي فضا کې وده کړې وي نو د حقارت د ودې لپاره به ځای نه پاتېږي.

دې کې شک نشته چې د مخنيوي چارې بايد ډېر ژر
يعنې د ماشومتوب په پړاو کې چې د حقارت غوټه د سړي په
بدن کې ريښې ځغلوي، پيل شي. دغه چارې بايد په څو برخو
کې هم مهاله پيل شي. دلته به يې يو څو برخو ته اشاره وکړو.

۱. د روزونکو عيونه:

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 څنگه چې پخپله هم په ناسالمو محيطونو کې
لوی شوي دي نو د حقارت غوټه پکې شته. په دې توگه
روزنيزې 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 اخيستنې د جبران پر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلند
کوي. په دې توگه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پياوړي
کوي، هغه ځواک چې پخوا يې په تر لاسه کولو کې پاتې راغلی
و.

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

۲. د روزني 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 پرمختللي 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 گڼلای 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 خطر 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 کيږدي او يا لږ تر لږه د دې ميتود شرايط به ورته د منلو وي خو بايد وگورو چې په گانده 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 گڼي 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 ناهیل وي (لکه زموږ د ادارو میرزاقلمان چې خلک یې پوزې ته رسولې دي. ژباړن) دلته باید له ځانه وپوښتو، که چېرې دغه کسان له داسې نوي موقعیت سره مخ شي چې نوښت او ابتکار به غواړي نو دوی به څه وکړي؟

له نېکه مرغه، غالباً یوه حیاتي او سرکښه غریزه ماشومان او تنکي ژني اړ باسي چې په مختلفو لارو له دې اجباري رژیمه سر وغړوي. دا داسې غریزه ده چې په شدت کې د ښوونځیو تر مقرراتو کمه نه ده. داسې هم پېښېږي چې کله په شاگرد کې حقارت وڅوټېږي، د شدید انضباط پر وړاندې بغاوت کوي او یا د پلرني ځواک پر وړاندې درېږي. داسې کس ځورېږي، مبارزه کوي، د پلار پر ضد بغاوت کوي، او په پایله کې به د هر ځواک (ښوونکي، ریس، قاضي، دولت، ټولنه...) پر وړاندې ودرېږي؛ ځکه چې دا ټول د پلرني ځواک د پراخېدو حیثیت لري. د هغه په پام دا ټول داسې خنډونه دي چې د هغه د لارې پر سر پراته دي. د گډوډیو او جنایت رېښه غالباً همدا ده. موږ دلته د هغو غیر عادي عصبي نښو نښانو او گڼو

ټکرونو په اړه خبرې نه کوو چې د دې ځپونکي او قهرجن 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 یې چې موخه یې د فرد معنوي پالنه ده؛ ځکه خو شریف گڼل کېږي. کله کله د یوه ساده دفاعي غبرگون په بڼه د پولیسي-مقرراتو په توگه استعمالېږي او د ښوونکو او والدینو له هوساینې او د درسي ساعتونو له تنظیمه پرته بله موخه نه لري. ته نه پوهېږې چې ستا دغه کرغېړن او بې دلیل فشارونه به د ولس د ماشومانو لپاره څومره ناوړه پایلې ولري. داسې کسان ډېر دي چې ښوونځي چلوي او گومان کوي چې انضباط به له تحمیل او فشار پرته بله مانا نه لري. (دا چې زموږ ملایان او طالبان ولې دومره خشن او بې رحمه دي، دلیل یې دا دی چې دوی ته هر ټکی د وهلو ټکلو او سپکولو په وسیله ښودل شوی دی. له دې نظره زموږ دیني مدرسې اساسي اصلاحاتو ته اړتیا لري. ژباړن.)

۲. د روزنې هغه میتود چې د اول میتود سرچپه دی، باید د خلکو د فاسدولو میتود ونوموو؛ ځکه چې په دې میتود کې د روزل کېدونکو کسانو غوښتنو ته افراطي توجه او هغوی ته د بې حدې مینې اظهار کېږي. باید ووايو چې دغه میتود هم هماغه عیبونه لري چې لومړی میتود یې لري. دا تر هغه بهتر

نه دی. څنگه چې پورته مو ورته نغوته وکړه، دغه میتود هم په خپل وار سره په سپري 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 گډ عیب لري چې په سپري کې ارتجالي (اتومات او بې له اندېښنې د یوه عمل تر سره کول) او ځانزېږو (sui-generis) چارو ته پراختیا نه ورکوي. دا به د سپري د ارادې په پراختیا کې چې له (autonomie) څخه سرچینه اخلي، کوم رول نه لري.

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

زما یو دوست د ښوونځیو د نظارت دنده لري. هغه په یوه ښوونځي کې لیدلي وو چې د لومړي ټولگي یوه شاگرد په پتلانه کې میتيازې کړې وې. ده له ښوونکي پوښتې و چې تا ولې اجازه ور نه کړه چې تشناب لار شي؟ ښوونکي ویلي و: ځکه چې ادارې راته ویلي دي چې شاگردان هسې د تشناب پلمې کوي، اجازه مه ورکوئ. زما دوست وايي 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 ډارېږي او هېڅکله د پلمې چل نه ورځي. دا د لوړو ټولگيو شاگردان دي چې ممکن چل ول وکړي خو د لومړي ټولگي یې 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 برعکس 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
وگڼي. 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 پورې ونه لوېږې! د پښو مخې ته
دې وگوره! تلوار مه کوه! سر دې له کړکې 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 نهی حاصل به
یو خپل 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

ټولنيزو توقعاتو په چوکاټ کې جوړه شوې ده چې هر سړی د هغه تابع دی. وینې (Vinet) دغه لاره په استادانه توګه تعریف کړې ده. دی وايي: «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 کاندې او د هر وګړي فردي ځانګړنې په پام کې ونیسي.

کار یې هغه فعالیت چې پریوې مسئلې او پریوې ستونزې د برلاسی 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 برلاسی 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 پيوند 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 ایگو او کار تر منځ شته، کار او پوهه یوازې د عمل لوازم دي. پوهه په دې درد لگېږي 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 چېرې سړی دغه اړیکې 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 ایگو 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 گڼي او دا ورته د یوه «قانون» په بڼه ښکارېږي، په پایله کې به حقارت په کې پیدا کېږي.

یا دا چې خپل مقاوم ایگو به ورښيي چې څنگه کار تحقیر کړي، ځکه چې دغه کار به ځان ته یې ارزښته گڼي. 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 ورورسېږو. ځکه چې که موږ وشو کولای د کار په مرسته پر محیط باندې خپله برلاسي پراخه کړو نو د

لويښنې تنده به موماته شي. نو هر وگړی بايد د ژوندانه په پيل کې پردهې وضع خبر او پوه شي.

په پخوا وختونو کې به هر څه د زور، فشار او رتنې په وسيله پر شاگردانو تېل کېدل. پخوانو باور درلود چې ماشومان له کاره بېزاره دي، حال دا چې سړی په ماشومتوب او ژښتوب کې تر بل هر وخت ډېر کار کوي. ټنډې ممکن د لويانو طبيعي حالت وي خو موږ ډاډه يو چې ماشومان او زلمکي لټان نه دي.

که چېرې هغو فعاليتونو ته پام وکړو چې انسان يې د ژوند په لومړيو کلونو کې کوي او هغو شيانو ته ځير شو چې پخپله يې زده کوي (لکه د ژبې زده کول) نو ځان ته به دا حق ورنه کړو چې ماشوم ټنډل وگڼو. هر وگړی خصوصاً د ماشومتوب او ژښتوب په پړاو کې يو داخلي محرک ځواک لري چې دی اړباسي هر څه په خپله ولکه کې راوړي. د روزونکي (موږ، پلار، ښوونکي او ټولنيز محيط) هنر بايد دا وي چې د زده کړې موضوعات له دې ځواک سره غاړه غړې کړي. په دې توگه به کار او تعليم سړي ته داسې ښکاره شي لکه خپلو هيلو ته د رسېدو په شان. سړی به له داسې کار سره مينه ولري. له دې کبله بايد له کلاپارد (E. Claparede) سره همغږي شو چې وايي: «انسان بايد هېڅکله هغه کار ونه کړي چې زړه يې نه غواړي او وار له مخې ورته لېوال شوی نه وي» خو په

خواشینی سره هغه کسان چې د دې وینا ژورو ته یې پام نه دی، دغه وینا یې د یوه وچ فورمول په بڼه اړولې ده. دوی دعوا کوي چې د روزنې نوی میتود، ماشوم هغه لور ته بیایي چې د خپلې خوبې ټول کارونه په کې کولای شي. حال دا چې دغه مفهوم د کلاپارد له وینا سره بشپړ توپیر لري. موږ وایو سړی باید مخکې تر هغې چې یو کار ته لاس پورې کړي، له زړه نه وغواړي چې ترسره یې کړي. ایا کله چې سړی خپله منلې دنده د ځان وگنې او له زړه ورسره مینه ولري، ترسره کول به یې د فعالیت تر ټولو عالي او شریفه بڼه نه وي؟

خو که چېرې هر ډول اجبار او تکلیف له دې وېرې له منځه وباسو چې د حقارت احساس به راوښی کړي او د وړتیا او توان احساس به راوخوتوي نو باید له ځانه وپوښتو چې د اخلاقي ودې برخلیک به څنگه شي؟ ځکه چې مطلقه ازادي د انسانانو نه په برخه کېږي. د هر انسان ازادي د نورو انسانانو د ازادۍ په وجه محدودېږي.

انسان باید له ماشومتوب څخه له دې مفهوم سره اشنا شي او زده یې کړي ځکه چې دغه مفهوم هله بڼه زده کېږي چې تجربه شي. دلته د روزنې د محیط د اجتماعي کولو مسئله راپورته کېږي. هم د انسان د روزنې محیط او هم د کار او

فعالیت محیط باید اجتماعی وي. په ټولنیز ژوند کې وگړي له یو بل سره مرسته کوي، دا د هغې «درې» یا پانگ حیثیت لري چې د تسلط غوښتنې په مقابله پله کې اېښودل کېږي او نه پرېږدي چې درنه شي. د همدې ټولنیز ژوندانه په وجه، قواعد رامنځته کېږي او د هغو پر اساس له نورو سره د وگړو اړیکې ټاکل کېږي.

زموږ (لویانو) په نظر به دغه ټولنیزې غوښتنې او محدودوونکي قواعد، د اجبار او فشار حیثیت ولري خو د ماشومانو په سترگو داسې نه ښکاري؛ ځکه چې دا له داسې ځایه نه وضع کېږي چې هغوی ته نا اشنا وي. دا قواعد په مکافات او مجازاتو پورې تړلي معلمان نه نفوذ او مقرراتو څخه ډېر لرې دي. نو ماشوم دغه محدودوونکي قواعدو ته د ظلم په سترگه نه گوري؛ بلکې د یوې طبیعي بلنې په توگه یې مني. دا بلنه له ماشومانو غواړي چې ځانونه دې د ډله ییز ژوند د غوښتنو پر اساس جوړجاړي ته چمتو کړي.

دا ځل به قواعد د هغوی ذهن ته له اشنا خبرې سره لاره کوي نه د وچو کلکو امرونو په بڼه. کله چې قانون او اخلاقي قواعد د انسان له بهرنیو اړتیاو سره پيوند شي او انسان د هغوی له زده کولو سره ژوند کړی وي نو دغه قواعد د سپرې د وجود یوه برخه گرځي او د سلوک له بودې او تنستې سره یې غوټه

کېږي. دلته د دې ډول محیط ښېگڼه 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 وړې 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 چیرته چې اړتیا یې وي، خپله ګټه ترې څار 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 څوک 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 وېرېږي، 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 ښه 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 ښه اړوي چې د ټولنې او کولتور له غوښتنو سره برابره وي. فروید هنر ته په همدې نظر ګوري. هغه وايي چې انسان خپل شهواني تمایل د هنر په ښه 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 لویي ده. د روزونکي دغه زېری هم ګټور او هم له مهرباني ډک دی؛ ځکه چې هر رنګه خلک شته: لږ استعداد والا، غښتلي، احمق، پخ، چابک، ارام، بې قراره، فعال او سیل 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 ونيسي. لا هم داسې کسان ډېر دي چې له دې مفهوم سره نه دي اشنا. دوی گومان 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 څوک باید د خپل وړتیا او

ظرفيت په اندازه وروزل شي؛ ځكه چې نه يوازې د وگړو د فكري استعداد له نظره؛ بلكې د هغوی د شخصيت او سلوك پر اساس هم بايد د روزنې په لارو چارو كې تغيير راولو. مثلاً ځينې ماشومان ډېر سخت انضباط او رتنه زغملای شي، پرته له دې چې ورباندې بد اثر وكړي. دوی لكه لښته د باد پر وړاندې كېږي خو ماتېږي نه. خو ځينې نور بيا بيخي د دې ډلې اپوټه دي چې موږ دغه مسئله د هغوی د پېژندلو لپاره مطرح كوو.

موږ نه شو كولاى له ټولو سره يوشان چلند وكړو. د حيرانتيا خبره خو دا ده چې د وگړو د بدن په اړه هر څه راته د منلو وړ دي. مثلاً د دې لپاره چې د يوه زلمي ملا كړوپه نه شي، ټول په دې باور دي چې د كار مېز يې بايد ټيټ وي. هېچا ته داسې بوټونه نه وړپه پښو كوو چې په پښو كې يې تنگ وي؛ ځكه چې د تگ پر وخت به يې پښه وخوړوي. خو كله چې د مغزو او د عقلي عاطفي مسئلو خبره كېږي، هېڅوك اعتراض نه كوي. هر څوك گومان كوي، د روزنې هره لاره چې غوره كړي، د ټولو وگړو له حال سره به مناسبه وي خو متاسفانه ښايي د هېچا لپاره به مناسبه نه وي. د خلكو په نزد، څومره چې بدني او ظاهري ځانگړنې مطرح دي، د اروايي

توپرونو مسئله هومره نه ده مطرح. گواکي د یو چا د اروا
څورول د هغه د بدن د څوروونې په اندازه خراب کار نه دی.
روزونکی باید دا هڅه ونه کړي چې ټول وگړي په یوه
قالب کې وروزي، ټول په یوه تله کې وتلي او د هغوی په اړه
حکم وکړي. د روزونکي وظیفه خورا نازکه ده. که چېرې دی
لازم مهارت ونه لري نو ډېرې بې عدالتی به ځنې وشي. په
ورځني ټولنیز ژوند کې هم تل همدا تېروتنه تکرارېږي چې له
مختلفو استعدادونو څخه د یو خپل او د یوې اندازې کار تمه
کېږي. ایا دا خورا لویه بې عدالتی نه ده؟

له دې خبرو دې پایلې ته رسېږو چې د حقارت د مخنیوي
لپاره باید د وگړو د ودې اساسي پړاونو یعنې ماشومتوب او
ژبنتوب ته ډېر پام وکړو. ښکاره ده چې سړی په دې پړاونو کې
لومړی په کورني چاپېریال کې او وروسته د اوږدې مودې لپاره د
ښوونځي په محیط کې روزل کېږي. په دغو دواړو محیطونو
کې تر ټولو مهمه دنده روزنه ده نو د حقارت د مخنیوي لپاره
اول گام د روزونکو روزنه ده. روزونکی که مور یا پلار وي، که
ښوونکی او یا د کورنۍ سرپرست، باید وپوهېږي چې ټول د ده
په شان نه دي، په انسانانو کې بېلابېلې روحيې شته. روزونکی
باید زده کړي چې ځان د ماشوم او یا زلمکي د عمر په کچه

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 روزونکي 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 نو چاره 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 رتنه د حقارت د ځینو هغو تظاهراتو په بندولو کامیابېږي چې د ځپلو 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 گومان کوي د

ناروغ رنځ رغېدلی دی؛ حال دا چې د هغه رنځ داسې دی لکه په ایرو کې پټې سکروتې. 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 رتو او غالمغال پرې ونه کړو. دا خبره هم باید هېره نه کړو چې د دې رنگه وگړو د سلوک ډېره برخه د غبرگون بڼه لري او په غیر ارادي او لاشعوري توگه ترسره کېږي. که چېرې د دغو کسانو سلوک په ځیر وڅېړو نو به گورو چې سلوک د هغوی رنځ بیانوي، بیا به مو دې ته پام شي چې اکثره هغه وگړي 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 پرېشانو دې حال ته رسولي دي.

د دې پر ځای چې له حقارته ځورېدونکي کسان ورتو 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 پرمختگ او کامیابی پر لارې سم شي.

انسان که هر خومره خوار قسمته وي، يو وړوکی استعداد خو به خامخا لري. موږ بايد د همدې استعداد پر اساس په هغه کې پر ځان باور راژوندی کړو. ښوونکي او روزونکي بايد خپل ټول هنر پر دې لاره وکاروي چې په وگړي کې دغه سپرغی پيدا او له هغې څخه د ده د ښېگڼې په گټه کار واخلي.*

د دې کتاب ليکوال توانېدلی چې د مېندو، پلرونو او ښوونکو په مرسته خپل ځينې ناروغان د حقارت له احساسه وژغوري او د هغوی په حالت کې پاموږ بدلون راولي. مثلاً: يو زلمکی و چې د حقارت د يوه نسبتاً ژور احساس له امله يې په تحصيلي چاپېريال کې په تدريجي توگه د گوښه توب لاره نيولې وه. هغه له هرڅه په تېښته کې و. د يوې ژورې مطالعې پر اساس د ده ښوونکو ته لارښوونه وشوه چې په ټولگي کې دې ننداره ييزې (نمايشي) ډلې جوړې شي او له ده دې په کې کار واخيستل شي. هغه ژر د خپلې ډلې او وروسته د نورو هغو نوښت په خپل لاس کې ونيو. په دې مورد کې بری د هغه په ذهن کې داسې انعکاس وموند چې اروايي حالت يې اساساً

* زه داسې کسان پېژنم چې په ښوونځي کې به چندان لايقه نه وو خو پوهنتون ته چې ولاړل بيخي بدل شول او هر يوه په خپل مسلک کې ښه پرمختگ وکړ. گومان کوم زموږ ښوونکو به د دوی استعدادونه نه وو کشف کړي. ژباړن

ورېدل کړ. دی د کال په پای کې په تکره شاگردانو کې حساب شو. په دې توګه د حقارت له رنځه خلاص شو.

حقارت اغلباً دایمي او د ژورو رېښو 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 زانګوده 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 یوازینی وسیله ده چې دوی له لویانو سره برابر وي؛ ځکه چې د هغو دوو کسانو تر منځ چې یو پر بل گران دي، د لویوالي او بروالي مسئله په منځ کې نه وي. حتی برعکس له دې دوو لوریو هر یو غواړي چې بل تر ځان مخکې کړي. دا د مینې معجزه ده چې د رخې اور وژني او سپرې داسې مقام ته رسوي چې د بل د نېکمرغۍ په جنت کې چکر ووهي او داسې خوند ځنې واخلي لکه نېکمرغي چې د ده خپله وي.

له انسان سره په تېره بیا د هغه د کوچنیوالي پر مهال مینه نه کول، دا مانا لري چې هغه له ځانه وشړو او د ژوندانه په دوزخ کې یې واچوو، داسې دوزخ چې په کې د یوې شېبې تېرول هم ځورونکي وي؛ ځکه چې هلته انسان هره شېبه د حقارت له شکنجې سره مخ وي.

دا چې د روزنې او درملنې د الفې لومړۍ توری مینه ده نو د دې لپاره چې له یوه ناروغ سره، سره له دې چې هغه به عیبونه او تېروتنې لري، مینه وکړای شو، باید هغه درک کړو او باید د تفاهم د رامنځته کولو لپاره هغه وپېژنو.

د دې نورو کرښو موخه د تحولي میکانیزمونو پېژندنه ده چې تر ډېره په نظري توګه او د الفرد ادلر له ځانګړي لیدلوري

د یوې «اروازېري psychogenic»^{*} نظریې څرنگوالی په کې بیان شوی دی.

^{*} psychogenic هغو بېکارندو ته ویل کېږي چې کوم فیزیکی یا بدني لامل ورته نه وي موندل شوی. له پخوا څخه د اعصابو ناروغی په دوو ډلو وېشل شوې دي: عصبي او عقلي. هغو ناروغیو ته چې بدني لامل یې جوت و، عصبي ناروغی او هغو ته چې واضح بدني علت یې نه و معلوم، عقلي ناروغی ویل شوې وو. مثلاً میرګي ځکه عصبي ناروغي بلل کېږي چې علت یې د ماغزو په برقي سیستم کې ګډوډي ده او شیزوفرین ته ځکه د عقلي ناروغی نوم ورکړ شوی و چې بدني علت ورته نه و موندل شوی. خو اوس د اکثرو عقلي ناروغیو بدني عوامل کشف شوي دي. په دې حساب psychogenic هغه بېکارندې دي چې موږ یې فیزیکی لامل نه دی کشف کړي، دا خبره سمه نه ده چې دغه بېکارندې به بدني علت نه لري. ژباړن

دويم څپرکی

۵. د بروالي (superiority) او حقارت

په اړه د ادلر نظريه

مخکې مو وويل چې الفرد ادلر په اول سر کې د فرويد همکار، هم نظر او هم باوره و خو وروسته يې د فرويد له جزمي ارواڅېړنې (psychoanalysis) څخه ځان بېل کړ او خپله ځانگړې نظريه يې رامنځته کړه.

د ادلر په نظر «هغه څه چې موږ يې له ځانه سره نړۍ ته راوړو، ډېر اهميت نه لري، مهمه دا ده چې په هغه باندې څه کوو او پر کومه لار يې کاروو» دا هغه موخه ده چې انسان يې په شعوري يا ناشعوري توگه تعقيبوي. د انسان د سلوک جزييات يوازې هله څرگندېږي چې د هغه توليز تمايل ښکاره شي.

هر ژوندي ساری د ژوندانه داسې سليقه او سبک لري چې موخه يې لږ يا ډېر تفوق يا بروالي (superiority) ته رسېدل وي. دغه هدف د حقارت په اساسي احساس پورې تړلی وي. د وگړي کاميابۍ او ماتې او د هغه د تعادل ښه او بد د ژوندانه د دې سبک په توافقي يا نه توافقي پورې تړلي دي او ورسره د فرد او ټولنې تر منځ د شته منطقي او حاکمو قواعدو تابع هم دي.

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

د هر چا ايگو (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 دى»، ego يعنې «زه» او superego يعنې «برزه». ايد لاشعوري ماهيت لري او د انسان غريزې چارې رانغاړي. غريزې انسان ته له پخوانو نسلونو په ميراث پاتې کېږي. لوړه، تنده او شهوت د غريزې مثالونه دي. ايد په بل شي پسې نه گرځي يوازې د غريزو ارضا کول غواړي. دا د خوند په لټه کې وي او له دردونکو څېزونو څخه تېښته کوي. ايگو د غريزې 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 ايگو بيا د انسان غوښتنو ته د اخلاقو له نظره گوري. 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 سرې که د شرم او خجالت احساس پيدا کوي. ايگو د id، ego او د بهرنۍ نړۍ د واقعيتونو تر منځ انډول ساتي. استاد اسدالله غضنفر په يوه مقاله کې دغه اصطلاحات خورا اسانه کړي دي. ده، id نفس، ego عقل او superego وجدان بللی دی. نفس هر څه غواړي په حلال و حرام او په ښه و بد پسې يې نه گرځي. ايگو يا عقل بيا دې ته گوري چې ايا دغه کار زما په گټه دی که په تاوان خو superego يا وجدان دې ته پام کوي چې دغه کار ته ټولنه، مذهب، قانون او اخلاق په کومه سترگه گوري. ساده مثال يې دا

د وگړي 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 څوږېرم نو شته يم. زه خپل ايگو 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 نيمگړتيا 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 ناکړارۍ حالت رامنځته کړي او د حقارت په سرچينې

دی چې نفس وړی دی، ډوډی غواړي. ته پيسې نه لرې چې ډوډی واخلي خو نفس درته وايي چې غلا وکړه. عقل درته وايي که په غلا باندې گير شي نو بندي به شي، 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 وکړي او که داسې امکان برابر وي چې په اسانۍ سره غلا وکړي او گير نه شي نو بيا دې نه منع کوي. خو وجدان په هر حالت کې د غلا اجازه نه درکوي. ژباړن

بدل شي. مثلاً داسې يوه ځانگړتيا چې په هغه باندې سړي خپل ځان ته ممتاز ښکاره شي خو ټولنه به يې نه مني. ټولنه به دغه ځانگړتيا بې لاريتوب وگڼي. دلته بايد د ماشوم د هغې اړتيا يادونه وکړو چې د تبعيت پالنې او کانفرمېزم* په اړه يې لري. له ماشوم سره دغه اندېښنه وي چې بايد دى د نورو په خبر اوسي.

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

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

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

په داسې حالت کې هر لامل چې لومړني تاثرات فعالوي، لکه د تجربې نیمګړتیا او د ذهن کمزورتیا، سړی دې ته هڅوي چې ځان د ذهن او عمل له نظره له نورو سره پرتله کړي. دغه پرتلنه د حقارت د لومړني احساس په تقویه کولو کې اغېزناک رول لوبوي.

په دې توګه ویلای شو چې د وګړي د سلوک د psychogenesis بنسټ د خوندیتوب (security) اساسي اړتیا ده. که چېرې دغه اړتیا پوره نه شي نو د ایګو یا شعور له راټوکیدو سره سم د ناتوانۍ او وروسته د حقارت احساس راپیدا کېږي.

۶. حقارت او د ژوندانه سبک

حقارت د خپل کیفیت د درجې او هغو بېلښتونو (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 میکانیزمونه او وروسته د ژوندانه درې سبکونه په گوته کړو. دغه درې میکانیزمونه دا دي:

- _ د طبیعي جبران میکانیزم
- _ د تېښتې او ناکامۍ میکانیزم
- _ د خیالي جبران میکانیزم

۱. طبیعي یا نارمل جبران: طبیعي جبران د اساسي بیولوژیکي پروسې پر بنسټ ولاړ او د اروايي محوروونو واقعي ټاکونکی دی. دغه ښکارنده په دې توګه توجیه کولای شو: د ځان ساتنې غریزه د بدني نیمګړتیا لرونکي دې ته اړ باسي چې ځان له نورو سره سیال کړي.

ادلر د گڼو 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 وښيي، ان تر هغه هم زیاته چې په خپل خورا تطابقي (conformation) حالت کې یې ښیلاى 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 راڅکول 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 بڼه لومړيتوب ولري او په اروايي زمينه کې به ممکن د خپل موقف د ساتنې په څېر پايلې ولري.

د جبران ميکانيزمونه د هر غړي لپاره په همدې بڼه کار کوي نو دغه پروسه چې د بېلگې په توگه وړاندې شوه، په سړي کې د «اروايي محورونو» پر استقرار باندې ختمېږي چې د يو يا څو «نيمگړو» غړو زياته تابع وي. دغه «اروايي محورونه» د سړي په ارواپوهنه کې څرگندېږي او د هغه په خوب او خيال، د کسب او مسلک په انتخاب او په هر څه کې رابښکاره کېږي.

نيمگړی غړی منظم تمرينونه کوي او چې پر ستونزو بريالی شو، دغه فعاليت يې له خوند او خوښۍ سره جبرانېږي. ادلر باور لري چې بدن او اروا له يو بل سره پوره پوره تړلي دي او بېلېدا يې نشته، ان تر دې چې يوه خيالي نيمگړتيا لکه «چپ بر لاسي»^{*} يا د سرو وينتانو لرل هم په جبران لاس پورې کوي، حال دا چې دا کومه واقعي نيمگړتيا نه ده.

* عصبي رگونه چې له مغزو راوځي او په ټول بدن کې خپرېږي په يوه ځای کې سره تېر کېږي يانې د مغزو د چپې نيم کرې رگونه د بدن ښي طرف ته ځي او د ښي نيم کرې رگونه د بدن چپ طرف ته. په اکثرو انسانانو کې (۹۵٪) د مغزو چپه نيم کره برلاسي ده. په همدې وجه اکثر وگړي عمده کارونه په خپل ښي لاس باندې کوي. په ځينو کسانو کې خبره سرچپه وي، د دوی د مغزو ښي نيم

اروايي محورونه د سپري د ټولو کړنو په لارښود بدلېږي. واقعي حقارت د يوه متناسب جبران او د «قطبي کېدو» يا polarization د رامنځته کېدو سبب گرځي چې د ارواږېږو قانونونو تابع دي. همدارنگه خيالي حقارت او هغه حقارت به چې د نورو د سلوک او عقيدې په اثر رامنځته کېږي، همدارنگ تظاهرات ولري.

خو داسې ښکاري چې ادلر او د هغه پليوني به، څنگه چې لازمه وه، پر دوو اساسي شرطونو ټينگار نه وي کړی. حقارت که واقعي وي که خيالي د دې لپاره چې داسې جبران رامنځته کړي چې انسان د لاسه 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 هڅونکي اغزي په بڼه وي؛ نه د واقعي خنډ په بڼه.

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

دويم دا چې سړی د بدن او اروا له پلوه، له هغه څه ورهاخوا چې له حقارت سره نېغ په نېغه رابطه لري، بايد داسې سرچينې ولري چې د جبران هلې ځلې سمبال کړای شي. نارمل جبران له خپلو ټولو پایلو سره ټاکلي بریدونه لري چې دغه بریدونه د حقارت د درجې او د سړي د مقدوراتو تابع دي.

۲. تېښته او نهیلی: «له واقعیت څخه تېښته» او د نهیلی میکانیزم هله فعالېږي چې نارمل جبران ناشونی وي او یا لاره یې پر مخ تړلې وي. په دې حالت کې سړی ځان ناتوانی او ماتې ته سپارې، پر ځان باندې شک کوي، احساس کوي 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. خیالي یا بېلېنتي (اشتقاقی) جبران: په ځینو مواردو کې د دې پر ځای چې نهیلې او تېښته پر سرې بره شي، یا خو سرې د خیالي جبران لاره نیسي او یا هغه صفتونه چې په نورو کې شته او په ده کې نشته، حقیر او بې ارزښته گڼي او یا پرته له ځنډه به داسې خوندونو ته مخه کوي چې د یوې مودې لپاره به یې له ذهنه د ستونزو فکر وباسي.

په ټولنه کې اوسېدل، پر سرې باندې متقابل محدودیتونه لگوي، د سرې د لویې غوښتنې بېړنۍ موخې پکې ترلاسه کېږي او سرې له نورو سره همکارۍ او مرستې ته اړ باسي. له بلې خوا دا ډول ژوند د اوسېدو یوازینۍ بڼه ده چې سرې به په کې خوندي وي. په دې توگه د حقارت او ناتوانۍ د دردونو تر څنګ مرهم هم ایښودل شوی دی او هغه له ټولنیزې ډلې سره په بشپړه توگه پیوستون دی.

د ادلر په نظر له ډلې سره پیوستون یا توحید په هر روع بنیادم کې د «ټولنیز ژوند» له غریزې څخه سرچینه اخلي. دا غریزه سرې اړ باسي چې مینه وکړي، نور ومني او له نورو سره مرسته وکړي. کله کله دغه غریزه د physiogenic «بدنیزې» لاملونو او یا د سرې د لومړنیو تجربو پر اساس یو څه غښتلې وي. هله چې دا غریزه غښتلې وي، سرې اړ باسي چې خپل «خوندیتوب» له ټولنې سره په یوځای کېدو کې

وگوري. 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 کېږي. 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 پراخېږي، بلکې سړی به له ماتې سره مخ کېږي او حقارت به په کې قوي کېږي.

ټولنيزې ډلې ته ننوتل، که دا ډله لويه وي يا وره، 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، ټولگي، ښوونځي، 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 شپي او بې ارزښت يې گڼي، په سړي کې د ناتواني او حقارت احساس غښتلی کېږي. دلته «ناخونديتوب»

شدید وي او په سړي کې له ټولنې سره د پیوستون او د ارزښت موندنې شديده 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 بدني تطابق ترلاسه کړي. له بلې خوا همکاري په یوازې سر د لویښې 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 یې 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 سلوک اهمیت ښه درک کړو. په دې توګه هغه لومړنی 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 حقپروي او هغه د ژوند له خوندونو او د همکارۍ له دندې څخه بې برخې کوي. دا مسئله کولای شي چې د اوږدې مودې لپاره له ټولنې سره د فرد نښلېدل له ستونزې سره مخ کړي.

په هره توګه روزنه تل ستونزمن کار دی. روزونکي هم د بني ادامانو په حيث دا دعوا نه شي کولای چې خپل حقارت يې په بشپړه توګه شنډ کړی دی. دا ځکه چې د عمر په اوږدو کې له ټولنې سره همګام کېدل، يو تقریبي کار دی. نو دا تصور کولای شو چې په لویانو کې هم له ټولنې سره پیوستون په بشپړه توګه نه ترسره کېږي.

موږ مخکې ولیدل چې واقعي بروالی تل د نورو له خوا منل کېږي؛ په داسې حال کې چې مصنوعي بروالی او د وګړو تر منځ کوچني توپیرونه په یو ډول حقپرولو ختمېږي چې سترګې ورباندې نه شي پټېدای، دا د نا اجتماعي غبرګونونو منبع ګرځي. ماشوم له لویه سره له ټولنې سره مطابقت نه وي موندلی نو که ماشوم له داسې یوه لوی سره مخ شي چې هغه هم دغه مطابقت نه وي حاصل کړی او له دې نظره ماشوم ته ورته وي، نو ماشوم له دې مقایسې څخه حقارت احساسوي خو له خپل حقارته چندانې سترګې نه پټوي. برعکس څومره چې د دغه

لوی کس بروالی برسېرن وي او د هغه د شخصیت پر واقعي
تعادل او واقعي صفاتو ولاړ نه وي، نو هماغومره به د خپل
بروالي کلکه دفاع کوي.*

* په کابل طبي پوهنتون کې زموږ ځينو استادانو له محصلانو سره ډېر ناوړه
چلند کاوه. ځينو به يې هېڅکله چا ته پوره نمره نه ورکوله، ويل به يې: «که
محصل ته سل نمرې ورکړم نو ځان ته به څو ورکوم؟» جالبه دا ده چې هغه
استادان چې واقعاً پوه وو، له محصلانو سره به يې سلوک هم ښه و. هغه استادان
به چې د پوهې په لحاظ له محصلانو چندان فرق نه درلود، د استبداد او
ډیکتاتورۍ په زور به يې خپل بروالی ثابته. موږ بيا له ځانه د يوه مرض نوم جوړ
کړی و، موږ به ويل چې دغه استادان په PDS (personality deficiency
syndrome) يا د شخصیت د فقدان په ناروغۍ اخته دي. ژباړن

د حقارت دوران او پرله پسې والی:

د دغو څرگندونو پر اساس ویلای شو چې روزنه په اسانۍ سره په کشمکش او شخړه اوښتلاى شي. په دې کشمکش کې روزونکى د ځان د ډاډه کولو لپاره ماشوم تحقیروي او ماشوم د دې «تحقیرېدو» پر وړاندې غبرگون ښيي. په پایله کې د مشر د نفوذ او هغه ته د درناوى انگېزه کمزورې کېږي. د روزنې په داسې چاپېریال کې د ماشوم دفاعي او جبراني غبرگونونه پخپله په اتومات ډول کار کوي او د ماشوم د خوى په بوده او تنسته کې تار ځغلوې. کله چې دغه ماشوم لوى شو نو تر ځان کم عمرو کسانو سره ورته ناقص چلند کوي. دا د سلوک هماغه ډول دی چې د ده په تحقیرولو کې یې لاس درلود خو پخپله دى ورباندې نه دی خبر.

ټولنیز ژوند سړي ته د ناتوانۍ او حقارت د احساساتو پر وړاندې تسل ورکولای شي خو په دې شرط چې وگړي یو بل ته لاس ورکړي. داسې تحول د لاسنيوي د موخو بدلول غواړي. مانا دا چې په ټولنه کې باید هر وگړى پخپله خپل ځان د خپلو هم نوعو د توحیدولو مسوول وگڼي؛ 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 فعالیت ته چې یې اخلي.
دویم: سړی دې د نورو د بریو او ناکامیو په مسوولیت کې
ځان شریک وگڼي.

درېیم: سړی باید دا ومني چې د ده په بریو او ناکامیو کې
نور کسان هم شریک دي. مانا دا چې سړی یوازې پخپله د
خپلو تېروتنو مسوول نه دی او د ده کامیابی هم ټوله یوازې په
ده پورې اړه نه لري. په دې توگه سړی دا دنده لري چې له نورو
مرسته وغواړي او یا د بل مرسته ومني. همدارنگه 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 شک نشته چې له بده مرغه دغه هیله په
اروایی او بیولوژیکي لحاظ په ټولو وگړو 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 ټوله
برابره شي، ځینې کسان باید د اوږدې مودې لپاره نورو ته څه
ورکړي، پرته له دې چې څه ورته واخلي. هغه چې څه ترلاسه

کوي، بايد بې له ځنډه ځان ژمن وگڼي او بايد د ترلاسه شوي څه په اندازه، په توليد او تعاون لاس پورې کړي.

ځينې وخت هغه کسان چې يو څه لري او د ټولو انسانانو په څېر له «ناخونديتوب» څخه ځورېږي، هڅه کوي چې د خپلو شتو په خپلولو او له خپلو حقونو څخه په گټې اخيستني سره ځان خوندي او ډاډه کړي. خو هغه کسان چې تر دوی خوار او حقير دي، غواړي داسې څه ترلاسه کړي چې خپل حقارت ورباندې کم کړي. د دغو هڅو پايله مبارزه ده. هغوی چې بڼه ژوند لري، هله مرسته کوي چې د هغوی بروالی او مشرتوب ومنل شي. خواران د هغې مرستې په تناسب چې له شتمنو څخه يې ترلاسه کوي، د هغوی بروالی مني.

په دې توگه غښتلي کسان د هغه وېرې په وجه چې له کمزوري کېدو څخه يې لري، له نورو سره په پوره ډول مرسته نه کوي او هغه کمزوري کسان چې گومان کوي هېڅکله يې هغسې چې ښايي «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 پايله کې په يوه ټاکلي چوکاټ کې يو ډول تطابق رامنځته کېږي چې

بريدونه به يې د همدغو غښتلو او کمزورو کسانو د چلند د ځانگړتياوو له خوا ټاکل کېږي.

د روزنې په برخه کې دغه نسبي تطابق د انفعالي تبادلاتو په بڼه څرگندېږي. غښتلي يعنې مور او پلار له خپلو اولادونو سره مينې لري او دا مني چې د خپل وس په اندازه به له هغوی سره هر ډول مرسته وکړي او خپل سر او مال تر اولاد څار کړي خو د دې قربانۍ په بدل کې له اولاد څخه غواړي چې د اطاعت، لېوالتيا، قدروونې او يا پرمختگ په بڼه د دوی حق ادا کړي. ماشوم په خپل وار سره د غښتلو (مور او پلار) له خوا جوړ شوی قانون، په اسانۍ سره مني؛ ځکه چې دغه اطاعت له هغه سره د مور او پلار د مينې ضمانت کوي خو له بل پلوه ماشوم دغه مينه په خاصه توگه هله محسوسوي چې هغه ته امتياز ورکړل شي او ځان ورته «ارزښتمن» ښکاره شي.

مور او پلار وايي: «خبره ومنه او پرمختگ وکړه چې مينه درسره وکړو.» ماشوم وايي: «تسلیم شه، بخښنه وکړه او ومې ستايه چې ستا مينه محسوس کړم.» د دغه دوه اړخيز مقاومت حاصل داسې جوړ جاري دی چې په هغه کې به مور او پلار تر هغې چې ماشوم يې خبره مني او پرمختگ کوي، هغه ته امتياز ورکوي، هغه بخښي او په ارزښت ورته قايلېږي. په داسې

شرایطو کي ماشوم د مور او پلار خبره مني او خومره 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 نازک او مشکل کار دی چې داسې خلک به په ډېر ندرت
سره ومومو چې په کړنو کې یې هېڅ ډول بې نظمۍ 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 پرمختگونو 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 گام وړاندې کېږدي
او لا پرمخ ولاړ شي. ټولنیز ژوند هم سړی اړ باسي چې تل ځان
ډاډه کړي. څنگه 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 وگړي د خوی د یوه
صفت په توگه رابرسېره شي او ډېر اهمیت ونه لري خو کله
کله د سلوک د یوه واقعي اختلال (گډوډي) بڼه خپلوي.

۷. ځان ارزونه auto estimation

يا خپل ارزښت پخپله ټاکل

مخکې تر دې چې د دغو چلندونو ډولونه وڅېړو؛ بايد وپوهېږو چې انسان د خپل ارزښت له درک کولو پرته، ژوند نه شي کولای.* هر څوک پخپله خپل ارزښت ټاکي. د ادلر په نظر د دې کار موخه دا ده چې سړی ځان بر وگڼي او له حقارت څخه وتېښتي. په بله وينا بني ادم د خپل ارزښت له تصور سره ژوند کوي او تل داسې چلند کوي چې خپل ارزښت له هرتاوانه خوندي وساتي. انسان هر وخت چې ممکن وي، په مختلفو ډولونو خپل ارزښت ښيي او له حقير و موقعيتونو څخه په 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 له ځانونه سړی سفرنامه نه لیکي.» گومان کوم چې له دندې څخه استعفا به هم همدا وجه ولري. که سړی ځان ته په ډېر ارزښت قايل وي خو په خپل مقام کې يې داسې کارونه نه وي کړي چې خپل ارزښت ورباندې ثابت کړي نو دا به غوره گڼي چې استعفا ورکړي. البته استعفا د ريښتيا ويلو په څېر مېړانه غواړي، هر څوک يې نه شي کولای. ژباړن

کولو سره خپل ارزښت لا پیاوړی کوي. دغه تمایل له نورو سره د مرستې او د گټورو کړنو پر ضد دی او که له ماتې سره مخ شي - چې غالباً همداسې کېږي - سړی له کاره لوېږي.

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

۱. فیزیولوژیک لاملونه لکه ستړیا، هیجان، هغه ناروغی چې سړی اړ باسي چې په خپلو محدودیتونو خبر شي او په پایله کې د ناخوندیتوب په سیند کې لاهو شي.

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

۳. ټولنیز لاملونه لکه ټولنیز موقعیت، کسب او دنده، د لږکیو مسئله او نور.

۴. هغه لاملونه چې د اوضاع له نوي کېدو سره تړاو لري، لکه بل محیط ته ورتلل، نوي مسوولیتونه، له سړي څخه د مشرانو ډېره تمه او نور.

۵. د شخصي او مستقیمو تجربو لاملونه، لکه په فکري، انفعالي او حرفه یې برخو کې ماتې او بری.

که دغه لاملونه مثبت خوا ته تغیر وکړي نو سړی خپل ارزښت پورته ګڼي او که منفي خوا ته وخوځېږي نو د سړي ارزښت هم ورسره ټیټېږي.

بني ادم د لاملونو دغه تغيير ته د هغو گڼو غبرگونونو په
مرسته ځواب وايي چې د ارزښت د لوړولو (که ټيټ شوی وي)
او يا د خپل ارزښت ساتنې ته (که چېرې لوړ شوی وي)
ځانگړي شوي دي.

۸. د غبرگونونو ډلبندي

I. مختلف غبرگونه

کله چې د سړي ارزښت چې پخپله يې ځان ته ټاکلی دی،
تيټېږي، يو لړ غبرگونه رامنځته کېږي. د دې ډول غبرگونونو
مطالعه تر نورو هغو جالبه ده. ډولونه يې دا دي:

۱. د ناسازه سلوک سمونه

کله چې سړی په خپلو ماتو او محدوديتونو خبرېږي نو د
دې لپاره چې د خپل کار حاصل زيات کړي او يا د ځان د
حقير گڼلو لامل له منځه يوسي، له داسې وسايلو 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 مسووليت مني، د ستونزې ريښه په خپل
ځان کې ويني او د ستونزې حل ورته په خپله هڅه کې
ښکاري. دا يو سم غبرگون دی او د پوخوالي او تعادل نڅښه ده
خو بيا هم ممکن د شنې او تجزيې په ترڅ کې څرگنده شي
چې دا ډول چلند سطحي دی. يعنې دلته سړی د فرعي مسألو

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

۲. په نورو هدفونو پسې تلل:

کله چې سړی نه شي کولای خپل ارزښت چې پخپله یې
ځان ته ټاکلی دی، وساتي؛ کېدای شي خپله لاره بدله کړي او
هغه لاره غوره کړي چې د ځان پر وړاندې کوم خنډ پکې نه
ویني. په دې توګه څومره چې پخوا له حقارت څخه کړېدلی
وي، هماغومره هڅه کوي چې په دې نوې لاره کې ځان بر
وښيي.

که څه هم دا ډول مخ اړول یو لوی ټولنیز یا شخصیتي
characterial ارزښت زېږوي خو د دې غبرګونونو ګڼوالی د
حقارت ډېروالی ښيي. مانا دا چې که سړی له یوې ډېرې وړې
ستونزې سره هم مخ شي نو د ماتې له وېرې به له هڅې څخه
مخ اړوي. یو کار به پرېږدي، بل به پیلوي او زرګونو نورو
مسایلو ته به مخه کوي. نو یو کار به هم سر ته نه رسوي او
ځان به هم له دې څخه معاف کړي چې پر خپلې ناتوانۍ خبر
شي. دا چلند ممکن د یوې واقعي ناتوانۍ نښه وي او یا د هغه
ارزښت لوړوالی وښيي چې سړی یې خپل ځان ته ټاکي.

۳. د سملاسي کاميایيو پر اساس جبرانول:

داسې بریښي چې ځینې وگړي به دا ډول غبرگون ته وار له مخې چمتو وي. دا وگړي اکثراً هغه کسان دي چې په ټولنو کې د ژوند کولو احساس په کې کمزوری دی او یا د هغوی اروایي وده هسې نه ده چې له خپل ماشوموزمه چلند څخه دې لرې شوي وي او یا په mental debility (عقلي کمزوري) اخته دي. له بل پلوه د روزنې ځینې ستونزې او ترخې تجربې په اسانۍ سره سړی دې ډول غبرگون ته هڅوي.

خومره چې سړی د نورو د غبرگون او د خپلو ماتو په وجه د شرم احساس کوي، هماغومره زیاتره اړتیا محسوسوي چې د خپل ارزښت کچه لوړه بوځي خو له بلې خوا دغه ارزښت ټیټ دی نو دی د خپل چلند د سموونې لپاره ځان لا نالایقه گڼي.

دغه د انرژۍ نیمگړې خوځونه او ورسره نهیلې او په شا تگ، سړی مجبوروي چې په بهرنیو بریو پسې ورشي. دغه بهرني بري د غوسې د تشولو (زیارې، غوسه، ناوړه چلند، وهل) او یا د تسل ورکوونکي خوند لټونې په ښه څرگندېدای شي.

تسل ورکوونکو خوندونو ته پناه وړل به دغه کړنې او پایلې

ولري:

الف- له دردوونکي واقعيت سره د سړي د مخامخېدو مخه نيسي.

ب- په سړي کې يو ډول د توانايي احساس پيدا کېږي.
ج- بری غالباً په داسې تحريك ختمېږي چې د سړي د «ځان ارزونې» کچه لوړوي.

د- بري موندنه، ممکن د غچ اخيستنې له احساس سره او د ناکرارۍ له منځته راتلو سره مله شي، په دې توگه به د غوسې تشوونې او د خوند موندنې لپاره په شاتگ سره ونغاړي. په لويانو کې د الکولو خښل، د مخدره توکو استعمال، جنسي خوند او بالاخره اکثره لوبې، تفريح او هيجان غالباً هغه غبرگونونه دي چې د «ځان ارزونې» د کچې په راتپېدو سره رامنځته کېږي. په دې حالت کې ماشومان په خپتپالنې، غلا، تفريح او استمنا لاس پورې کوي.

مخصوصاً الکول او مخدره مواد ځکه خطرناک دي چې سړی د يو څو روپو په لگولو ځان ته جبراني شور او هيجان جوړوي او دردوونکي واقعيتونه هېروي.

دغه ډول جبراني کړنې چې سړي ته د ټولنې له خوا برابرېږي، د هغه پر راتلونکي تعادل ناوړې اغېزې کوي. هغه کس چې دا ډول جبران ته غاړه ږدي، تېروتنه کوي او پخپله دغه کار او يا د هغه پايله په سړي کې حقارت لا پسې ټينگوي

او د جبران اړتيا پکې لا زياتوي. بالاخره «خيښه کړي» رامنځته کېږي چې اغلباً د مخدره توکو د کاروونې په وجه او د بېلابېلو تدريجي راپرځېدلو په وجه لهونتوب (جنون) رامنځته کېږي.

البته ټولې هغه چارې چې د جبران په موخه ترسره کېږي، شديدې نه وي يعنې تل داسې نه کېږي چې سړی دې د ماتې په وجه غريزو ته پناه يوسي.

کله چې سړی نهيل شي نو يا خو خپله لاره بدلوي او د ځان لپاره په نورو کې اعتماد، علاقه او ارزښت رامنځته کوي. او يا تر ځان کمزورو او د محيط له وگړو سره استبدادي چلند کوي.

هغه څوک چې حقارت لري، د دې لپاره چې د نورو پام او ستاينه ځان ته راواړوي او يا د دې لپاره چې پر نورو خپل تسلط وټي نو غالباً يا واقعيت بل خپل ښيي يا د واقعيت په باب اغراق کوي او يا يې پټوي.

۴. خيالي جبران:

کېدای شي جبران کاملاً د خيال پلو ښه ولري. په دې حالت کې سړی د خوب و خيال دنيا ته پناه وړي او ځان ته د مضاعف جبران په برخه کې رول ورکوي. د جالبو شيانو

لوستل، د نندارو او ښکلاوو نړۍ او يا هغو چارو ته پناه وړل چې توليدي ارزښت نه لري، د خيالي جبرانونو حکم لري. د کلکسيونونو راټولول او په تجمل پسې گرځېدل، هغه چارې دي چې توليدي ارزښت نه لري. دا ډول جبران هله د انديښنې سبب گرځي چې د ژوند له واقعيت سره د سړي په تطابق کې خنډ رامنځته کړي. دا هغه وخت دی چې سړی خپل سلوک ته د تېروتنې په سترگه گوري، په نتيجه کې حقارت پکې لا زياتېږي او ورسره د جبران اړتيا هم د زياتېدو لاره نيسي. که چېرې د دغه سړي فکري نظام گډوډ وي نو د خيالباڼۍ جبران کېدای شي په هغه کې د «خيالباڼۍ لېونتوب» او صحنه جوړوونه رامنځته کړي.

۵. د تمې زياتېدنه

دا ډول غبرگون په هغو کسانو کې څرگندېږي چې په کورنۍ کې تل نازولي وي او نورو ورته ډېر پام کړی وي. څنگه چې دغو کسانو هېڅ کله پخپله څه نه وي رامنځته کړي او په دې روږدي وي چې تل له تيارو نعمتونو خوند واخلي نو يوازې هله ځان ورته ارزښتمن ښکاري چې نور خلک ورسره مينه وکړي يا دا چې نور ورته غاړه کېږدي. دلته سړی له دغې مينې او پاملرنې سره له حده زياته لېوالتيا ښيي، تر هغې وروسته که ډېره لږه نا پامي هم ورته وشي، دوی د خپل ارزښت کچه ټيټه

انگېري او د ارزښت موندنې شديده اړتيا پکې راپيدا کېږي. د دې وضعې پايله، تمه، بدگوماني او نازک طبيعتي ده چې کله کله د «نيوروز neurosis» په ناروغۍ بدلېږي.

۶. جبراني بد ويل

د دې لپاره چې سړی خپله د ځان ارزونې کچه لوړه کړي، کولای شي چې نور بې ارزښته کړي. په دې توگه به پر خپل بروالي او لويوالي د سړي باور لا ټينگ شي.

۷. د رنځ د احساس نوي کول (تجدید)

که سړی ونه کړای شي د يوه حقير موقعيت په وجه وريپيدا شوی هيجان له منځه يوسي او مجبور وي چې بدمرغی او نامهرباني وزغمي، خصوصاً کله چې دی د خپل ارزښت د لوړولو لپاره بله هېڅ وسيله نه لري نو دغه هيجان به په پرله پسې توگه بيا بيا احساسوي. دغه حالت په سړي کې له نورو سره د دښمنۍ غبرگون راپاروي.

۸. په حقارت کې مينه او خواخوږي

کله چې سړی د خپل ارزښت له کموالي څخه ځورېږي نو هڅه کوي، له داسې کسانو سره ناسته ولاړه وکړي چې د ده په څېر د حقارت له هماغه ډوله ځورېږي. غالباً ليدل کېږي چې داسې ډلې منځ ته راځي چې غړي يې په بد مرغۍ، ماتې،

مجازات او يا په جبرانوونکي «پر شا تگ» regression کې سره شريک او هم احساسه دي. د دغو ډلو په منځته راتگ او ټينگښت کې د متقابل پېژندگلوي يا identification ميکانيزم نغښتی دی. په پايله کې د دغو ډلو هر يو غړی خپله ډله تسکينوي. څنگه چې سپری ځان په يوې ډلې پورې تړلی گڼي نو خپلې پرېشاني ته د يو ډول طبقاتي يا ډله ييز اختلاف رنگ ورکوي، په دې توگه تريوه بريده خپل خونديتوب تامينوي. د دغو وگړو له خولو څخه غالباً دغه خبرې اورېدل کېږي:

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

هغه وگړي چې د ارزښت د کموالي په لحاظ له يو بل سره ورته دي، همدا چې ځان ته ورته کسان ويني د خپل ژوند ناوړه شرايط ورته لا خراب ښکاري خو د هغوی په ډله کې په گډېدو سره ځان تسکينوي او له هغوی سره خواخوږي او مرسته کوي.

۹. له ټولنې څخه تېښته

ماتې او خواری په اسانۍ سره د سپرې د معاشرت کړۍ تنگولای شي. سپری له دې وېرې چې بيا به هماغه رنځ

احساس کړي، خپل نقش پرېږدي، خپله وظیفه خوشې کوي، د وظیفو له منلو څخه تېښته کوي او له نورو سره له رابطې څخه مخ اړوي. که چېرې دغه حالت شدید وي کېدای شي چې سړی له ټولو څخه وتښتي او له هر ډول عاطفي اړیکې څخه ډډه وکړي. ناروغی ته پناه وړل، د ناروغی د علایمو تشدیدول او د ښه والي د نښو بې ارزښته گڼل، له نورو سره له اړیکې څخه یو ډول تېښته بلل کېږي. ځکه چې ناروغي سړی له کاره معافوي، دندې او مسوولیتونه یې له منځه وړي او د دې سبب گرځي چې نور یې درناوی وکړي او خیال یې وساتي.

۱۰. لاشعوري اعتراض

کله کله ځینې خلک د خپل سلوک په مرسته د هغه نقش له منلو څخه سرغړوي چې ژوند یا د نورو ارادې ورباندې تپل دی. دغه نقش ورته کوچنی او محدود ښکارېږي. دغه اعتراض کېدای شي په شعوري توګه د منظم چار چلند په ښه تر سره شي او موخه یې د تپل شوي نقش څنګ ته وهل او د خپلې خوښې نقش ترلاسه کول وي.

خو که د سړي نقش د خوشی کولو نه وي او یا یې ردول ورته غیر اخلاقي وېرېښي او که د ده د خوښې نقش د عقل او

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

داسې اعتراض به دوه ډوله مرضي نخبې ولري: ځينې
نخبې د سړي له خبرتيا پرته په هغه کې د تقلید حالت
رامنځته کوي. دی هغه نقش تقلیدوي چې د لرلو هيله يې
لري. ځينې نورې نخبې چې په اول سر کې چندانې جوتې نه
وي، بيا د ناغېرې (کارشکني) حالت رامنځته کوي. په دې
حالت کې سړی له خپل تپل شوي نقش سره ناغېرې کوي.
د مرضي نخبو دغه دواړې ډلې سره يوځای وي خو کله
کله يوه ډله په ښکاره ډول قوي وي. د معمولو لاشعوري
اعتراضونو دغه ډولونه د پام وړ دي:

الف- په جنسي چارو پورې تړلي اعتراضونه: مثلاً په نجونو او
ښځو کې د خپلو جنسي شرايطو د منلو پر وړاندې اعتراض او
په نارينتوب حالت باندې تظاهر. د دې اعتراض پايله به دا
کېږي چې دغه ښځې او نجونې به زياتره ښځينه چلندونه
پرېږدي او په خپل سلوک کې د نارينوو ذوق کاروي. د دې
اعتراض ښانې د ښځو او نجونو په لوبو، د خبرې کولو په
طرز، د جامې اغوستلو په طرز، د شغل په غوراوي او په
جنسي نقش کې څرگندېږي.

ب- په عمر پورې تړلي اعتراضونه: مثلاً ځينې ژني احساسوي چې له لويانو سره د ورته کېدو اړتيا لري (په کاليو، چار چلند، د خبرې کولو په طرز او د لويانو د خبرو په نه منلو کې) ځينې مشران بيا د زړېدون د نښانو له منلو ډډه کوي او نه غواړي چې خپل چار چلند له خپل عمر سره سم کړي.

ج- په ټولنيزو شرايطو، طبقاتي او په لږکيو او نژادي مسايلو 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 يا بل چاپېريال پورې متعلق وښيي. دغه نښانې په کالي اغوستلو، خبرې کولو، ذوق او سليقې، ټولنيزو اړيکو او نورو شيانو کې څرگندېږي. له بلې خوا سړی په دې حالت کې هڅه کوي، له خپل لومړني محيط څخه بيخي ځان گوښی کړي او هغه ټولې نخښې چې ممکن د ده تېر محيط ور په ياد کړي، له منځه يوسي.*

* زموږ ځينې هزاره وطنوالو چې يو څه موده يې په ايران کې تېره کړې ده، اوس يې خپله شپږمه هزاره گي لهجه پرې ايښې ده. د دوی کالي، فېشن، خبرې اتري او هرڅه ايراني شوي دي. دا ځکه چې دوی ځان حقير او ايرانيان برکني خو کله چې سړی هزاره گي سندرې اوري، نو پوهېږي چې د دوی خپله لهجه څومره خوږه ده. همدارنگه هغه سپين ږيري چې سر او ږيره توروي د خپل عمر پر وړاندې اعتراض کوي. ژباړن

د- هغه اعتراضونه چې په فكري کارونو او کسب پورې تړلي دي: په دې حالت کې سړی لږ و ډېر په لاشعوري ډول د يوه فكري يا کسبي کارگر د نقش ځينې ځانگړنې خپلوي. مثلاً نرس به ممکن د ډاکټر نقش ولوبوي، يو مستخدم د رييس رول تمثيل کړي او يو معمولي سرتېری ممکن ځان د يوه لوی قومندان په شان هيبتناک وښيي. په ټوليز ډول دا د هر هغه چا حالت دی چې خپله پښه له خپل تېغره غځوي او د خپلو امکاناتو تر دایرې د پورته نقش پېښې کوي. په خپه کوونکي شغل کې ناغېرې او د هغه د نه منلو لپاره پلمې جوړول، پخپله يو ډول اعتراض گڼل کېږي. په همدې توگه هغه څوک چې غواړي تر خپل کار په يوه بل مهم او لوړ کار کې گوتې ووهي او د هغه په باب خپل نظر څرگند کړي، د دې اعتراض ښکارندويي کوي. لکه د مطبعې کارگر چې د يوه ليکوال سبک ورسوي.

هر څوک کولای شي تر خپل نقش پورته نقش ومومي او يا له داسې کس سره مخ شي چې تر خپل اصلي نقش پورته نقش لوبوي. د لاشعوري اعتراض دغه رنگ رنگ ډولونه د فكري چارو په ټولو لړيو او د شغل په ټولو درجو کې او غالباً په ارزښتمنو خلکو کې تر سترگو 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 احساساتي 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 درېو توکو رغېدلې ده:

۱- ځان ته د نورو پام راجلبول، لاندې جوړل، ځان مېړنی بنسودل، شکایت کول.

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

۳- له ستونزو څخه تېښته.

کولای شو چې پر دغو درېو 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 ټاکلی دی. دی د ژوند هغه شرایط نه مني چې د ځان ارزوونې له مطلوبې کچې سره يې سمون نه لري. ځان وژني او په دې توگه 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 راتوکيدلي دي.

II. د ځان ارزوونې د کچې بې ثباتي

هغه ټکي چې د څلورم ټوکي 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 لوېوونکو حوادثو تابع ده. همدارنگه د هغو وړتياوو او نه وړتياوو تابع هم ده چې د ودې په بهير کې په سړي کې رامنځته کېږي. په بله وينا دغه اخري موخه د درجې او شکل په لحاظ بدلېږي او د ژوند په ډېرو لېرو 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 گومان کوي ټول خلک د ده په شان فکر کوي. که دی وږی وي، گومان

پراختيا مومي او په ژنيتوب کې مطلقه بڼه خپلوي. وروسته د ځوانۍ، ودې او بشپړېدو په پېر کې نسبي بڼه غوره کوي. بالاخره په زړېدون کې يعنې هغه مهال چې په سړي کې بې پروايي او سرپسې 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 وږی 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 خلک 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 وينې، نو گومان کوي چې نور به هم دوی نه شي ليدلای.

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

ژباړن

کړای دغه نوسان د بهترې همکارۍ یا د سالمو جبرانونو په مرسته له منځه یوسي نو د ارزښت بې ثباتي په کې رامنځته کېږي. کله چې دغه بې ثباتي تر حد زیاته شي نو بیا په سړي کې د نیوروز مرضي کړنې د غیر واقعي جبرانونو او خیالي برلاسي غوښتنې په بڼه راپیدا کېږي. دغه غبرگونونه چې له اخلاقو او واقعیت سره مطابقت نه لري، د سړي د ځان ارزوونې کچه لا ټیټوي او د خپلو کړنو په لومه کې یې راگیروي.

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

III. په اروايي ناروغانو کې د حقارت میکانیزمونه

د وگړو د چار چلند د گډوډیو میکانیزم باید په حقیرولو او د هغه په بېلښتونو کې ولټوو.

Neurosis and Psychosis نیوروز او سایکوز

په نیوروز اخته کسانو کې د سلوک گډوډي هغومره زیاته نه ده چې د دوی ټول اروايي نظام ویجاړ کړي؛ ځکه چې په هغوی کې فکر او تعقل لا د نظم په راوستلو باندې کار کوي. په دې مانا چې دوی د خپل سلوک په گډوډۍ خبر وي او هم

په خپلو هغو ناکامو هڅو خبر وي چې د گډوډيو د ختمولو په موخه يې تر سره کوي. په نېوروز اخته کس پوهېږي چې نورمال نه دی. هغه له دې ځورېږي چې د تنظيم regulation د امکاناتو او د ده د غريزي انفعالاتو تر منځ تعادل نشته. عالي کرڼې (عقلاني هڅې) نه شي کولای چې د ده اړتياوې له ټولنيز واقعيت سره برابرې کړي خو په هر حال د يوه کتونکي په توگه د ده سلوک څاري.

خو په لا ژورو اروايي ناروغيو يعنې په سایکوزونو کې، گډوډي او اختلال عموميت مومي او د وگړي پر ټولو اروايي سازمانونو وزر غوړوي. په دې حالت کې ناروغ نه شي کولای چې د خپل سلوک بې نظمۍ وپېژني او يا اقلأ په خپل ذهن کې يې ضبط کړي. دلته کېدای شي چې د ضبطولو توان چې د تنظيمولو اخري بڼه ده، د انفعالاتو تر منځ د شديد وحدت په اثر ماتې وځوري او يا کېدای شي دغه کرڼې د لومړنيو بدن زېږيو عواملو په وجه هومره ضعيفې شوې وي چې سپرې نور پر ځان باندې د نيوکې توان له لاسه ورکړی وي.

په لومړي صورت کې يعنې که چېرې وگړی و نه شي کړای د خپل سلوک څرنگوالی په خپل اروايي سازمان کې ضبط کړي، د هغه له عقل څخه لاره ورکېږي. بيخي هماغسې لکه

په تېز توپان کې چې قطب ښود (قطب نما) کار نه کوي. دا ځکه چې په دې حالت کې انفعالات دومره شدید وي چې فکر يې نه شي ايسارولای.

په دويم صورت کې د عقل چلند کمزوری دی نو ځکه انفعالات شديدېږي او د عقل ځای نيسي.

ادلر هېڅکله له دې څخه انکار نه کوي چې ممکن د اروايي ناروغيو ډېرې نخښې د نګه بدنزېږو عواملو په وجه راپيدا شوې وي خو ده دا ډول ناروغۍ يې د خپلو مطالعاتو له دايرې ايستلې دي چې خپل وخت پر هغو ناروغيو ولگوي چې اروازېږي منشا لري.

مثلاً دلر د فطري (سرشتي) سايکوزونو په اړه چې اوسنی علم لا تر اوسه هم (۱۹۶۴) د هغو بدنزېږې مبنا نه پېژني، باور لري چې د دې ناروغيو اساس د وګړي د عاطفي يا انفعالي نظام په بې نظمۍ کې دی. دا په خپله يو ډول واقعي بدني نيمګړتيا ده او د ډېرو تجربو او حقير وونکو چلندونو سرچينه ده. د وګړي غيرعادي اروايي دستگاه د دغو ماتو پر وړاندې تر هغې پورې غبرګون ښيي چې سايکوز په کې په ښکاره ډول پيدا شي.

په همدې وجه که اروايي دستگاه له سره غيرعادي وي او پر وخت سمه اداره نه شي او د حقير وونکو چلندونو مخنيوی

ونه شي؛ تقريباً خامخا په سايكوز ختمېږي. دغه ناروغي په حقيقت کې هغو ځانگړو ستونزو ته د ځواب حيثيت لري چې وگړي له محيط سره د جوړجاړي پر مهال ورسره مخ کېږي. په اسانۍ سره کولای شو، د نيوروز مختلف ډولونه د هغو غبرگونو 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 تنگېدو نيوروز:

د دې نيوروز وروستی بڼه د سايکوز په توگه ليدلای شو. مثلاً شيزوفرين schizophrenia يا د ځوانۍ لېونتوب له هغو مواردو څخه دی چې په هغه کې له بهرني محيط سره د ناروغ اړيکي 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 حقيقت نه شي بېلولای، په شيزوفرين اخته ناروغ که په خيال کې سپورمی ته وڅېږي، نو گومان کوي چې په ريښتيا هم سپورمی 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 درک کولای. دی يوازې د واقعيتونو په اړه فکر کولای شي، نه د تخيل مسایلو په هکله. ژباړن

ب- هغه نيوروزونه چې د مسموميت د جنون ځينې ډولونه، انفعالي، عقلي او حرفه يې بې ثباتۍ او د جنسي- انحرافاتو او تحريکي حالاتو ځينې ډولونه رانغاړي.

ج- اعتراضی نيوروزونه چې ناروغ د عجيب و غريب سلوک او په ځينو مواردو کې د homosexuality يا همجنس بازی خوا ته بيايي.

جنایت: ادلر نيوروز له جنایته بېلوي. د هغه په نظر جنایتکار غالباً د خپل عمل په دې خصلت چې د ټولنې ضد عمل دی، پوهېږي خو په نيوروز اخته کس خپل عمل په پوره هوښیاری نه شي درک کولای. جنایتکار د خپل مسوولیت د احساس پر ضد مبارزه کوي؛ حال دا چې په نيوروز اخته کسان د خپلو اعمالو په خاطر نور مسوول گڼي. دی له داسې نامساعدو کیفیاتو سره نور تنگوي چې د ده مسوولیت سلبوي.

جنایتکار د ځان د ښول کېدو علت یوازې خپله کم عقلي گڼي او د عدالت له منگولو څخه تېښته ورته مطلوب لویوالی بریښي. له بلې خوا جنایتکار د فعالیت لپاره ډېر ظرفیت او تیاری لري خو په نيوروز اخته کس غالباً په گټو گډوډو ظاهري فعالیتونو بوخت وي. د نيوروز ناروغان خپل تمایلات په شا تمبوي، حال دا چې جنایتکاران په ښکاره له ټولنې سره دښمني کوي. له نورو سره د نيوروز د ناروغانو جگړه مار چلند

د جنايتکارانو تر جگړه ييز چلند کم نه دی خو دغه توپير په کې شته چې جنايتکار پر خپلې جگړه ماری برغولی ږدي او کله کله د دوه مخو او منافقانو بڼه خپلوي؛ ځکه چې هڅه کوي خپل ظاهر پټ وساتي.

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

ادلر او فرويد دواړه د لاشعوري پديدو او اروايي غوتو پر شتوالي باور لري. د دوی په نظر دا داسې انفعالات دي چې شعور يا وجدان ته يې لاره نه ده موندلې او ممکن د وجدان له خبرتيا پرته د سړي د چار چلند پر ټولو برخو اغېزه ولري خو 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 په منځ کې اساسي نقش د جنسي غريزې او د هغې د تحول پر غاړه دی او يا اقلأً دې ته تمايل شته چې مسايل له دغه ليدلوري وڅېړل شي. حال دا چې په ادلريزم کې د بشر د سلوك لاملونه په حقارت، لويې غوښتنه او خونديتوب ته په اړتيا کې لټول کېږي.

په دې توگه د «اودیپ غوټه» *Oedipus complex** د فرویدیزم له نظره د خوند اخیستنې او خپلولو (تملك) له هغه لومړني احتیاج څخه سرچینه اخلي چې ماشوم د خپل مور یا پلار په اړه یې لري (هر یو چې د ده مخالف جنس وي یعنې هلك د مور او نجلۍ د پلار) خو ادلر وایي چې دلته د جنسیت مسئله مطرح نه ده، نجلۍ هم د مور په اړه ورته کشش لري؛ بلکې مهمه مسئله دا ده چې وگړی د ناتوانۍ، گوښه توب او وېرې پر وړاندې څه ډول غبرگون ښيي. وروسته بیا د پیاوړي (مور یا پلار) پر لور ورڅکېدل ممکن د شهواني تملك رنگ واخلي او د اودیپ یا الکترې Electra په واقعي غوټه واوړي.

* *Oedipus*: د یونان په اسطورو کې یو سړی دی چې خپل پلار وژني او له مور سره واده کوي. فروید وایي د شهواني تکامل په بهیر کې هلك مور خپله معشوقه گڼي او د تملك هیله یې لري. دی پلار خپل رقیب گڼي او گومان کوي چې پلار به ترې غچ واخلي او دی به خصي کړي، همدا ده چې *castration complex* په کې رامنځته کېږي. فروید همدارنگه وایي چې نجونې په دې پړاو کې مور خپله رقیبه گڼي او پلار ته د معشوق په سترگه گوري، دا حالت د *Electra complex* په نامه هم یادېږي. الکترې هم د یوناني اسطورو یوه کرکټره ده چې مور یې پلان لري د دې پلار ووژني خو دا غواړي د خپلې مور په وژلو سره خپل پلار له مرگه وژغوري. د تکامل په نتیجه کې به دغه فکرونه د ماشوم له ذهنه لرې کېږي او نارمل انسان به ځنې جوړېږي. ژباړن

لېکن د حقارت په اړه خبره دا ده چې د فروید اکثر پلویان داسې انگېري چې دا د خصیتوب castration* له غوټې څخه رامنځته کېږي. د خصیتوب غوټه «د جنسي الت غوڅېدنه» له یوې لاشعوري وېرې څخه سرچینه اخلي چې سړی گومان کوي خپل جنسي الت به لاسه ورکړي او یا به تاوان ورته ورسېږي. ادلر خبره اېوته کوي او باور لري چې د خصیتوب غوټه له هغه حقارته زېږي چې د جنسي دستگاه 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 جزئیات 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، گومان 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 ټولو یا ځینو برخو د له لاسه ورکولو په اړه او هم د تناسلي سیستم د وظیفې په اړه پیدا کېدای شي. ځینې خلک یې سببه ډارېږي چې د کوروالایي توان به له لاسه ورکړي. ژباړن

په فرویدیزم کې د libido یا شهواني انرژۍ تحول د انسان پر هره تجربه اغېز ښکاري؛ حال دا چې د ادلر په نظر جنسیت د نورو فعالیتونو په شان یو فعالیت او یوه اړتیا ده چې کېدای شي د هرې تجربې په څېر حقیروونکې اوسي او کولای شي پرته له دې چې لزوماً جنسي-اړخ ولري، د گټو بېلارو جبرانولو لامل وگرځي. برعکس هغه حقیروونکې عامل چې له جنسي مسالې سره هېڅ تړاو هم نه لري، ممکن سړی پر داسې لارې بوځي چې جنسي جبرانولو ته مخه کړي.

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