د معاشرت آداب

ناليكلي ټولنيز قوانين

محمد صفر خواريكښ

۲۰۲۱ ز- ۱۴۰۰ل

د کتاب پېژندنه

د کتاب نوم: **نالیکلي ټولنیز قوانین: د معاشرت آداب**.

لیکوال: **محمد صفر خواریکښ**

دیجیتال جوړښت: **قاسم آسمایي**

۲۰۲۱ ز – ۱۴۰۰ل

نیولیک

سریزه...ا

لومړی څپرکی　　د معاشرت دودونه (آداب) ۱

دویم څپرکی　　کله چې چاته بلنه ورکوئ ۲۸

دریم څپرکی　　عامه ځایونه ۳۵

څلورم څپرکی　　د کتنو ژمنې ۴۹

پنځم څپرکی　　ماشومان.. ۵۲

شپږم څپرکی　　د غټانو ښوونځي کې د ژبې زده کړه ۶۸

اووم څپرکی　　د بدن ژبه.. ۷۲

اتم څپرکی　　له خلکوسره اړیکي... ۸۳

نهم څپرکی　　د کرونا وبا د حالاتو اړوند آداب ۹۰

د معاشرت　　د آدابو ځینې نور اړین ټکي ۹۸

وروستۍ خبرې ۱۰۳

سریزه

د نړۍ په ټولو هېوادونو او بیلابیلو سیمو کې، چېرې چې انسانان ژوند کوي پر لیکل شویو قوانینو سربېره ځیني نالیکلي قوانین هم شتون لري. دغه نالیکلي قوانین یا اصول په ټولنیز ژوند کې د معاشرت د آدابو به بڼه لیدل کېږي.

دا قوانین داسې دي چې په رعایت کولو یې څوک نه اړ ایستل کېږي او نه یې په پام کې نه نیولو سره چاته جزا ورکول کېږي. خو آگاه او مهربان انسانان یې پخپله خوښه له نورو کسانو سره په مخامخ کېدو کې د غوره چلندونو په توگه، په رعایت کولو ځانونه مکلف گڼي. دغه غوره اصول او چلندونه د معاشرت آداب بللی شوو.

که پخپل چال چلند کې د نورو په وړاندې هر څومره مؤدب او مهربان اوسو په هماغه اندازه به نورو ته د گرانښت او درنښت وړ شوو. په دې کار سره نه یوازې خپل ځان او شخصیت ته گټه رسوو بلکې د یوې سالمې او مهذبې ټولنې په لور گام اخلو. **د معاشرت آداب لکه عطرو غوندی دي چې موږ یې د ځان لپاره کارو خو خوشبویي نورو ته هم رسېږي او خوند ترې اخلي.**

د ټولنیز چال چلند دغه آداب، د نورو حال ته د پاملرنې او هغوی سره د محبت ښودلو لپاره دي. د بېلگې په توگه که له چا سره سلام یا روغبړ کوو مقابل لوري ته یې ښایو چې د هغوی له روغتیا او سلامتۍ سره مینه لرو. د لاس یا غېږ په ورکولو له هغوی سره خپله دوستي او صمیمیت بیا ځلي تازه کوو.

هغه کسان چې تاسو نه پېژني او تاسو لومړی ځل گوري کولای شي ستاسو د معاشرت دآدابو له مخې ستاسو د شخصیت په اړوند قضاوت وکړي، نو له دې امله د معاشرت د آدابو زده کړه ډېر ارزښت لري.

د معاشرت د آدابو دغه نالیکلي اصول له یو هېواد نه تربل هیواد او له یوې انساني ټولنې تر بلې او ان کله له یو ښار نه تربل ښار توپیر لري. ډېرې داسې کړنې شتون لري چې زموږ په هېواد افغانستان کې ښې نه ګڼل کېږي، تر سره کوونکي یې د خلکو تر سترګو بد ورځي. دغه کړنې بیا په اروپایي او ان ځینو آسیایي هیوادونو لکه پاکستان کې عادي ګڼل کېږي. لکه د خلکو په منځ کې د نس د بادو ایستل، چې زموږ هیواد کې یې د شرم او خجالت لامل ګڼي، خو په پنجاب کې یې شرم نه بولي.

همدارنګه هغه څه چې په یو هیواد کې وړ او ښه دي ممکن په بل هیواد کې خورا بد چلند وي. د بیلګې په توګه په دنمارک او چین کې نالیکلي اصول څرنګه سره توپیر لري: «په چین کې دا ډیره بده ده چې څوک چاته ګړۍ ډالۍ کړي. دا د هغه لپاره چې ډالۍ تر لاسه کوي د مرګ او بدبختۍ مانا لري. په دنمارک کې ګړۍ یوه ډېره ښه ډالۍ ده.»

ځینې بیا داسې کړنې شته دي چې د نالیکلي قوانینو له مخې په ټولو پرمختللیو او متمدنو ټولنو کې ناوړه او نامعقوله ګڼل کېږي، لکه چاته ښکنځل کول او یا د چا غیبت کول. سره له دې چې د اسلام د دیني ارشاداتو له مخې غیبت کول ناوړه عمل بلل شوی دی، خو د هېواد په قوانینو کې یې یادونه نده شوې.

ما پخپله له ځینو کسانو څخه داسې کړنې لیدلي چې نه یوازې دا چې ماته ښې ندي ښکاره شوي بلکې د ډېرو خلکو نه خوښېږي. لکه د خلکو په وړاندې د پزې سوڼ کول، یا په یو دسترخوان او له یو غوري نه د وریجو د خوراک په مهال په غوري کې له خولې نه د پاتې شویو وریجو څنډل. په خونه کې د بل ناست کس مخ ته د پښوغځول او داسې نور.

دا کوچني کتاب چې تاسو یې لولئ له بیلابیلو سرچینو نه په ګټنې سره لیکل شوی چې د لیکنې، څېړنې او له دنمارکي ژبې نه د ژباړې یوه کوچنۍ ټولګه ده. دا چې دنمارک د ټولنیزو ادابو په برخه کې د نړۍ د ګوتو په شمار لوړ انساني کولتور لرونکی هېواد دی او د ملګرو ملتونو ۲۰۱۶ز کال د

ريوټ له مخې د نړۍ لومړی درجه نيکمرغه او خوشاله هېواد وو. تل د نړۍ په لس نيکمرغه او خوشاله هيوادونو کې شمېرل کېږي. سږکال (۲۰۲۱ز) يې بيا هم د نړۍ د خوشاله او نيکمرغوهېوادو په ډله کې دريم ځای خپل کړی دی. نو ځکه ما د نيکمرغه او مهذبو هېوادو په استازيتوب دنمارکي ټولنه د دې کتاب د يوې سرچينې په توګه غوره کړې ده.

نو په زياته اندازه مې له دنمارکي ژبې `Tak skal du ha(له تا نه مننه) له کتاب نه چې د مېرمن **کريستن البورګ** ليکنه ده د يو ارزښتناک سرچينې په توګه ګټنه کړې ده، چې د کتاب په پاڼو کې د دنمارکي آدابو او دودونو د يادونې په مهال يې لېدلی شئ. مېرمن **کريستن البورګ** هم پخپل اثر کې د مختلفو هيوادونو له بيلابيلو سرچينو يادونه کړې ده.

له بدمرغه افغانستان په ۲۰۲۱ز کال کې د نړۍ تر ټولو بدبختو او غمجن هيواد په توګه په بدبختۍ او غم کې لومړی او زيمبابوی دويم مقام لري.

هغه ناليکلي اصول مې هم چې په افغانستان کې د هوښيارو او مهذبو کسانو له خوا په راشه درشه او ټولنيزو اړيکو کې رعايت کېږي او بايد ټول يې په پام کې ولرو په کتاب کې کښلي دي.

دنمارکي ليکواله **کريستن البورګ** ليکي: «ټول هيوادونه قوانين او اصول لري. ځيني اصول ليکل شوي دي او ځينې نه. ناليکل شوي اصول او قوانين هغه دي چې ندي ليکل شوي، خو په هيواد کې يې ټول خلک پيژني. د دغو قوانينو په هکله څوک څه نه وايي، خو پيژني يې. که تاسو دا ناليکل شوي قوانين رعايت کړئ، نو مؤدب او مهربان ګڼل کېږئ. که نه نور ممکن ووايي چې تاسو مهذب نه بلکې نامهربان ياست.

په کارځای، ښوونځي، کور هرچيرې چې ياست بايد قواعد وپيژنئ. يو څوک کولای شي ووايي چې ښه سلوک لکه د ترافيک په څير دی. که تاسو سور څراغ ته ودرېږئ او کله چې څراغ شين شي ګاډی وچلوئ، نو تاسو به ستونزه ونلرئ. خو که څراغ سور وي او تاسو ګاډی وچلوئ، نو ډيری خلک به خپه يا غوسه شي او دا به تاسو ته ښه نه وي.»

کله چې څوک بهرني هیواد او یا پخپل هیواد کې له یو ولایت نه بل ولایت ته - چې ټولنیز آداب او دودونه یې سره توپیر لري - لاړ شي او له نالیکلیو قواعدو سره بلد نه وي، نو ښه به دا وي چې نورو ته وګوري او د هغوی په لیدو سره نالیکلي اصول وپیژني، چې نور کسان څه کوي.

مګر **کریستن البورګ** زیاتوي: «سړی باید محتاط اوسي، هغه څه چې یو یا څو کسان یې کوي ممکن هغه سم یا عام نه وي. د مثال په توګه، ما د یو کال لپاره یوه بهرنۍ میرمن د ماشوم پالونکې په توګه درلوده. زما درې کلن زوی ته چې کله یې جوشیدلي جوار خوړل له جوارو سره خولې ته دارچینی ورغله. یوکال وروسته ما پرستاره ولیده، هغې وویل: زه ښه پوهېږم، دنمارکیان په جوارو کې دارچیني اچوي. موږ پخپل هیواد کې داسې نه کوو. مګر دا ښه مزه لري. ما نور ډیر څه زده کړي دي چې ویې کړم.

ما هغې ته په پوهیدلي نظر وکتل او ومې ویل، دنمارکیان داسې نکوي. هغې ګومان کاوه چې، دنمارکیانو لپاره عادي کار دی، ځکه زما زوي یوه شپه دا خندونکې ټوکه کړې وه.»

په دې توګه کېدای شي سړی په ډیرو شیانو ناسم پوه شي، که چیرې سړی یوازې یو کس ته وګوري او فکر وکړي چې ټول به داسې وي.

که سړی پوه نشي چې څه ښه او څه نامناسب دي، د ډیرو منځ کې ځان پردی احساسوي. په هره ټولنه کې د ټولنیز ژوند د ادابو ډیر نالیکلي قوانین شته چې د هغه ټولنې ډیري کسان پرې پوهیږي او زیات یې د هغو مطابق کړنې او چلند کوي.

دا کتاب د دغو نالیکل شویو قوانینو په باب دی.

محمد صفر خواریکښ

لومړی څپرکی

د معاشرت دودونه (آداب)

انسانان په ټولنه کې د معاشرت یا ګډ ژوند په پار، دې ته اړ دي چې له یو بل سره ناسته پاسته او خبرې وکړي. هر څوک غواړي چې د نورو پام ورواوړي. په لومړی ځل مخامخ کېدو کې دوه غوره صفتونه چې د انسانانو تر منځ د نږدیوالي لامل کېدای شي ښې خبرې او ښه چال چلند دی. ښه چال چلند د معاشرت د آدابو په رعایت ترسره کېږ ي چې د نالیکلیو قوانینو په توګه په انساني ټولنو کې شتون لري. نو لازمه ده چې معاشرت تعریف او آداب یې وپېژنو.

معاشرت په لغت کې یوځای کېدو، له یوبل سره ژوند کول او له یوبل سره د خبرو اترو، دوستۍ او محبت لرل دي.

د معاشرت آداب د ټولو هغو ښو چلندونو ټولګه ده چې له نورو سره په مخامخ کېدو کې یې تر سره کوو. په ټولو ناستو پاستو کې یې باید په هوښیارۍ سره په پام کې ونیسو.

د ټولنیز چال چلند دغه آداب، د نورو حال ته د پاملرنې او له هغوی سره د محبت ښودلو لپاره دي. د بېلګې په توګه که له چا سره سلام یا روغبړ کوو مقابل لوري ته یې ښایو چې د هغوی له روغتیا او سلامتۍ سره مینه لرو. د لاس یا غېږ په ورکولو له هغوی سره خپله دوستي او صمیمیت بیا ځلي تازه کوو.

که هرڅومره د نورو په وړاندې مؤدب او مهربان واوسو په هماغه اندازه به نورو ته د ګرانښت او درنښت وړ یاستو. چې په دې کار سره نه یوازې خپل ځان او شخصیت ته ګټه رسوو بلکې د یوې سالمې او مهذبې ټولنې په لور ګام اخلو.

د ګډ ژوند د دودونو مخینه

«نن ورځ موږ د دوستۍ او پېژندګلوۍ له مخې یوبل ته سلام اچوو، روغبړکوو، لاس یا غېږ ورکوو. خو په تېرو وختونو کې چې لومړنیو انسانانو د ځان د دفاع لپاره همیشه وسله درلوده؛ وسله به یې په لاس کې او یا تر شا د کالیو لاندې پټه ساتله. کله چې به له یو بل سره مخامخ شول لاسونه به یې مخته نیول او داسې به یې ښودله چې لاسونه یې تش او بې وسلې دي، د دوستۍ لپاره راغلي دي.»* دا دود له هماغه وخت نه موږ ته راپاتې دی.

د ګډ ژوند د آدابو په رعایت کولو کې د دې ټکي یادونه اړینه بولم چې د ګډ ژوند آداب دوه اړخیز دي، او د متقابل درناوي په بنسټ ټینګېدی او پرمخ تلای شي. دواړه لوري باید یو بل ته متقابل درناوی ولري. دا نشي کېدی چې موږ له بل چا نه دا تمه ولرو چې درناوې راته ولري، زموږ په شخصي او خصوصي ژوند کې لاس وهنه ونکړي، تر شا مو بد ونه وايي او که امانت ورکړو نو بېرته یې راوسپاري. خو پخپله بیا له نورو خلکو سره په چال چلند کې دغه ټکي په پام کې ونه نیسو. داسې وخت کې غوره داده چې انساني معیارونو ته په پاملرنې سره دا اصل په کلکه رعایت کړو. **هغه څه چې د ځان لپاره یې لازم نه بولئ د بل چا لپاره یې هم مه خوښوئ.**

په ټولنیزو ادابو کې له انسانانو سره ستاسو له لوري مینه‌ناک چلند چې په یوه بې ریا موسکا پیل کیدای شي، **موسکا د مقابل لوري د زړه د دروازې کیلي ده.** مینه‌ناک او له زړه سوی ډک چلند به تاسو د نورو له مینې او محبت نه برخمن کړي. په موسکا مو لګښت نه راځي نو که هر څومره ممسک یاست، له نورو سره په مخامخېدو کې موسکا مه سپموئ.

د معاشرت آداب په بیلا بیلو برخو لکه کورنۍ، دوستانو او نورو (ښاریانو یا کلیوالو) سره یو څه

* www.karkonan.com آموزش آداب معاشرت و تشریفات

نا څه توپیر سره باید په پام کې ونیول شي.

ښايي په ځینو وختونو کې له چا نه په ناسته پاسته کې داسې کړنه تر سره شي چې تاسو ته د ځان په وړاندې بې‌پروايي یا بې‌احترامي ښکاره شي، خو مقابل لوري د ناپوهۍ او یا د سهوې له مخې ترسره کړې وي، نو ښه به دا وي چې په کوچنیو تېروتنو سترګې پټې کړئ. خو که له تاسو نه د چا په وړاندې په تېروتنه کې بې‌پروايي وشوه او څوک مو خپه کړ نو د مهذب انسان په توګه څومره ژر چې شونې وي، له مقابل لوري بښنه وغواړئ.

که پوه شوئ چې ناسم کار موکړی دی په بښنه غوښتلو نه یوازې داچې ستاسو شخصیت نه زیانمن کېږي بلکې د یو هوښیار، متواضع او مهربان انسان په توګه له درناوي او عزت برخمن کېږئ.

له نورو سره د ښو اړیکو لرل

انسان ټولنیز ژوی دی، او په ټولنه کې د عادي ژوند د دوام لپاره له نورو انسانانو سره اړیکو ته اړ دی. له نورو سره د اړیکو ټینګول د انسان په وړاندې یو لړ غیر اجباري خو اخلاقي دندې ږدي. دغه نالیکلې دندې او د معاشرت آداب باید په کورني، کلیوالي او ښاري چاپېریال کې له نورو سره په پام کې ونیول شي.

دغه د معاشرت آداب څه دي؟ او ولې یې باید رعایت کړو؟ د ښه پوهاوي لپاره یې اړینه ده چې لوستونکو ته لومړی د معاشرت ار(اصل) مفهوم او معنا وړاندې کړو.

معاشرت د بیلابیلو قاموسونو او په دغه لړ کې د« پښتو - پښتو سیند»، «دهخدا»، «آنندراج»، «غیاث»، د «عمید» او «معین » د فرهنګونو د تعریف له مخې ګډ ژوند کول، یوله بل سره مینه لرل، دوستي، کېناسته پاڅېده، الفت، آشنايي، له یوبل سره خبرې اترې او له یوبل سره خوراک او څښاک په معنا راغلی.

د معاشرت آداب؛ د ګډ ژوند او انسانانو ترمنځ د ناستې پاستې او د تګ راتګ دآدابو په معنا دي. آداب د ادب جمع او د غوره چلند، فرهنګ، دود او رواج معنا لري. «د معاشرت آداب له مور سره مرسته کوي چې له نورو سره معاشرت ولرو، په ساده معنا هغه اصول چې له مور سره مرسته کوي چې له نورو سره ښه اړیکي ټینګ کړو.»

که غواړو چې پخپل ژوند کې مو بریاوې په برخه شي نو باید د ژوند په آدابو لکه د ډوډۍ خوړلو، کارکولو او له نورو سره د ګډ ژوند په آدابو وپوهېږو. البته هر وخت او هر ځای کې یو لړ ځانګړي دودونه او آداب شتون لري چې په پام کې نیول یې اړین دي. لکه په کورنۍ، کارځای،عامه ځایونو، مېلمستیاو، ودونو، د موسیقي بنداړونو، عامه ترانسپورتونو، په مجازي فضا کې (انټرنیټ، ټولنیزو شبکو او نورو کې...) چې دغه هریو یې په ځینو برخو کې ځانګړي نالیکلي دودونه او آداب لري، خو ځینې په ټولو ځایونو او مهالونو کې یو ډول کارېدلی شي لکه؛ سلام ورکول ، په لوړ او یا دومره ټیټ غږ چې مقابل لوری یې په سختۍ واوري خبرې نه کول، غوسه نه کول، نورو ته درناوی کول، هغه آداب دي چې په هرځای او هر وخت باید رعایت شي. دا یوازې په خبرو اترو او ژبه نه بلکې په بدني ژبه هم په پام کې ونیول شي.

لیدنه کتنه

د لیدنو کتنو لپاره ډېر داسې نالیکلي قوانین شتون لري چې باید تل په پام کې ونیول شي، دلته د لوستونکو پام دغو قوانینو ته راړوم. ښه به وي چې ویې پېژنو. د مېرمن **کریستن البورګ** په قول: «داسې نه ده چې ټول دنمارکیان دغه قوانین په پام کې نیسي، مګر ډېري یې رعایت کوي. که څوک یې نه رعایت کوي نو نور زیاتره کسان د هغوی په هکله فکر کوي چې بې‌ادبه دي.»*

له مخکنۍ ژمنې پرته لیدنه

* کریستن البورګ - «له تا نه مننه» کتاب `Tak skal du ha

په زیاتو هېوادونو کې دا غیرطبیعي ده چې څوک له مخکنۍ ژمنې پرته له یو بل سره لیدنه کتنه وکړي. اوس‌مهال چې د انسانانو غوښ ډېره کې د خپل ژوند د اړتیاو پوره کولو لپاره کار او زیار ته اړ دي نو ځکه زیاتره خلک بوخت دي. ډېری یې له کور بهر کار کوي او په پرمختللیو هیوادونو کې خو ان ماشومان هم له دې امله چې میندې او پلرونه یې کارونو ته ځي؛ خپل ماشومان د ماشومانو پالنځایونو، وړکتونونو او ښوونځیو ته لېږدوي. په ځینو هېوادونو کې د ښوونځیو له وختونو وروسته د فارغ وختونو بوختځایونو کې وي. نو ځکه په ورځ کې د کورنۍ غړي یوځای نه وي. کله چې دوی له غرمې وروسته څلور یا پنځه بجې فارغېږي او کورونو ته راځي، هم غواړي او هم ضرورت لري چې سره یو ځای وي.

ښایي دوی پخپلو کې سره خبرې وکړي چې ورځ یې څنګه تېره شوې ده. شاید غټان یې له ماشومانو سره په درسونو کې مرسته وکړي، او یا د قهوی او کیک خوړلو یا چای څښلو نه خوند اخلي. په دغو ساعتونو کې زیاتره کسان چې له کارونو ستړي ستومانه راغلي وي نه غواړي له چا سره لیده کاته وکړي. دا به ښه نه وي چې له غرمې وروسته پنځه بجې څوک د دروازې مخ ته ولاړ وي او د دروازې زنګ ووهي. په دغه وخت کې یوه کورنۍ ایله بیله کورته رارسیدلې وي. داهم بیخي ښه نه ده چې څوک ماښام شپږ یا اووه بجې راشي. دا په زیاتو هېوادونو کې د خواړو وخت دی.

د بېلګې په توګه د یوې دنمارکي کورنۍ مثال راوړو. که سړي یوه دنمارکي کورنۍ ښه نه پېژني، باید له مخکنۍ وعدې پرته ورسره لیدنه ونکړي، خو که څوک سره ښه دوستان وي، پېژندګلوي ولري او خبر وي چې یوازې څنګ ته یې راځي البته دا بله خبره ده.

لنډه دا چې هیڅ‌وخت د چا کوریا د کارځای ته له مخکنۍ خبرتیا پرته مه ورځئ.

مېرمن **کریستن البورګ** د دنمارکیانو په هکله پخپل کتاب کې دیو بهرني دنمارک میشتي **ریدي ج. پرکاش** یوه خاطره کښلې ج. **پرکاش** وایي: «**دنمارکیان داسې دي:** یو ځل مې تصمیم ونیوه چې دنمارکیان وپېژنم. زه له یو کور نه بل ته لاړم او ځان مې وروپېژانده خو له دې کار نه ژر تېر شوم،

ځکه خلکو به ما ته تش کتل او د ننه به یې نه وربللم. زموږ پخپل هیواد کې داسې نه ده. ښايي زه یې د ننه بللي وی او څه خوراک او څښاک مې کړی وی. وروسته پوه شوم چې څوک باید له دنمارکیانو سره هسې کتنه ونکړي. لومړی باید وبلل شئ وروسته بیا هغوی ستاسو د خوښی لپاره زیات کارونه تر سره کوي. هغوی د خواړو تیارولو لپاره زیات وخت کاروي چې ښه خواړه پاخه کړي.»

د وخت اهمیت

په ټولنیزو آدابو کې وخت ته اهمیت ورکول ارزښتناکه او غوره کار بلل کېږي، نو د لیدنو کتنو لپاره د ژمنې له مخې په خپل وخت ټاکلي ځای ته ځان ورسوئ، که ناوخت ورځئ نو یا باید مخکې له مخکې د خپل ناوخته ورتګ لامل او د ورتګ وخت خبر ورکړئ. له ډېر اړین کار او معقول عذر پرته ناوخت ورتګ مقابل لوري ته د نه درناوی حس ورلېږدولی شي. که څوک وبلل شي، نو باید وخت ته زیاته پاملرنه وکړي. ځکه د بلنې ټاکل شوی وخت ښیي چې څه خوړلای شي. که څوک د ۱۲ او ۱۳(له غرمې وروسته یوې بجې) تر منځ بلل شوی وي دا معنا لري چې غرمنۍ ته بلل شوی دی. نو یخ خواړه به وخوري. که سړی د ۳۰ :۱۴ . ۳۰: ۱۵بجو (له غرمې وروسته دوه نیمو نه تر درې نیموبجو) بلل شوی وي. نو په دې معنا ده چې له ماسپښین وروسته قهوې یا چای ته بلل شوی دی. نو قهوه یا چای او کیک به خوري او تاوده خواړه به نه وي. دا په دې معنا ده چې مخکې له دې چې کوربه د ماښام خواړه تیار کړي باید سړی رخصت واخلي او لاړ شي. که نه نو، ښايي کوربه وډار شي چې میلمه سم نه دی پوه شوی او فکر کوي چې ماښامنۍ وخوري.

که څوک د ماښام اته بجې او یا وروسته وبلل شي، په دې معنا ده چې، ماښامنۍ به نه وي او ماښامنۍ قهوې یاچای ته بلل شوی قهوه، چاي او یا به سوړ څښاک وي.

که سړی د ماښام ۶- ۷ بجو کې دعوت شي، نو ماښامنۍ خواړو ته میلمه شوی چې تاوده خواړه به وي. نو باید سړی کور کې خواړه ونه خوري. کوربه منتظر وي چې میلمه به وږی وي، کله چې راشي خواړه به سره شریک وخوري. که رابلل شوی کس په دغه وخت کې ووایي چې وږی نه یم

کوربه به ناهیلی شي. همدارنګه د بلنې وخت باید هرومرو په پام کې ونیول شي. که سړی په ۷ بجې بلل شوی وي نو باید پوره ۷ بجې، نه دا چې ۶:۳۰ یا ۷:۳۰ ورشي.

د بلنلیک ځواب

غتو میلمستیاو ته معمولاً خلک په لیکلې بڼه بلل کېږي. سړی د بلنې یو کارت (بلنلیک) ترلاسه کوي. په بلنلیک کې لیکل شوي چې میلمستیا په کوم مناسب ده، څوک او څه وخت باید ورشي.

په بلنلیک کې په لاندنۍ برخه کې یوه نیټه لیکل شوي وي چې بلل شوی کس که په میلمستیا کې د کوم لامل له امله ګډون نشي کولای نو تر یادې شوې نېټې باید خبر ورکړي.

بلنلیک ته ځواب په دې مانا دی چې بلونکی غواړي پوه شي چې سړی ورځي. دا ډېر مهم دی، چې سړی تر یادې شوې نېټې پیغام ورکړي.

دا مناسب نه ده چې سړی پخپله د بلنلیک په ځواب پسې زنګ ووهي چې واوري میلمه راځي که نه. که سړی د نه ورتګ خبر ورکوي، باید په ډېره مهربانۍ او ادب خو لنډ خبر ورکړي.

زیات وختي

وخت پېژندنه د معاشرت دآدابو له لومړنیو اصولو څخه ګڼل کېږي. باید تل ټاکل شوي ځای ته پخپل وخت یا لږه شېبه مخکې ورشي. دا ډېره ناوړه ده چې ماښامني خواړو ته سړی له ټاکلي وخت مخکې راشي. ځکه دغه مهال کوربه بوخت وي چې خواړه تیارکړي. په اروپايي هیوادونو کې کله چې میلمانه راځي، باید مېز تیار او خواړه چمتو وي. زیات کسان غواړي چې د میلمنو تر راتګ کور پاک او منظم وي. دا نه یوازې په اروپا بلکې زموږ په هېواد کې هم زیاتره کورنۍ میلمستیا ته خپل دوستان یا خپلوان په ټاکلي وخت رابولي. بلل شوي کسان هم باید د کوربه ستونزو ته په پاملرنې سره وخت هرومرو په پام کې ونیسي. نه له ټاکلي وخت نه زیات مخکې او نه زیات وروسته ورشي.

په زیاتو هیوادونو کې چې د میلمنو د ښه هرکلي په موخه، د خواړو پر تیارولو سربېره د کور پاکوالی او تنظیمول او د ماشومانو پریولل او پاک کالي وراغوستل د کولتور برخه ده. که بلل شوي کسان له وخت ډېر مخکې راشي، ښايي کوربه د خواړو له چمتو کولو نه وي خلاص. مېز نه وي جوړ شوی، ماشومان نه وي پریولل شوي او د ناستې خونه (سالون) کې بې نظمي وي. نو زیات کوربانه له دې امله ځورېږي. غواړي ترڅې میلمانه راځي دوی هرکلي ته چمتو وي. ښايي تاسې اوس فکر وکړئ چې دا مناسب نه ده. ښايي تاسو پخپله کله یو دوست ته له وخت ډېر مخکې ورغلي یاست او هغه ځورېدلی وي. ښايي په یوې غټې موسکا یې ستا هرکلی کړی وي. دلته ته باید پوه شې، چې هغوی له دې امله ندي موسکېدلي چې تا سم کار کړی. هغوی له دې امله موسکا کوي، چې دا بېادبي یا نامهرباني ده چې څوک ځان غوسه یا ځورېدلی وښيي. زیاتره کسان که څوک له وخت مخکې هم ورشي، په څرګنده موسکېږي او وايي ښه راغلاست خو په زړه کې د میلمه په ډېر وخته ورتګ ناخوښ وي.

ښايي دوی ووايي: « تاسو اوس راغلئ؟ ساعت د ماښام ۷ و.» مګر میلمه د ننه وربولي او هغه ته د ننه سالون وربښيي. که د چا پام شي چې ډېر وخته راغلی، کولای شي له کور بهر یو څه پلی وګرځي او وروسته راشي، دا ادب دی.

ناوخت

که سړي ماښامنۍ میلمستیا ته ناوخته راشي دا هم بېادبي ده. که یو څوک د ماښام ۷ بجې بلل شوی وي او ۸ بجې راشي، ښه نه ده. که کوربه یو کس میلمستیا ته بللی وي، ښايي هغه یو ساعت له تاودو خواړو سره منتظر پاتې شي. هغه ډاډمن نه وي چې میلمه راځي او ښايي وځورېږي. که څو میلمانه یې بللي وي ښايي د خواړو تر پیلولو نیم ساعت منتظر پاتې شي. ټول ځورېږي او ښايي ټول ناآرام شي. زیاتره کسان ناوخته راتګ ښه نه بولي، بلکې خواړو او کوربه ته یې نه درناوي ګڼي.

سړی باید دقیق پخپل وخت راشي او له ۱۵ دقیقو نه زیات ناوخت نکړي.که له پنځلس دقیقو

زيات ځنډېږی نو باید زنګ ووهي او ووايي چې څه وخت راځي. نو نور میلمانه کولای شي چې خوړل پیل کړي. په ټاکلي وخت میلمستیاو ته تګ او پورتني نالیکل شوي قوانین په پام کې نیول، په هر هیواد کې اړین دي او رعایت کوونکو ته یې د مهذبو کسانو په نظر کتل کېږي.

د افغانانو میلمستیاوې چې له پولاو (پلو) یا قابیلي پرته نه وي، نو د وخت مراعت کول په پورته یادو شویو لاملونو سربېره د وریجو د پخولو لپاره هم اړین دي. دکور هیڅ مېرمن نه غواړي چې د لاس پخلی یې بې‌خونده او بې‌رنګه مالوم شي. نو د وریجو د دم لپاره داسې وخت پام کې نیسې چې ټاکلي وخت ته چمتو وي. که میلمستیا ته بلل شوي یو یا څو کسان له خپل وخت نیم ساعت یا ډېر ناوخته ورشي او کوربه اړ شي چې خواړه دویم ځل تاوده کړي، ښایي د وریجو او ځینو نوروخوړو خوند او کیفیت کې منفي بدلون راشي. میلمستیا ته د بلل شوي کس ناوخت ورتلل کوربه خواشینی کوي.که په هر دلیل ناوخته ورغلي یاست، هرو مرو د خپل ناوخته ورتګ له امله بښنه وغواړئ.

د میلمنو شمېر

که څوک ماښامنۍ ته بلل شوي وي، تر څو چې ورځې نو میز تیار وي. نو پر میز د رابلل شویو میلمنو په شمېر غابونه ایښودل شوي وي. دا ډېره بې‌ادبي ده چې سړی ځان سره د کورنۍ نابلل شوي غړي یا نابللي دوستان بوځي. هغه کسان چې باید درسره وي او د کوربه لخوا بلل کېږي تاسو ته ویل شوي وي.

نو سړی ځکه باید هیڅکله له ځان سره میلمستیا ته نور څوک ملګري نکړي او پوښتنه ونکړي چې کولای شي له ځان سره څوک ورولي. دا به د کوربه لپاره سخته وي چې نه ووايي. **نابللي کسان له ځان سره میلمستیاو ته مه بیاوئ.**

هغه شمېر چې کوربه یې لیدل غواړي زیاتره په غور سره رابلل کېږي. دا به کورنۍ ته ستونزې جوړې کړي، چې یوکس بلل شوی وي او نابېره درې کسان ورشي. که څوک ماشومان ولري چې کور کې

یوازې نشي پاتې کېدی، نو ښه ده پوښتنه وکړي چې له ځان سره یې اخیستی شي که نه؟ خو مور، پلار، ورور، خور یا د تره او ماما بچي ښه نه دي چې څوک یې له ځان سره بوځي.

لغوکول

که یو څوک نابېره نشي کولای، هغه میلمستیا یا کتنې ته چې هو یې ورته ویلې وي لاړ شي، باید د نه ورتګ خبر ورکړي. دا ډېره بې‌ادبي ده که سړی له خبر ورکولو پرته ورنشي. که د یو ښه فرهنګ لرونکي هیواد په توګه د دنمارک مثال راوړو؛ دنمارکیان غواړي کښېني او د وروستي مېلمه تر راتګ منتظر وي. دوی د رابلل شویو میلمنو په شمېر میز جوړ کړی وي، نو که سړی ور نشي ډېر به خپه شي. سړی باید هر څومره ژر چې کولای شي زنګ ووهي او د خپل نه راتګ خبر ورکړي. دا ښه کار نه دی چې سړی له هغه وخت نه چې باید ورغلی وی، څو دقیقې مخکې زنګ ووهي او دنه ورتګ خبر ورکړي. سړي باید څو ساعتونه مخکې او یا ښه به وي یوه ورځ دمخه زنګ ووهي. زیاتره دنمارکیان یوازې ناروغي، ټکر او مړینه د کتنې وخت ته د نږدې لغو کیدو د لامل په توګه مني.

که سړی د ماښام ۷ بجې دعوت شوی وي او ۵ دقیقې کم ۸ بجې زنګ ووهي او ووایي، چې همدا اوس یوه کتنه لري، یا بل ځای دعوت شو، دا ډېره بې‌ادبي ده. دا هم ډېره بې‌ادبي ده چې سړی ووایي، زه ډېر بوخت یم ځکه نشم درتلی.

په ځینو هیوادونو کې دا هم بې‌ادبي ده چې بلنې ته ووایې «نه مننه». نو ځکه ځینې سره له دې چې نه راځي وایي «هو مننه ». په دنمارک کې «هو» تل د هو مانا لري. دا هغه څه نه دي چې سړی یې د دې لپاره چې مؤدب وي ووایي. د سړي مقصد هم هو وي. دا بې‌ادبي ده چې څوک د دې لپاره چې مهربان دی ناسم ځواب ورکړي. دنمارکیان په ښه توګه «نه مننه » منلی شي. هغوی پوهېږي چې څوک نه راځي.

د یوې ۴۰ کلنې دنمارکۍ مېرمن یوه خاطره د بېلګې په توګه راخلو. دغه مېرمن وایي: «زما له یو بهرني سړي سره ښه دوستي وه، ما هغه زما د زېږېدو کلیزې ته بللی و. هغه هیڅکله زمابلنې ته

ځواب نه و راکړی. د کلیزې له میلمستیا یوه اوونۍ مخکې مې هغه په یو پلورنځي که ولید. ما له هغه وغوښتل چې راشي، هغه هو وویل.

له میلمستیا نه مخکې مې پدې ډیر فکر وکړ، چې د هغه له څنګ سره څوک باید کښني، ځکه هغه تر دغه وخته ښه دنمارکي نشوه ویلی.

ما د میز کارتونه جوړکړل او خوشاله شوم چې هغه راځي. هغه څو ځله ویلي وو چې یوازې دی او غواړي له دنمارکیانو سره اړیکه ولري. اوس هلته د دې فرصت وو، خو هغه هیڅ رانغی. موږ ورته زیات انتظار وایست. خو هغه د نه راتلو خبر هم رانکړ. خو کله چې وروسته بیا ما هغه ولید پوښتنه مې ترې وکړه چې ولې نه وې راغلی؟ هغه وویل چې زما هېر شوي وو. زه ډیره ناهیلې شوم. هغه څنګه زما دزېږېدو ۴۰مه کلیزه دومره آسانه هیرولی شي؟ مګر ښایي هیره شوې یې نه وي. ښایي نه راته. خو ولې؟ زه نه پوهېږم. زه یوازې پوهېږم، چې زه نور هیڅ نه غواړم چې هغه بیا دعوت کړم.»

سوغاتونه

که څوک یوې عادي ماښامنۍ میلمستیا ته بلل شوی وي، ضرورت نشته چې له ځان سره ډالۍ وېسي. زیات کسان د کوربه لپاره له ځان سره ګل یا یو بوتل واین وړي (البته دا د غېرمسلمانانو د کولتور برخه ده). که څوک د زېږد کلیزې، د ماشوم نوم ایښودلو، سنتولو، واده او یا بل کومې غټې میلمستیا ته ځي نو سوغات وړي. کله چې ورسېږئ ډالۍ سپارئ. که کوچنۍ میلمستیا وي، دود دی چې ډالۍ سملاسي پرانیزي.

که غټه مېلمستیا وي نو ډالۍ د سوغاتونو پر میز باندې ږدئ. نو باید چې له ډالۍ سره کارت مل وي. نو کوربه یې لیدلی شي چې ډالۍ د چا لخوا ده. دکوربه نه خوښېږي چې سوغات پرانیزي او پوه نشي چې د چا لخوا دی چې مننه ترې وکړي. دا کار زیات اړین دی معنا داچې کوربه له ډالۍ ورکوونکی نه مننه کوي. دا بده ده هغه چاته چې ډالۍ یې درته راوړې وي او مننه ترې ونکړئ.

که څوک نه پوهېږي چې په سوغات کې څه شی ډالۍ کړي نو گل او شکلاد هر وخت منل کېدی شي. په زیاتو کورنیو کې سره واین او یا شراب (البته دا د غېرمسلمانانو د کولتور برخه ده) هم میلمستیا کې منل شوی سوغات وي. که واین یاشراب ډالۍ کوئ نو لومړی باید مالومات ولرئ چې کوربه دغه راز څښاک څښي. که په کورنۍ کې ماشومان وي، دابه ښه وي چې هغوی ته کوچني شیان ورکړئ. یوه کڅوړه سلیک (یو ډول خواږه دي)، لږ شکلاد یا لسگون ماشومان خوشالولی شي.

کورني ژوي

په ډېرو لوېدیزو او اروپايي هیوادونو خلک کورني ژوي لري چې په کور کې آزاد گرځي راگرځي. سپي او پیشوگان په کورونو کې ډېر عادی دي، چې دوی ورته د کورنۍ د غړیو په څېر گوري. زیاتره ژوي کولای شي په ټول کور کې وي. خاوندان یې په هغوی لاس وهي، خبرې او لوبې ورسره کوی. ژوي نومونه لري او دا د ماشومانو، لویانو او زاړو لپاره ډېره معنا لري. ډېر زاړه کسان چې په کورونو کې یوازې ژوند کوي؛ پیشو یا سپی په کور کې ساتي چې د یوازېتوب احساس ونکړي. د کورنیو ژویو لرونکو کورنۍ خوشالېږي که له ژویو سره یې ښه چلند وکړئ. باید له ژویو سره د هغوی نږدې اړیکو ته درناوی ولرئ او هیڅکله یې و نه ځوروئ، په لاس یا پښه یې ونه وهئ او بدې خبرې یې په هکله ونکړئ. که د ژویو په اړوند یې ښې خبرې وکړئ نو دا کورنۍ او ژویو دواړو ته د درناوي څرگندونه ده. که په باب یې بدې خبرې یا ورسره بد چلند وکړئ ښايي کورنۍ غوسه یا خپه شي. که ژوي مو نه خوښېږي یا ترې ډارېږئ او یا ورسره الرژي(حساسیت) لرئ نو باید وېې واياست او له کوربه وغواړئ تر هغه وخته چې تاسو هلته یاست ژوي بلې خونې ته ننباسي.

بوټان او کالي

که په مېلمستیا کې کوم کورته ننوزئ، دا طبیعي نه ده چې بوټان و باسئ. البته په دنمارک کې؛ کله چې یوې ښې میلمستیا ته ځئ دا لکه یو قانون دی، چې پاک بوټان په پښو کړئ. که د یو دوست د

عادي کتنې لپاره ورځئ نو طبيعي ده بوټونه مو وباسئ. په تېره بيا که له ډېرو چټلو بوټانو يا موزو سره راغلي ياست. بالاپوښ او کرتۍ په د هليز کې وباسئ. يا يې پخپله په کوټبند کې ځوړندوئ يا يې کوربه اخلي او په الماری کې يې ځوړندوي. که د لنډې کتنې لپاره تللي ياست، کولای شئ چې بالاپوښ مو په تن کې وي يا يې سالون کې کېدئ.

مننه

نه يوازې په اروپا بلکې د نړۍ په هر هيواد کې چې اوسئ، «مننه» يو ښه ويی (لغت) دی چې ويې پېژنئ. کله چې څوک د چا د کتنې لپاره ځي، د مننې کارولو ته يې زيات ځله اړتيا پيدا کېږي. که څوک بلنې ته ځواب ورکوي، نو وايي: «له بلنې مو مننه، زه غواړم چې راشم.» کله چې راشي، ډالۍ سپاري، ښايي ووايي : داچې بللی مو يم مننه. کله چې ډالۍ پرانيستل شوه، کوربه وايي «له ډالۍ مننه،» او سړی وايي «مهرباني يا دا ډېر کم څه دي.»

کله چې څوک خواړه تمام کړي وايي: « له خواړو مننه، خوندور خواړه وو.» هوښيار او مهذب کسان خپلو ماشومانو ته هم ډېر وخته ورزده کوي چې ووايي: « د خواړو له امله مننه.»

په دنمارک کې کله چې ماشومان ۴-۵ کلن وي، د ډېرو ماشومانو په ياد وي چې له خواړو وروسته مننه وکړي. کله چې ميلمستيا پای ته ورسېږي، سړی وايي: «د نن شپې لپاره مننه. ډېره په زړه پورې وه.» او بل ځل چې ورسره خبرې کوي وايي: « دوروستي ځل لپاره مننه.»

ښايي په هر وخت «مننه کوم» ويلو سره ليونی مالوم شې. خو دا ادب او صميميت دی. تاسو وښاياست چې ليدنه موپه ياده ده او په دې اړه خوښ ياست. کوربه به خپه کړئ که هېر کړئ چې ووایاست د «خواړو لپاره مننه» يا «د وروستی ځل له امله مننه.» ښايي کوربه فکر وکړي: چې ستاسو خواړه نه دي خوښ شوي، يا درته بې تفاوته ده چې هغه بللي ياست. يا ښايي کتنه مو هېره کړې وي. څه پېښ شوي دي؟

په دنمارک کې، مننه د يو کس او هغه څه چې هغه يا هغې ترسره کړي د منلو يو ډول دی. نو ځکه

مننه باید ډېره په یاد وساتئ نه کم.

په کورنیو مېلمستیاوو کې مننه

۱. د بلنې لپاره مننه، کله چې بلنه درکول کېږي.
۲. مننه چې بلنې ور مو بللی یم، د بلونکي کورته د رسیدو په مهال.
۳. مننه (کله چې کوربه وایي «مهرباني وکړئ» د خواړو پیلولو بلنه درکوي)
٤. له خواړو مننه
٥. دنن ماښام لپاره مننه
٦. د وروستي ځل ناستې لپاره مننه

مننه په نورحالاتو کې

۱- کله چې سړی پور یا امانت اخلی، وایي «د پور لپاره مننه»
۲- کله چې څه ترلاسه کوئ نو «مننه» به وایاست
۳- کله چې څوک مرسته درسره کوي، وایاست «د مرستې له امله مننه»
۴- کله چې څوک درته د یو څه وړاندېز کوي وایاست « هو، مننه » یا « نه، مننه»
۵ - کله چې څوک د ماشوم د ریکشا، لپاره درته دروازه ونیسي، یا په بس کې درته ځای پرېږدي یا داسې نور، دا ادب دی چې ورته ووایاست «مننه»

د سلام کولو وخت کې

کله چې سړی راځي، کوربه ته باید سلام وکړي. زیاتره کسان یو بل ته لاس ورکوي او سلام یا ورځ په خیر وایي. که کورنۍ او یا ښه دوستان وي غاړې ورکوي.

روغبړ یا سلام او احوال پوښتنه د ټولنیزو اړیکو او دودونو لازمی اصل دی. روغبړ باید د انسانانو ترمنځ له یوبل سره په لومړي ځل مخامخېدو کې په داسې ډول ترسره کړئ چې د مقابل لوري لاس کېکاږئ او ژر یې خوشې کړئ. «هیڅکله د مخاطب لاس ډېر وخت په لاس کې مه نیسئ، ځکه په

دې کار سره د هغوی خصوصي حريم نقض کوئ. ښځينه که پخپله لاس در اوږد نکړي هيڅوخت تاسو لاس مه ورکوئ، په تېره بيا د مسلمانو مېرمنو په وړاندې دا ټکی په کلکه په پام کې ونيسئ.

دا سمه نده چې يو بل دې ښکل کړي. په اروپايي هيوادونو او دنمارک کې دود ندی چې څوک دې خپل دوستان ښکل کړي. زياتره اروپايان د مخ ښکلولو ښی-کيڼ-ښي، سره بلد نه دي. دوی وارخطا کېږي او نه پوهېږي چې کوم لور ته سر واړوي. ډېر ښه دوستان يو ځل په يو مخ سره ښکلوي. زياتره نارينه يو بل ته د لاس په ورکولو سره روغبړ کوي. که سره ښه دوستان وي د يو بل ملا په لاس ټپوي. مګر د دوه نارينه و ترمنځ غېږ کې ډېر وخت نيول، اوږده ښکلول او لاس نيول عادي نه دي. دا کار په لوېديزو هېوادونو کې په آسانی سره ناوړه پوهاوی رامنځ ته کوي.

که څوک په کوڅه کې دوه نارينه ويني چې يو د بل لاسونه يې نيولي يا په رستوران کې ناست دي او يو بل سره لمس کوي، زياتره به فکر وکړي چې دا همجنسبازان دي. په اروپا کې په طبيعي ډول ښځې له نارينه و لږ زيات يو بل لمس کوي. دوی ډېری وختونه يوبل ته غېږ ورکوي. مګر هيڅکله چې رواني يا ناستې وي د يوبل لاسونه نه نيسي. يوازې هغه وخت چې د ستونزو په هکله خبرې کوي او يا يوبل ته د تسليت ورکولو په وخت کې. کله چې له دنمارکي - نارينه يا ښځې - سره روغبړ کوئ دا بسنه کوي چې لاس ورکړئ. که سره ښه دوستان ياست، کولای شئ چې دواړو نارينه او ښځې ته غېږ ورکړئ.

په ځينو هېوادونو کې داسې کسان شته چې د مذهبي لاملونو له مخې لاس ورکول نه غواړي. دا په دنمارک کې ډېره بې‌ادبي ده. که يو دنمارکی لاس اوږد کړي او ورځ په خبر ووايي، او لاس يې ونه نيسي، دا د بې‌عزتی مانا لري. دنمارکيان پدې ډول چلند خپه او ياغوسه کېږي. کله چې څوک سلام کوي که لاس نه ورکوئ، نو دا مهمه ده چې ژر يې روښانه کړئ چې ولې. کولی شئ په ښه توګه په موسکا او د سر په خوځولو سلام وکړئ، نو دنمارکيان پوهېږي چې خپه يا غوسه نه ياست.

تر ټولو ښه به دا وي که امکان ولري مخکې له دې چې کس ته ورنږدې شئ، هغه-ښځه يا نارينه- لاس دراوږد کړي د لاس نه ورکولو لامل روښانه کړئ. د مثال په ډول کولای شې دواړه لاسونه تر

شاونیسې او له یو لېرې واټن نه سر وخوځوئ. کولای شئ ښه ورځ ووایاست او څرګنده کړئ چې لاس نشم درکولی. یا باید یو لاس په زړه او بل تر شا ونیسئ او په موسکا ووایاست ورځ مو په خیر. په دې توګه د دنمارکي بد احساس مخه نیسئ چې په غځېدلي لاس بې له دې چې لاس ورکړئ ستاسو مخ ته ولاړ دی. تکراروم یې دا په دنمارک کې ډېره بې‌ادبي ده چې دراوږد شوي لاس ونه نیسئ.

کله چې مو کوربه سره روغبړ وکړ - مېرمن او مېړه دواړه- سالون ته ننوزئ او له نورو مېلمنو سره سلام کوئ. که کسان کم وي، کولای شئ لاس ورکړئ. که کسان ډېر وي کولای شئ په موسکا او د سر په خوځولو ورځ په خېر ووایاست. البته د ډېری افغانانو مېرمنې له نامحرمو کسانو سره د لاس روغبړ نه کوي او یا سالون کې له پردیو سره نه کښېني. خو دنمارکیان که څوک ټولو ته لاس ورکوي د سلام کولو په مهال د سترګو تماس نیسي او خپل نوم وایي. کله چې ګرد چاپېر ګرځي په دغه ډول سلام کوي زیات څه نه وایي. یوازې هغه وخت چې څوک هلته وپېژنئ او یا فکر کوئ چې دمخه مو لیدلی دی. کله چې تاسو مخکي تللی یاست او میلمانه راشي او روغبړ کوي هم باید خپل نوم ووایاست. که د مذهبي لاملونو له مخې لاس نه ورکوئ، کولای شئ لاس تر شا ونیسي او سر وخوځوي.

که ډېر میلمانه نه وي، او یوه مېرمن او مېړه درسره وي چې څوک نه پېژني، کولای شئ له مېرمن یا مېړه سره په خبرو اترو کې مرسته وکړئ او د پېژندګلوی په مهال داسې څه ووایاست چې خبرې پیل شي او هغوی د یوازېتوب احساس ونکړي.

د دنمارک په ځینو ادارو کې چې د مسلمانانو خلاف مذهبي تنګ نظري او توکمپالي د چارو واک لري، هغو کسانو ته چې نالیکلي قوانین په پام کې نه نیسي، کار نه ورکوي. مېرمن کریستن البورګ د یو ۵۵کلن دنمارکی له قوله لیکي:

«زه په یو ښوونځي کې کار کوم. یو کال مخکې موږ باید یوه ښوونکې په دنده ګومارلې وی. یو بهرنۍ مېرمن د کارموندنې مرکې لپاره راغله. هغې د ازموینې ښه لاسوندونه درلودل، او موږ فکر وکړ چې

په دنده یې وګومارو. خوکله چې له مرګې وروسته ورته مور پورته شوو، هغې نه غوښتل ماته لاس راکړي. دا د هغې د مذهب خلاف وه. هغې ته دنده ورنکړل شوه. مور په خپل ښوونځي کې داسې ښوونکې نه غواړو چې د زده کوونکو د مور او پلار او ماشومانو سره په طبیعي ډول روغبړ ونکړي.»

سګرټ څکول

هغه مهال چې خلکو به د کور په سالون او یا سرپوښلو ځایو کې سګریټ څکول. کله چې به ټول مېلمانه راغلل او خواړه به تیار وو، نو کوربه به ویل« خواړو ته مهرباني وکړئ». نو هغومیلمنو چې سګریټ به یې څکول د خواړو مېز یا دسترخوان ته د کېناستلو مخکې خپل سګریټ وژل. دا بې‌ادبي ده، چې خواړه پر مېز یا دستر خوان پراته وي او سګریټ څکوئ.

که د سګریټ د ایرې غورځولو لپاره لوښی نه وي پروت، نو تاسو باید له کوربه وپوښتئ چې آیا سګریټ څکولای شئ. ښایي د سګریټ څکولو لپاره هیڅ لوښی نه وي، ځکه چې کوربه دسګریټ څکولو عادت نلري او په کور کې لوګی نه غواړي. مخکې له دې چې سګریټ روښانه کړئ لومړی باید پوښتنه وکړئ چې سګریټ څکولای شئ که نه؟ که کوربه ووایي چې هو، کولای شئ د سګریټ ایرو(خاکستر دانۍ) وغواړئ. دا بې‌ادبي ده چې د سګریټ غورځولو لپاره ګلدانونه، د پخلنځي لاس پرېولونکي، د خونې تلی، غابونونه او توالیت وکاروئ.

البته دغه نالیکلي قانون باید نسواریان هم په کلکه په پام کې ونیسي. نسواریان په هیڅ ډول په میلمستون او یا د ناستې خونو کې د خپلې خولې نسوار د خلکو په وړاندې په توکانې (تف دانۍ) کې توو نکړي. له بده مرغه ځینې داسې نسواریان هم شته چې په میلمستون کې د کوربه په نشتون کې د توشکونو یا د کټونو لاندې نسوار توکوي او خپلې ککړې شونډې پر روجایي او ګوتې پر توشوکونو راکاږي. له بده مرغه دغه کرغېړن عادت له ځینو نورو ناوړه عادتونو سره یو ځای له پاکستان نه ځینو راستانه شویو کډوالو نسواریانو له ځانونو سره راوړی دی.

د یادونې وړ ده چې اوس مهال د نړۍ په زیاتو هېوادونو کې پر کورونو سربېره په سرپټو ځایونو،

لکه رستورانونو، سینماو، سوداګریزو او د پیر او پلور په مرکزونو، د غونډو تالارونو او اورګاډو او بسونو کې سګریټ څکول بند دي.

د خواړو خوړلو د وخت آداب

البته دا دود او آداب زموږ د ختیزو، مسلمانو هېوادونو او د لویدیزو هیوادونو ترمنځ خورا زیات توپیر سره لري. په زیاتو ختیزو او عربي هیوادونو کې له رسمي میلمستیاو پرته عوام خلک بشپړ ډیره کي په لاس او زیات وختونه له یو لوښي څخه خواړه خوري. خو په لویدیزو هیوادونو کې د خواړو خوړلو لپاره کاچوغې، پنجې او چړې کاروي.

خواړه که په رستورانونو او میلمستیاو کې وي نو پر مېز د خوراک لوښی (ژور او رغې غابونه، داوبو او نور څښاک لپاره جلاجلا ګیلاسونه) او غټې او کوچنۍ کاچوغې، پنجې او چړې د غاب په ښي، کیڼ اړخ او غاب ته مخامخ نږدې ایښودل شوي وي چې هر یو یې د بیلابیلو خواړو لکه سلاد، سوپ، وریجو، دیسرت او نورو لپاره کارول کېږي.

د خوړلو په مهال باید دې ټکو ته په کلکه پاملرنه وشي:

- تر څې کوربه (مېرمن یا ښاغلي) تاسو مېز یا دسترخوان ته نه یاست بللي، مېز یا دسترخوان ته مه کښېنئ.
- مېز ته په مناسب ډول کښېنئ؛ خپل لاسونه پر مېز مه ږدئ بلکې پخپلو پښو یې کېدئ او پر مېز مه راټیټېږئ.
- کله چې د ډوډۍ خوړلو ته کښېنئ او هغه مېلمانه چې تاسو سره ګډ مېز یا دسترخوان ته ناست وي ونه پیژنۍ؛ نو تر هغو چې له یوبل سره مو پېژندګلوي نه وي شوي خبرې مه کوئ چې دا کار بې‌ادبي ګڼل کېدای شي. سربېره پر دې کله نا کله د نظرونو د توپیر او اړپیچ له امله ستونزې هم رامنځته کېدای شي.

- تر هغو چې د کور خاوند د خواړو خوړلو بلنه نه وي درکړې او یانورو کسانو خواړه خوړل نه وي پیل کړي، تاسو یې مه پیلوئ.
- کله چې خواړه راوړل شي، پخپله هومره خواړه په غاب کې را واخلئ چې خوړلی یې شئ. دا طبیعي ده کله چې د څنګ کس هغه وخت چې خواړه راخلی لوښی نیسي. تر دې وروسته لوښی په میز بل کس ته ورلېږدوئ. کله چې تاسو خپل خواړه واخیستل تش لوښی په مېز ایښودل بې‌ادبي ده. که لوښي غټ او دروند وي د څنګ کس لپاره یې نیسئ. کوچنی او سپک لوښی کس پخپله نیسي. یوازې په سترو میلمستیاو کې خدمتګار لوښي ګرځوي او په غابونو کې خواړه اچوي. نو که په لوښي کې داسې خواړه وي چې نه یې غواړي نو پخپله یې وایي. یا له هر څه نه لږ درته اچوي.
- د خواړو خوړل هغه وخت پیلوئ، چې په غاب کې مو ټول هغه څه چې غواړئ یې ترلاسه کړي وي. که غواړئ مودب اوسئ، خوړلو ته تر هغو صبر وکړئ، چې ټولو پخپلو غابونو کې خواړه واخیستل یا کوربه وویل مهرباني وکړئ خواړه مو پیل کړئ.
- که څوک خواړه ویشي او مېلمه ووایي چې«نه مننه»، نو باید په غاب کې ورته وانچول شي. کېدای شي چې دا مېلمه ته ستونزه جوړه کړي، ځکه دا ادب ندی چې په غاب کې خواړه پاتې شي. دا یو نالیکلي قانون دی چې په غاب کې اچول شوي خواړه باید وخوړل شي. کېدای شي چې تاسو په غاب کې دومره خواړه واچوئ چې میلمه یې خوړلی نشي. ښایي موړ وي یا ښایي خواړه یې خوښ نه وي. نو باید «نه مننه» ته درناوی ولرئ.
- په ځینو هېوادونو کې خواړه په منځ کې ږدي او ټول کولای شي له لوښي نه خواړه وخوري. په زیاترو لوېدیزو هېوادونو کې څوک داسې نه کوي او له یو لوښي نه د ټولو په ګډه خوړل ښه نه ګڼي. که میلمانه هغه خواړه چې ورته په غاب کې اچول شوي دي خوري، دا مانا نلري چې هغه یې خوښ دي. ښایي دا ادب وي چې نه غواړي کوربه خپه کړي. دا هم نالیکلی قانون دی چې باید د نورو د خواړو، کالیو او کور په هکله بد څه ونه وایو.

- په وازه خوله خواړه مه ژووئ او چې خواړه مو په خوله کې وي خبرې مه کوئ، په آرامۍ خپل خواړه وخورئ.
- کله چې مېز یا دسترخوان ته ناست یاست له ارګمې ایستلو، پزې سوڼ کولو، ویښتانو ږمنځولو او ځان ګرولو په کلکه ډډه وکړئ او نورو ته لاس مه ورکوئ.
- له ګډ لوښي نه په خپله کاچوغه یا پنجه خواړه مه راخلئ. ښه داده چې له هغه کاچوغې یا بلې وسیلې څخه چې په دغه موخه په لوښي یا د لوښي څنګ کې ایښودل شوې ده، کار واخلئ.
- د مېز پر سر ایښودل شوي دستمال په ګرېوان کې نه بلکې پر خپلو زنګنونو هوار کړئ. هیڅکله خپل مخ په دغه دستمال مه وچوئ بلکې یوازې شونډې پرې وچوئ. له خوړلو وروسته د میز دستمال د خپل غاب کیڼ اړخ ته ږدئ.

په زیاتو هېوادونو کې مسلمانان دوه - درې کسان په ګډه له یوې کاسې یا یو غوري نه خواړه خوري. چې البته له روغتیایي پلوه ځانګړي زیانونه لري. په تېره بیا اوس مهال چې د کرونا وبا په ډېره آسانۍ له یو کس نه بل ته لېږدېدی شي. ښه به دا وي چې د امکان په صورت کې هر کس په جلا جلا لوښو کې خپل خواړه وخوري.

که کوربه د خواړو په تیارولو زیات وخت تېر کړی وي، دا ادب دی چې ویې څکئ. دا بېادبي ده که ویې نه څکئ او تر دې هم ډېره بېادبي داده چې ووایاست دا بد بوي لري یا ښه خوند نلري.

دا یو نالیکل شوی قانون دی، څوک پر هغوخواړو چې، پر میز یا دسترخوان ایښودل شوي نیوکه نکوي. که څوک باادب وي نو لږ خواړه را اخلي او څکي یې. ښایي خوښ یې نه وي، خو بیاهم ښه ده. که څوک د خوګ غوښه نه خوري نو البته له هغو شیانو باید څکه ونکړي چې د خوګ له غوښې جوړ شوي وي. مګر له دې پرته یې باید وڅکي. که خواړه مو خوښ شول، کوربه خوشالېږي که ستاینه یې وکړئ. که خواړه مو خوښ نه وو، څه به نه وایاست. ډېره بده داده چې په لوړ غږ ووایاست چې خواړه مې خوښ نشول، او ووایي زموږ د وطن خواړه تر دې خوندور دي. دا کار کوربه

خپه کوي. د خواړو درناوی د کوربه او د هغه د هیواد درناوی دی. که کوربه پوښتنه وکړي، چې خواړه مو نه دي خوښ، باید ښه او رښتیا ځواب ورکړئ، چې نه يې شئ ورکولای. ځکه هغې پخپله ځواب غوښتی دی. دا د ژوند کولو لپاره مودبانه نه ده. خو که هغه څه چې په غاب کې لرئ او خوړلی يې نشئ، پرېږدئ چې وي.

کله چې د خواړو میز یا دسترخوان ته ناست یاست، پربل کس اوږدېدل بې‌ادبي ده. که هغه څه ته چې پر مېز یا دسترخوان پراته دي نشئ رسېدی، د بل کس مخته چې ناست دی او خواړه خوري لاس مه غځوئ. نو له څنګ کس نه وغواړئ چې لوښی تاسو ته راوړاندې کړي.

زیات اروپایان چې مېز ته ناست وي د څښاک په مهال یو بل ته «په سلامتۍ!» وایي. د سلامتۍ ویلو په مهال ګیلاسونه اوچتوي او یو بل ته ګوري. د ساړه څښاک لکه بیر، واین او نور خوږ څښاک سره د «په سلامتۍ» ویل دود دی. له تاوده څښاک لکه قهوه، چای او تاوده شکلات سره نه ویل کېږي. که یو کس «په سلامتۍ» ووایي نو دا **ډېره** بې‌ادبي ده که ګیلاس پورته نکړئ او سلامتي ورسره ونه وایاست. دا له یوبل سره د سلام ویلو یو ډول او یوبل ته د مهربانۍ ښکاره کول دي. که دا دچا د باور خلاف وي، کولای شي په موسکا سلام وکړي او ووایي چې ولې يې د ګیلاس اوچتولو سره سلامتي ونه ویله.

په داسې حالاتو کې باید خپله مهرباني وښایاست چې هغه چا چې د سلامتي غږ کړی خپه نشي. د سلامتۍ ویل لکه په لاس له یوبل سره روغبړ کول دي. که یو کس ګیلاس اوچت کړي او سلامتي ووایي نو بل يې هم باید اوچت کړي. کله چې څوک د سلامتۍ غږ پورته کوي غواړي مهربان وي. دا د اړیکې نیولو لپاره یو آزمایښت دی. نو ځکه بې‌ادبي که ورسره سلامتي ونه وایاست. کولای شئ یوازې د ګیلاس په پورته کولو سره هم سلامتي ووایاست. ځینې ودرېږي او ګیلاسونه یوبل ته مخامخ نیسي.

کله چې څوک خواړه د میز پر سر یوبل ته ګرځوي نو ښی او کیڼ دواړه لاسونه کاروي. په ځینو هیوادونو کې کیڼ لاس ناپاک بولي. له خواړو سره د تماس لپاره یوازې ښي لاس کاروي. په لوېدیزو

هېوادونو کې، ښی او کيڼ لاس دواړه يو ډول پاک ګڼي. کله چې تاوده خواړه خوري، کارد (چاړه) او پنجه کاروي. خواړه په کيڼ لاس خولې ته وړي. چاړه په ښي لاس کې نيسي او هيڅکله يې خولې ته نه وړي. ځينې په ښي لاس کې پنجه نيسي او هره ورځ په دغه لاس خوراک کوي. مګر کله چې په ميلمستياو کې ياست دا ښه نه ده. د کاچوغې خواړه لکه فيرني، سوپ، مستې او داسې نور په ښي لاس خوړل کېږي.

ډېرى افغانان پرته له کاچوغې او پنجې په ښي لاس خواړه خوري. موږ چې مسلمانان ياستو، په کيڼ لاس ځکه خواړه نه خورو چې د اودس کولو په مهال کيڼ لاس د استنجا کولو لپاره کاروو.

زيات وختونه اودس په جوماتونو او يا له کورونو بهر د ويالو يا لښتيو په روانو اوبو کوو چې هلته صابون نه وي چې لاسونه پرې په ښه توګه پاک پرېمينځو.

د خواړو د ميز او دسترخوان ناليکلي قوانين

۱. که خواړه پر مېز پراته وي، سګريټ مه څکوئ. [اوس خو په زياتو اروپايي هيوادونو کې هيڅوک نه په خونه کې او نه پرمېز سګريټ څکوي]
۲. پر بل کس يا د بل کس مخته چې خواړه خوري مه اوړدېږئ.
۳. هيڅکله له خپل غاب يا لوښي څخه چې تاسو پکې خواړه خورئ بل چا ته خواړه مه وراچوئ او ان ست هم ورته مه کوئ.
٤. که په لاس خواړه خورئ، هيڅوخت خپل لاس په غوري يا غاب کې مه څنډوهئ. په تېره بيا که له بل کس يا کسانو سره په يو غوري کې ګډ خواړه خورئ.
٥. د ميز يا دسترخوان پر سر د ټولو کسانو لپاره شريک ايښودل شوي لوښي نه دومره خواړه واخلئ چې پوره باور ولرئ، نورو ته هماغه اندازه خواړه رسېږي څومره چې ته يې خپل غاب کې اچوې.
٦. د پرنجی يا ټوخي په وخت مخ شا خواته واړوئ او خولې ته لاس ونيسئ، خو غوره داده چې هيڅ پرنجی يا ټوخی ونکړئ.

۷. د میز په سرویښتان مه ږمنځوئ.
۸. هیڅوخت ارګی مه کوئ.
۹. د میز پر سر ژاولې مه ژووئ.
۱۰. چپهار مه کوئ، خواړه په پټه خوله خورئ. باید خواړه مو په خوله کې ښکاره نشي.
۱۱. که خواړه مو خوله کې وي خبرې مه کوئ.
۱۲. کله که ارګمی (فاژه) باسئ خولې ته لاس ونیسئ، خو غوره داده چې بېخي ارګمی ونکړئ.
۱۳. که څوک د څښلو په مهال «په سلامتی» ووایي باید ځواب یې ورکړئ.
۱٤. زموږ په هېواد کې څه دخواړو په مهال چې دسترخوان ته ناست یاست، او څه هم له خواړو پرته زیاتره کسان له بده مرغه یا د اقتصادي ستونزو او یا د دود له مخې په یو جام یا یو ګیلاس اوبه څښي. دا کار له روغتیایي پلوه ډېر زیان رسوي. خو سره له دې تراوسه هم ځینو سیمو او ځینو کورنیو کې دا عادت پاتې دي، چې باید هرومرو له منځه ویوړل شي. که د هر کس لپاره جلا جلا ګیلاس شتون ونلري نو په ګیلاس یا جام کې باید د چا د خولې اوبه پاتې نشي. له اوبوڅښلو وروسته باید جام یا ګیلاس کنګال کړل شي.

په اروپایي او لویدیزو هېوداو نو په میلمستیاو کې بیلابیل خواړه لکه سلات، ساړه خواړه اصلي تاوده خواړه آرام آرام په څو دورو کې خوړل کېږي. د خواړو له اصلي دور وروسته کېدی شي دکوم کس سګریټ څکولو ته زړه وشي، تر څو نورو خواړه نه وي تمام کړي، او په میز پراته وي، څوک سګریټ نه څکوي. البته که څوک سګریت څکوي له خونې بهر آزادې هوا ته وځي. د ځینو نه خوښېږي چې نور ورته نږدې سګریټ وڅکي، ځینې کسان د سګریت له لوګي سره الرژي (حساسیت) لري. اوس خو میز یا دسترخوان ته څه چې په خونه کې هم څوک سګریت نه څکوي.

قهوه او چای

کله چې قهوه او چای راوړل کېږي، باید په یاد ولرئ، چې ډېری کسان شیدې او بوره نه کاروي. نو

له غوښتنې پرته يې مه راوړي بايد ويې غواړئ. ښايي هغو ميلمنو ته چې له شکرې پرته د قهوې څښلو عادت لري سخته وي، چې له شکرې سره قهوه وخوري.

په قهوه يا چاى کې د شکرې حلولو لپاره کاچوغه بايد دومره په بې‌پروايي يا زور ونه وهل شي چې د کاچوغې غږ واورېدل شي. کاچوغه بايد په ورو ورو د پيالې په منځ کې داسې وخوځول شي چې د پيالې يوه او بله غاړه پرې ونه وهل شي. له کاچوغې وهلو وروسته په پياله کې کاچوغه مه پرېږدئ، د پيالې او نعلبکي څنګ ته يې پر مېز ږدئ.

په پياله کې چاې له دومره لوړې فاصلې نه مه اچوئ چې ځګونه وکړي. د چاى د شوپ کولو په مهال مو بايد له خولې د شوپلو غږ ونه وځي. خپله د چاي کاچوغه په پياله يا ګيلاس کې مه پرېږدئ بلکې د نعلبکي يا د پيالې څنګ ته پر مېز يې کېدئ.

پياله په دواړو لاسونو پورته کړئ او نعلبکی د مېز پر سر پرېږدئ.

د چاى يا قهوې څښلو په مهال د شوپهار آواز مه باسئ، چاي مو په آرامه او بې‌غږه وڅښئ.

له خواړو وروسته

له خواړو وروسته دا ادب دې چې وواياست «له خواړو مننه! خواړه ډېر خوندور وو». دا طبيعي ده کوربه، وايي چې څه وخت بايد له ميز جګ شي. چې موړ شې، يا مخکې له دې چې نورو خواړه خوړل تمام کړي نه وي له دسترخوان يا ميز جګېدل بې‌ادبي ده. بايد انتظار وکړئ چې کوربه څه وخت جګېږي.

په افغانستان کې چې معمولاً د خواړو خوراک په بسم الله ويلو پيل کېږي، دخواړو په پاى کې هم دُعا وايي. دغه مهال تر څو چې نور کسان لا په خوړلو بوخت وي د«دعا به وکړو!» غږ کول، ډېره بې‌ادبي او هغو کسانو ته چې لا خواړه يې نه دي تمام کړي ډېره بې‌احترامي ده.

له غذا وروسته معمولاً کوربه چاى يا قهوه راوړي. نو دا د خبرو کولو لپاره وخت دى. دا بې‌ادبي

ده که له خواړو وروسته سملاسي لاړ شئ. ځکه ښايي کوربه فکر وکړي چې ته يوازې د دې لپاره راغلی وې چې خواړه وخورې نه له نورو سره د يوځای کيناستو لپاره. معمولاً تر هغې بايد کينئ چې قهوه يا چای وڅښئ او لږې خبرې اترې وکړئ.

خو د افغانستان په کليوالو سيمو کې د ودونو مېلمستياو کې د ميلمنو د ناستې ځای په پام کې نيولو سره چې پرله پسې نور مېلمانه را روان وي، نو هغو کسانو چې خواړه يې خوړلي وي بايد نويو ميلمنو ته ځايونه پرېږدي او لاړ شي. کوربه هم دا مهال د نويو ميلمنو په هرکلي بوخت وي او د خبرو اترو لپاره له ټولو رابلل شويو کسانو سره وخت نلري.

که (له دوه نی تر پنځئ) د هغو کسانو د ماښامنۍ کتنو لپاره ځئ چې هرسهار خپلو کارونو ته ځي، د شپې له ۱۲ بجو مخکې کورته تګ لازمي کار دی. خو که د اوونۍ د پای ورځې وي دا بيا بله خبره ده، چې کله کورته لاړ شي. ځينې ۱۱ بجې نور د شپې يوه بجه ځي. دا له يوې کورنۍ تربلې توپير لري. دا بې‌ادبي ده چې سړی ميلمه ته ووايي چې لاړ شه.

که څوک وروستی ميلمه وي بايد پخپله لاړ شي. ښايي کوربه ستړی وي او غواړي بيده شي، مګر نه يې شي ويلی. ځکه چې دا بې‌ادبي ده. کله چې ځئ نو بايد ووايا‌ست : «د نن شپې لپاره مننه!».

ګډه مېلمستيا

هميشه داسې نه وي، چې بلونکی کوربه به، خواړه چمتو کوي. کله څوک د ګډې مېلمستيا لپاره بلل کېږي. هر مېلمه بايد له ځان سره لږ خواړه راوړي. دا نوی دود دی چې دنمارک کې په وروستيو دېرش - څلويښتو کلونو کې رواج شوی دی، خو په افغانستان کې له ډېر پخوا وختونو راهيسې په يو بل ډول دود وو. ځوانانو به د صحبت په نوم سره ميلمستيا جوړوله او لګښت به يې ټولو په ګډه ورکاوه. دا په حقيقت کې د همزولو او سره انډيوالانو ځوانانو ميله او ګډه ميلمستيا ده .

ګډې ميلمستياوې زياتره په هغو وختونو کې د ګاونډيانو، ځوانانو، دښوونځي ټولګيوالو، د ټولنو او انجمنونو يا همکارانو منځ کې چې بايد سره ليدنه کتنه وکړي ترتيبېږي.

د ګډې مېلمستیا یوه بیلګه د ټولګي میله ده. په ټولګي کې ټول زده کوونکي خواړه او څښاک راوړي. خواړه ویشل کېږي. د ټولګي میله کې هیڅوک کوربه نه وي. ټول یو ډول کوربانه او میلمانه دي. نو ګډه میلمستیا د مېلمستیا جوړولو ښه طریقه ده. ګډه میلمستیا په عادي توګه په تېره د ځوانانو او له ۵۰ کلنو کم عمر کسانو لپاره منل شوې ده. که دغه ډول میلمستیا ته بلل شوي یاست نو په یاد ولرئ چې خواړه له ځان سره وېسئ. که په بهرنیو هېوادونو کې اوسېږئ او دغه راز ګډو میلمستیاوو ته بلل شوي یاست، ښه به وي چې د خپل وطن خواړه ویسئ. دا به همیشه غوره وي، او خواړه به ستا د هیواد په باب د خبرو کولو لپاره یو ښه پیل وي.

کله که تاسو ته داسې بلنه درکول کیږي چې باید څښاک له ځان سره وېسئ. نو باید په یاد یې ولرئ! دا باوري نه ده، چې کوربه به اخیستي وي چې ته څه څښاک ترلاسه کړې. په یقین سره که چا د څښاک توکی هیر کړي وي، نور میلمانه به یې ورته ورکړي. خو دا ښه نه ده چې د څښاک توکي راوړل که په بلنلیک کې یاد شوي وي چې له ځان سره یې راوړئ او تاسو یې هیر کړئ.

پر انیستی کور یا سالون

د «پرانیستي کور» میلمستیا دود زموږ په هیواد کې نشته، په لویدیزو هېوادونو کې دود ده. که تاسو د میلمستیا، مېلې او یا کوم بل مناسبت لکه فاتحې لپاره «پرانیستي کور» ته ځئ. کېدای شې د ورځې په ټولو وختونو سهار، مخکې له غرمې، ماسپښین او ماښام کې وي. په بلنلیک لیکل شوي وي د مثال په ډول کور له ۱۴- ۱۷بجو (له غرمې وروسته ۲- ۵ بجو) پورې پرانیستی دی. نو اړینه نه ده چې څوک هرومرو په دقیق وخت راشي. کولای شي د ۱۴ - ۱۷ بجو منځ کې هر وخت چې وغواړي راشي. مګر باید د ختمېدو په دقیق وخت لاړ شي. په پرانیستي کور یا سالون کې دا نورمال ده. په پام کې ولرئ چې په دغه راز ځایونو کې لږ خواړه وخورئ او کم وڅښئ. تل داسې نه ده چې د ټولو لپاره به څوکۍ شتون ولري. نو باید په نوبت کېنئ. دغه کار ته باید د فاتحې په مراسمو کې زیاته پاملرنه وکړئ. د فاتحې د دُعا لپاره د مړي له کورنۍ سره د غمشریکۍ د څرګندولو او تسلیت ویلو لپاره ښایي کله ناکله د راغلیو کسانو شمېر دومره زیات وي چې د سالون څوکۍ ورته بسنه

ونکړي. نو ښه به داوي چې دعا کوونکي له دعا وروسته د څوکیو یا د ځای کمښت ته په پاملرنې سره له سالون ووځي او نویو راتلونکو کسانو ته ځای خوشې کړي. که په بهرنیو هیوادونو کې په ګډه مېلمستیا کې یاست باید له مېز نه خواړه واخلئ، طبیعي ده چې پخپله په نوبت خواړه او دیسرت راخلئ.

معمولاً خواړه پدې ترتیب سره خوړل کېږي:

- **د پیل خواړه** - سوپ
- **اصلي خواړه** - تاوده د غوښو خواړه
- **ډیسرټ** - شیریخ، مېوه،کیک
- **قهوه** - چای او کلچې، شکلات

دویم څپرکی

کله چې چاته بلنه ورکوئ

فارغ وخت

کله چې چاته بلنه ورکوئ نو تل د هغه فارغ وخت په پام کې ولرئ. چې هغه څه وخت وزګار دی او کولای شي چې ستاسو بلنې ته هو ووایي. په ځانګړې توګه هغه کسان چې ډېر بوخت دي. ښځې او نارینه کارونه کوي، ماشومان یې ښوونځیو او وړکتونونو کې وي. دواړه ښځې او نارینه ځینې داسې کارونه لري چې په کورونو کې یې باید وکړي. نو ځکه د دوی فارغ وخت ډېر محدود وي. زیات کسان هر ماښام له کورنۍ سره یو ځای آرام او تکړښت (ورزش) کوي او یا نور مشغولیتونه لري. نو یوازې د اوونۍ په پای کې فارغ وخت لري چې ښار ته لاړ شي او د خپل کور اړتیاوې پوره کړي.

کالیزه(جنتري)

زیات وختونه هغو کسانو ته چې فارغ وخت نلري او یا کم فارغ وخت لري ستونزمنه وي چې د یوې کتنې ژمنه وکړي. لومړني څه چې بوختو او کارلرونکو کسانو ته په بلنه کې یې هرومرو وګورئ هغه کالیزه ده، چې لکه قانون غوندې یې باید په پام کې ونیسي. که چا ته لنډ وخت مخکې لکه د سبا ورځ لپاره بلنه ورکوئ، نوبايد په« نه مننه!» یې وشمېرئ.

که غواړئ چې بوختو او کارلرونکو کسانو ته بلنه ورکړئ نو باید دوه درې اوونې دمخه یې ورکړئ. دوي بوخت دي او باید پوه شي چې په مناسب وخت کې کومې ژمنې لري.

نور نالیکلي قوانین

کله چې د یوې کتنې لپاره ژمنه کېږي، دا مهمه ده چې د بلنې لپاره ټاکلی وختونه، په یاد ولرئ. بیا

هم د بېلګې په توګه د دنمارک یادونه کوو. دنمارک کې که څوک په ۱۸ بجې (د ماښام ۶بجې) بلل شوي وي او لومړی قهوه یا چای ورته وړاندی شي او تاوده خواړه ورته په ۲۱ بجو(د ماښام۹ بجې) راوړل شي، ښایي زیات دنمارکیان به یې ونه غواړي. دوی وږي راځي، ځکه فکر کوي لکه څنګه چې دنمارک کې وي ژر به خواړه وخوري. که قهوه ورته راوړل شي، په دنمارک کې داسې مانا لري چې تاوده خواړه نه ورکول کېږی. د ماښام په اووه، اووه نیمو، اته بجو به ډېر وږي وي او ښایي اته نیمې بجې ووایي د خدای پامان او د نن شپې لپاره مننه، ځکه دوی د خواړو لپاره نور منتظر پاتې کېدی نشي. په تېره بیا که کورنۍ سره ماشومان وي او دا به ډېره سخته وي چې یو ماشوم ته چې فکر کوي ۶ بجې به خواړه وخوري باید نور درې ساعته خواړو ته منتظر پاتې شي. د دې لپاره چې د ناسم پوهاوي مخه ونیسئ باید دا ښه فکر دی چې میلمنو ته له راتګ مخکې وویل شي چې څه وخت به خواړه ورکول کېږي، څو له کور نه د راتګ په مهال که غواړي لږ څه وخوري.

د خواړو دخوړلو په مهال پر هغو آدابو سربېره چې په تېر څپرکي کې مو د خواړو دخوړلو په اړوند ولوستل باید لاندني ټکي په پام کې نیول لازم دي:

- په تلیفون کې خبرې مه کوئ، خپل ګرځنده تلیفون په مېز مه ږدئ، ځکه دا د مقابل لوري له خبرو سره د بې‌پروایي معنا لري.
- که په میلمستیاو کې مو داسې خواړه چمتو کړي وي چې ځینو میلمنو ته ناآشنا او د مخه یې کله نه وي خوړلي. دا ښه فکر دی چې د خواړو خوړلو په مهال باید میلمنو ته وویل شي، چې خواړه باید څنګه وخوړل شي؟ کوم خواړه له یوبل سره خوړل کېږي؟ کوم خواړه باید لومړی وخوړل شي؟ څنګه وخوړل شي په چاړه او پنجې، کاچوغې که په لاس.
- د هغو کوچنیو لوښو (نمکدانۍ او مرچدانۍ) د را اخیستلو لپاره چې مالګه یا مرچ پکې وي د مېز یا دسترخوان پر سر لاس مه اوږدوئ؛ بلکې له نورو نه مرسته وغواړئ چې تاسو ته یې درکړي.

سلام کول

د ټولنيز ژوند له لازمي آدابو څخه چې د انسانانو ترمنځ په لومړي ځل مخامخېدوکې زيات ارزښت لري سلام او احوال پوښتنه ده. سلام او روغبړ کول له کور بهر او کور دننه مېلمستياو کې څه ناڅه توپير سره لري. هغه څه چې په دواړو کې بايد ورته پاملرنه وشي دادي چې بايد مقابل لوري ته په چټکۍ لاس ورکړئ او ژر يې خوشې کړئ. هيڅکله بايد د مقابل لوري لاس د ډېر وخت لپاره په لاس کې ونه نيسئ، ځکه په دې کار سره تاسو د خلک شخصي حريم نقض کوئ. اوس مهال د چا پراوړو په لاس ډبول هم وړ کار نه ګڼل کېږي.

مقابل لوري ته مخامخ وګورئ او په يوه جمله کې ځان په لنډ ډول معرفي کړئ. له هغه چا سره چې مو سلام وکړ او ځان مو وروپېژنده که مو نه پېژنده نو وپوښتئ چې له چا سره د پېژندګلوئ وياړ لرم؟

په مېلمستياو کې کله چې مېلمانه راورسېږي، که ميلمانه له کورنو سره د خپلوۍ او يا کورنۍ اړيکي ولري، نو ښايي په کورکې له نارينه او ښځو دواړو سره سلام وکړي. په ځينو هېوادونو لکه افغانستان کې چې سره خپلوان نه وي او کورنۍ تګ راتګ ونلري؛ ښځې نه راځي او سلام نه کوي. هغوی خواړه چمتو کوي په لوېديزو هيوادونو کې داسې نه ده.

که نارينه نه غواړي چې په کور کې يې له مېرمنو سره سلام وکړئ نو ښه به دا وي چې سملاسي يې ووايي، که نه کېدای شي مېلمانه پخلنځي ته د سلام کولو لپاره لاړ شي. ځکه چې په ځينو هېوادونو لکه ډنمارک کې دا بې‌ادبي ده که څوک په کور کې له نارينه او مېرمن دواړو سره سلام ونکړي. که ښځه غواړي سلام وکړي خو لاس ورنکړي نو بايد په ياد ولرئ مخکې له دې چې دنمارکی مېلمه لاس اوږد کړي ورته ووايل شي.

سوغاتونه

که مېلمنو سوغاتونه راوړي وي، دا بې‌ادبي ده که په بې تفاوتۍ يې واخلئ او په مېز يې کېدئ او

علاقمندي ورسره ونه ښایاست. په زیاتو لوېدیزو هېوادونو کې د مېلمه په شتون کې ډالۍ پرانیزي، **د ډالۍ ستاینه او له راوړونکي یې مننه کوي**. دا ډېره بده ده که څوک ووایي چې دا ډالۍ مې خوښه نه ده. که خوښه یې هم نه وي نو غلی پاتې کېږي. یوازې که مېلمه وپوښتي، کېدی شي رښتینی ځواب ورکړئ. په دنمارک کې داسې دود دی؛ کله چې چاته سوغات ورکوي که لباس او بوټان وي نو ښایي د رنګ یا د پښې د اندازې له امله یې ورسره د پلورنځي نه د پېرلو لاسوند هم ایښې وي، چې د رنګ د نه خوښېدو یا د اندازې د نه برابرۍ په صورت کې یې کولای شي بدل کړي. خو په یاد مو وي چې دا کار د نږدې دوستانو او خپلوانو ترمنځ تر سره کېږي .

که په واده یا کوم بل مناسبت درته دوستان یا خپلوان سوغات راوړي نو د منې په ویلو سره یې ترې اخلئ. له یاده یې مه باسئ چې د ټولو هغو کسانو او دهغوي د راوړیو سوغاتونو نوملړ ترتیب کړئ او له ځان سره یې وساتئ. دا کار تاسو دریادوي چې د هغوي د خوښیو په مراسمو کې د ګډون په مهال لازم سوغات له ځان سره ورته وېسئ.

مېرمن **کریستن البورګ** پخپل کتاب **«له تانه مننه»** کې لیکلي؛ ۵۰کلن دنمارکي ویل: «زه یوې بهرنۍ جوړې واده ته بللی وم. ما په دې باب زیات فکر وکړ چې څه سوغات باید وېسم. ما دوه دیکشنرۍ وپېرلې او خوښ وم چې دوی به زما ډالۍ پرانیزي. خو دوی هغه برسېره نکړه. په ټوله میلمستیا کې ډالۍ پر مېز پرته وه، او هیچا راته مننه ونه ویل. څو ورځې وروسته مې بیا واده شوی جوړه ولیدل. ما د واده د میلمستیا له امله ترې مننه وکړه او منتظر وم چې دوی به د ډالۍ له امله راته مننه ووایي. خو دوی بیخي څه ونه ویل. زه له دې امله ډېر خپه شوم چې ولې دوی مننه و نه ویله.»

تلوېزیون

نن ورځ ډېر کورونه تلوېزیونونه لري. مخکې یا وروسته له دې چې میلمانه راشي، تلوېزیون ګل کړئ. دا بېادبي ده چې مېلمانه ناست او تلویزیون روښانه وي. دا سخته ده چې تلویزیون روښانه وي او ورته ونه کتل شي. څوک د تلویزیون کتلو لپاره ندي راغلي، بلکې د دې لپاره راغلي له هغه چا سره چې بللي یې دي کښېني او له یوبل سره د زړه خواله وکړي.

تليفون

د ميلمنو په شتون کې کېدی شي تليفون زنګ ووهي. ښايي دا هغه څوک وي چې غواړي خبرې ورسره وکړئ. خو که مېلمانه لرئ، نو نه ښايي چې له پنځه دقيقو زياتې خبرې وکړئ. نو بيرته د مېلمنو خواته ورځئ. که نيم ساعت يا زياتې خبرې وکړئ نو ډېری مېلمانه د ناراحتۍ احساس کوي، دا بې‌ادبي ده چې خپل مېلمانه په انتظار کې پرېږدئ. مېلمانه هيله لري چې له يوبل سره وخت تېر کړي، نه په تلويزيون او تليفوني خبرو .

له خپل ګرځنده تليفون نه د ګټنې په مهال دا ټکي په پام کې وساتئ:

- کله چې د نورو کسانو منځ کې ياست تليفون ژر ژر مه چک کوئ .
- خپل تلفون مو د لړزې په حالت کې وساتئ يا يې غږ ټيټ کړئ.
- که ډېره اړينه نه وي، د نورو تر منځ کې تليفون مه ګړېږئ چې د چا خبرې پرې نکړئ.

له مېلمه سره د کوربه ناسته

ترڅو ميلمانه په کور کې وي، کوربه بايد د زيات وخت لپاره نه له کوره ووځي او نه بلې خونې ته لاړ شي. که چا مېلمانه له غرمې وروسته په ۳بجې بللي وي، دا ډېره بې‌ادبي ده، که څوک نابېره نيم ساعت د دې لپاره لاړ شي چې يو بل څه تنظيم کړي، له يو ملګري سره مرسته وکړي چې څه خواړه واخلي، يوه وعده لري او داسې نور. کله چې څوک ميلمنوته بلنه ورکوي، تر څې ميلمانه هلته وي بايد کوربه ورسره وي. دا بيخي زياته بې‌ادبي ده چې څوک مو بللي وي او تاسو په کورکې نه ياست. که څوک مو په کوم وخت بللی وي نو بايد په هغه وخت په کور کې اوسئ چې ميلمنو ته ښه‌راغلاست ووايا‌ست.

نڅا او موسيقي

په هغو هېوادونو کې چې خلک له آزادۍ برخمن دي او د خپل ژوند کولو د ډول په انتخاب کې پرې بنديز نشته. که په کور کې يې مېلمستيا نيولې وي، ښايي وغواړي چې موسيقي واوري او نڅا وکړي.

دا د هغوی د خپلې خوښې کار دی خو باید په یاد ولري چې د ګاونډیانو په هکله فکر وکړي. که مېلمستیا په کاري ورځو کې وي باید ګاونډیانو ته مزاحمت ونکړي. ښایي هغوی راتلونکي سهار کارونو ته لاړ شي. نو ښه داده چې خپله میلمستیا د شپې ۱۱ بجې تمامه کړي. که د اوونۍ پای وي میلمستیا ته دوام ورکولای شي، خو کړکۍ او دروازې باید بندې کړي، چې ګاونډیان ونه ځورېږي.

ګاونډیان باید د میلمنو د راتګ او تګ په وخت کې هم په پام کې ونیول شي. دا بېادبي ده چې په دهلیز او پوړیو کې ودرېږئ او د شپې ناوخته او یا نیمه شپه په لوړغږ وغږېږئ او شورماشور جوړ کړئ. دا یو نالیکلی قانون دی چې باید د ګاونډیانو هوساینه په پام کې ونیسئ څو آرام بیده شي. پرانیستې دروازه په لوړ غږ موسیقي او په پوړۍ (زینه) کې چیغې وهل لامل کېږي چې ګاونډیان له خوبه ویښ شي.

د حضرت محمد(ص) له قوله ویل کېږي :«لیسَ مِنّا لَمْ یأمن جارُهُ بوائقَه»* هغه کس زموږ نه دی چې ګاونډي یې له شره خوندي نه وي.

ښایي تاسو داسې ځای کې و اوسئ چې ګاونډیان مو دغه نالیکلي قوانین رعایت نکړي. ښایي ته پخپله داسې ګاونډي ولرې چې په شپه کې چیغې وهي او جګه موسیقي غږوي. خو دا مانا نلري چې هلته نالیکلي قوانین نشته. دا یوازې ځینې کسان دي چې له پامه یې غورځوي. ډېری کسان که په نیمه شپه کې شور او غالمغال واوري، غوسه کېږي.

په اوړي کې ډېر کسان له کور بهر مېلمستیا جوړوي. دې ته د بڼ میله وایي. دا معمول ده چې په اوړي کې یوه یا دوه مېلمستیاوې ترتیبوي. دلته څوک نشي کولای چې دروازې او کړکۍ بندې کړي،

* عیون اخبارالرّضا: دویم ټوک ۲۴ مخ

نو طبیعی ده چې دغه مېلمستیاوې د جمعې یا شنبې په ورځ ترتیبوي، چې ګاونډیان سبا سهار د کار لپاره نه پاڅېږي.

ښځې او نارینه

که مو داسې کسان میلمستیا ته رابللي وي، چې ستاسو ځینې نالیکلې قوانین د هغوی له نالیکلو قوانینو سره ډېر توپیر لري، ښه به وي چې له خپلو مېلمنو سره مرسته وکړئ او د دغو قوانینو په هکله څه وواياست. د مثال په توګه که یو نالیکلی قانون وي چې ښځې او نارینه په دوه جلاخونو کې کېني، کله چې مېلمانه راشي نو باید ډېر ژر ورته وویل شي.

په ځینو هېوادونو کې دا نورمال نه ده چې ښځې او نارینه له یو بل جدا وي. د مثال په توګه یو دنمارکې ته دا ډېر ناسم ښکاري چې ښځې او نارینه جلا جلا خونو کې کښېني. ښايي يوه ښځه هغه خونې ته لاړه شي چېرته چې نارینه ناست وي او هلته کیني. هغه به داسې فکر ونکړي چې په ناسم ځای کې ناسته ده.

کېدی شي داسې نور نالیکلی قوانین شتون ولري، چې څوک پرې فکر نه کوي. که یو مېلمه د بل هېواد وي او بې‌ادبه چلند ترې وشي، نو باید فکر وکړو چې دا له دې امله ده چې بېلابېل نالیکلي قوانین او دودونه شته دی. که د دغو نالیکلو قوانینو په باب څه وواياست کولای شئ د ډېرو ناسمو پوهاویو مخه ونیسئ.

یوه ۳۵ کلنه دنمارکی مېرمن و ایي: «زه یوې بهرنۍ کورنۍ ته د مړي ښخولو مراسمو ته ورغلې وم. کله چې له مراسمو وروسته دهغوی کورته راغلم، په سالون کې کېناستم. ګومان کوم هلته پنځه دقیقې کیناستم. هیچا راته څه ونه ویل، مګر ما احساس کړه چې زیاتو کسانو ماته کتل. نو وپوهیدم چې هلته په سالون کې یوازې نارینه ناست وو، او زه یوازنۍ مېرمن وم. ما فکر وکړ: نورې ښځې چېرته دي؟ زه پاڅېدم او دخوب خونې ته لاړم، هلته ټولې ښځې ناستې وې. ما د خجالت احساس وکړ. ما یو نالیکلي قانون مات کړی وو. خو زه نه پوهېدم.»

دریم څپرکی

عامه ځایونه

عامه ځایونه هغه ځایونه دي، چېرته چې ډېر خلک راځي. هرڅوک ورتللی شي. که یو کس په بس، اورګاډي، کوڅه، رستوران، یو پارک او یا ښاروالۍ کې وي، نو په عامه ځای کې دی. چېرته چې زیات کسان راځي هلته لیکلي او نالیکلي قوانین دواړه شتون لري. نالیکلي قوانین د دې لپاره دي چې کله ډېر خلک یوځای وي باید یوبل په پام کې ونیسي. د مثال په ډول که په یو بس کې ټول په لوړ غږ چیغې ووهي، یا بیر وځښي، هلته شتون مو ښه نه دی.

کله چې زیات کسان یوځای وي، یو څوک کولای شي، داسې کار وکړي چې د نور لپاره ښه نه وي. کېدای شي څوک ټیل وهل شي، د چا پر پښو درنه پښې کېښودل شي. او نور. دا یو نالیکلی قانون دی چې باید په دغه راز حالاتو کې بښنه وغواړئ. دا یو نالیکلی قانون دی، چې سړی وایي «وبښه». کله چې څوک ووایي وبښه، نو باید په مهربانۍ ځواب ورکړ شي: « خېر دی»، یا «څه پروا نلري». که څوک ډېر غوسه وي، ځواب ورکوي «هو، بښنه دې باید غوښتې وای.»

د بښنې غوښتلو قوانین:

ستاسو دخپلې تېروتنې په مهال له چا نه د بښنې غوښتل، نه ستاستو کمزوري ښیي او نه ستاسو د خجالت او شرم لامل ګرځي؛ بلکې د سهوې او تېروتنې په مهال بښنه غوښتل ستاسو د نېکو اخلاقو او لوړ تهذیب ښکارندویه ده. نو **له خپلو تېروتنو وروسته هرو مرو بښنه وغواړئ او که چا درنه بښنه وغوښتله په مهربانۍ او ورین تندي یې ومنئ.**

په لاندنیو حالاتو کې بښنه غوښتل اړین دي:

۱. که تېروتنه وکړئ
۲. که کله مو کومه ژمنه هېره کړه
۳. که یو کس مو تیله کړ (ترې ولګېدلئ)
٤. که د چا پر پښه یا د پښو پر ګوتو پښه کېدئ
٥. که د چا سر په دروازه ووهئ
٦. که نور کسان په خپلو لاس بدن یا کوناټي ووهئ
۷. که له پوهېدو پرته له یو کتار نه مخکې لاړ شئ
۸. که ناوخته راشئ
۹. که داسې څه مو ویلي وي، چې هغه مو مقصد نه وي
۱۰. که چیرته داسې ځای ولاړ یاست چې لار موبنده کړې وي او نور کسان نشي تېرېدی

په بس کې

په ښاري بسونو کې داسې نښې شتون لري ،چې وايي تاسو بس کې د خوړلو، څښلو او سګریټ څکولو اجازه نلرئ. دا لیکلی قوانین دي. مګر نالیکلي قوانین هم شته دی. څوک چیغې نه وهي او سندرې نه وايي او په لوړ غږ خبرې نه کوي. که یو کس د چا څنګ ته کښني، هغه یا هغې ته ځای ورکوي. خپل بکس یا کڅوړه لېرې کوي. هغه چاته چې له بس نه کښته کېږي او ستاسو له څنګ تېرېږي لار ورکوئ. همدارنګه باادبه کسان امیدوارو مېرمنو، له ماشوم سره مېرمنو او معیوبینو ته که ځای نه وي خپل ځای پرېږدي. کوم کسان چې دوی ته ځای نه پرېږدي بې‌ادبه او نامهربانه دي. دا هم بې‌ادبي ده چې څوک بس ته د ماشوم د ریکشا په ننوتلو او له بس نه په وتلو کې مرسته ونکړي.

ځینې وختونه، کېدی شي چې له بدچانسۍ په بس کې کسان ډېر وي. نو یو بل ته باید ډېر نږدې ودرېږي. نورمال په دنمارک کې وايي چې د سلام کولو او د خبرو په مهال د یو بل سترګو ته کتل ادب دی. خو که څوک داسې ځای ولاړ وي چې ځای کم وي. د سترګو اوږد تماس بې‌ادبي ده. نو په

دغه راز حالاتو کې باید ځان سره کښته او یا مخامخ وګوري. که په عامه ځایونو کې یاست، د توخي، ارګمي او پرنجي په وخت کې خپلې خولې او پزې ته لاس ونیسئ. کله چې له نورو سره یوځای یاست په پزه کې ګوتې نه وهئ، غاښونه په ګوتو نه پاکوئ او ارګی نه کوئ.

په اورګاډی کې

که څه هم له بده مرغه زموږ په هېواد کې لا تر اوسه پورې د مسافرینو د لېږدولو لپاره اورګاډي شتون نلري. خو زموږ زیات شمېر هېوادوال دکار او بار په لړ کې داسې بهرنیو هیوادونو ته سفر کوي چې هلته مسافرین له یو ښار نه بل ته او یا په یو ښار کې د ننه له یوځای نه بل ځای ته د تګ راتګ لپاره له اورګاډي ګټنه کوي. که څوک په اورګاډي کې سفر کوي نو هغه نالیکلي قوانین چې په بس کې شتون لري په اورګاډي کې یې هم باید په پام کې ونیسي.

په ځینو ځانګړیو ځایونو کې سګریټ څکول شي، په نورو کې نه. دلته دا مهمه ده چې سګریټ څکول هلته چې باید وېې نه څکوي پېل نکړي. دا کار د نورو مسافرو د ډېر خپګان لامل کېدی شي. څوک چې له یوې ګڼې کورنۍ یا لویې ډلې سره راشي باید په ډېر لوړ غږ خبرې ونکړې او نارې ونه وهي. د ډېرو خلکو شور او ځوږ نه خوښېږي. هغوی د سفر په مهال آرامي او سکوت غواړي. که څوک په اورګاډي کې خواړه وخوري یا څښاک وکړي، د چټلیو لپاره تل پلاستیکي کڅوړې شتون لري. په یاد ولرئ چې د تګ په مهال له خواړو پاتې شوي توکي په کڅوړو کې واچوئ یا یې له ځان سره ویسئ. بوتلونه او چټلی له کړکۍ نه بهر مه غورځوئ.

که خولې مو کړې وي او غواړئ یوه کړکۍ یا دروازه پرانیزئ، دا ادب دی چې مخکې له پرانیستلو له نورو نه پوښتنه وکړئ. ښایي داسې کسان وي چې ساړه نشي زغملی. که څوک غواړي په اورګاډي کې موسیقي واوري نو باید غوږۍ وکاروي. دا ډېره بې‌ادبي ده چې په عامه ځایونو کې رادیو یا د موبایل یوتیوب کې په لوړ غږ موسیقي واوري. دا کار باید د نالیکلي قانون په توګه په کوڅه، ښوونځي، ساحل یا پلورنځیوکې هم په پام کې ونیول شي.

کله چې په اورګاډي کې د اوږد سفر لپاره کېنئ، دا ادب دی چې له نورو سره لنډ سلام وکړئ. مګر ځان نه معرفي کوئ. ډېری یوازې یو بل ته ګوري او خبرې نه کوي. که څه هم هغوي څو ساعته سره یوځای سفر کوي. د ښاري بس او اورګاډي په لنډ سفر کې څوک یوله بل سره سلام نه کوي. که څوک د ځای ټکټ نلري مخکې له دې چې کيني دا ادب دي چې د خالي ځای پوښتنه وکړي.

یو۲۸ کلن بهرنی و ایي:

« دنمارک ته چې راغلم، لومړی مې داسې ګومان کاوه چې په بس کې به یوله بل سره خبرې کول منع وي. کله به بېخي چوپتیا وه، او ما جرات نه کاوه چې څه ووایم. وروسته مې پام شو چې دنمارکیان له یوبل سره خبرې نکوي. دوی غوره ګڼي چې آرام ناست وي. زما په هیواد کې په بس کې خبرې کوي، چغې وهي او خاندي.»

په ځنګل او سمندرغاړه کې

که څوک ځنګل یا د سمندرغاړې ته ځي، ځانګړي قوانین شته چې باید مراعت یې کړئ. ځینې لیکلي او ځینې نور یې نالیکلي دي. په دنمارک کې لیکلي قوانین لکه؛ باید ان کوچنۍ ونه هم ماته نکړئ، د خرڅلاو لپاره مېوه را ټوله نکړئ، که د موټر سایکل او موټر چلولود منع نښه شتون ولري باید ویې نه چلوئ. باید په ځنګل کې اور بل نکړئ. په ځنګل یا د سمندر پر غاړه باید په خېمه یاکاروان کې شپه تېره نکړئ. په ځنګل کې د مارچ له لومړۍ نېټې د اکتوبر تر لومړۍ نېټې باید سګرېټ ونه څکوئ. نالیکلی قانون دی چې باید په ځنګلونو او د سمندرغاړو کې چټلۍ ونه غورځوئ. موسیقي په لوړ غږ وانه اوروئ. چیغې ونه وهئ او نورو ته چې استراحت او یا لوبې کوي نږدې توپ مه لوبوئ.

شخصي بڼونه

که د شخصي بڼونو تر څنګ تېرېږئ، بڼ ته مه ننوځئ. له بڼګیو باید ګلان ونه شکوئ. خلک د خپلو بڼګیو لپاره ګلان اخلي چې ورته وګوري او خوند ترې واخلي، نه د دې لپاره چې نور کسان یې وشکوي.

هغه ګلان چې د ښاروالۍ لخوا په پارکونو او واټونو کې کېنول کېږي هم باید د شخصي کسانو لخوا ونه شکول شي.

لوېي ډلې

یو څوک په عامه ځایونو کې په لوی ډلو او یوه لیکه کې دومره ډېر نه ځي. معمولا دوه او دوه یا یوه کورنۍ کې څلور یا پنځه یوځای ځي ډېر کم لیدل کېږي. دنمارکیان دا دود نلري چې په غټه ډله کې سره پلي لاړ شي او یا په یو رستوران کې سره کېني. که په ډله کې سره ګوري نو خپله آرامي ساتي. ډېری دا نه خوښوي چې په کوڅه کې ولاړ وي او چیغې ووهي او یا په لوړ غږ وګړېږي. ځینې د دې لپاره ډارېږي چې ګومان کوي کومه ستره شخړه یا ستونزه ده. دنمارکیان یوازې هغه وخت په کوڅه کې چیغې وهي چې نیشه وي یا دوستان نه وي. زیات خلک غواړي چې په عامه ځایونو کې نظم او آرامي وي.

نشه یي کسان

که څوک د اروپا او په دغه لړ کې د دنمارک په یو غټ ښار کې وګرځي، کیدای شي ډېر کسان وګوري چې د بیرو بوتل یې په لاس کې وي. کېدای شي نشه یي کسان هم وګوري. ځکه نو داسې ګومان کوي چې «ټول به یې څښي». خو داسې نه ده. سړی دا خلک ځکه زیاتویني، چې په لوړ غږ چیغې وهي او په ښار کې زیات دي.

که څوک کوچنیو ښارونو یا اطرافو ته لاړ شي، نو نشه یا د بیرو بوتل په لاس کسان زیات نشي لیدی. په غټو ښارونو کې هم غلي او آرام کسان ډېر دي چې نشه نه کوي او زیات په کورونو کې وي. په حقیقت کې نالیکلی قانون شتون لري چې، سړی باید د ورځ لخوا ښار کې هرخوا نشه ونه ګرځي او چیغې ونه وهي. د اوونۍ په پاي او د شپې لخوا د منلو وړ ده. په تېره بیا ځوانان غواړي ښېر ووځي سرګرمه شي. خو د زیاتو خلکو په کوڅو کې نشه کسان نه خوښېږي.

په چایخانه او رستوران کې

هر عامه ځای ته چې ځئ، باید پام ولرئ چې د سګریټ څکولو اجازه شته که نه. په زیاتو رستورانونو کې د سګریټ څکولو د بندیز نښې شته دی چې، دلته باید سګریټ ونه څکوئ. که چایخانه یا رستوران ته لاړ شئ، کم کسان به وګورئ چې ماښامنۍ خوري، لږې خبرې کوي او بېرته ځي. دا غېرطبیعی ده چې یو څوک په یوه پیاله قهوه یا چای څو ساعته کېني خبرې وکړي. که څوک غواړي نو په کور کې کېناستې شي. زیاتې قهوه‌خانې او چای‌خانې دا نه خوښوي چې څوک دوه ساعته کېني او یوازې یوه قهوه یا چای واخلي. هغوی په دې زیاتې پېسې نشي ګټلی. په قهوه خانو کې هم د نورو عمه ځایونو په شان نالیکلي قوانین شته، څوک په لوړ غږ خبرې نکوي او چغې نه وهي. کېدی شي په ځینو رستورانونو او قهوه خانو کې زیات کسان وي. هلته ښایي یوازې په یو مېز کې خالي ځای وي چې هلته مخکې لا یو کس ناست وي. نو دا بې‌ادبي ده چې هلته کېني او یا له مېز نه څوکۍ واخلئ. لومړی باید اجازه وغواړئ او «نه» ته درناوی ولرئ. ډېری کسان دومره مهربان دي چې وواېي هو، مګر باید لومړی پوښتنه وکړئ.

که څوک په قهوه خانه، کافي یا رستوران کې له یو دوست سره وي دا طبیعي ده چې هرکس خپل لګښت ورکوي. څوک د یو بل لګښت نه ورکوي. خو په هغه صورت کې چې رستوران ته له تګ مخکې یې خپل دوست ته ویلي وي چې«زما مېلمه یې» نو بیایې لګښت ورکوي.خو که ویلې وي چې یوځای به رستوران ته ولاړ شو نو بیا هر کس خپل لګښت ورکوي. طبیعی ده هرکس هغه څه څکوي، څښي او خوري چې راغوښتي یې وي او پخپله یې لګښت ورکوي. دا بې‌ادبي نه ده که څوک یو سګریټ پرته له دې چې نورو ته یې تعارف کړي وڅکوي، البته له رستوران نه بهر.

په بهرنیو هېوادونو او زموږ دهیواد د لوړې کچې رستورانونو کې راز راز لوي او کوچنۍ کاچوغې، پنجې او چړې پر مېز له ژورو او رغیو غابونو او ګیلاسونو او پیالو سره په منظم ډول ایښودل شوي وي. په هغو کې د سوپ خوړلو، چای خوړلو کاچوغې، د سلاد او خواږو دخوړلو پنجې او د دیسرت خوړلو کاچوغې او کوچنۍ چړې (کاردونه) ایښودل شوي وي چې باید هریو یې پخپل ځای

وکارول شي.

چېرته باید سګرېټ و نه څکوئ

۱. ټولوهغو ځایونو کې چې هلته د «سګرېټ مه څکوئ» او یا «سګرېټ څکول منع دي» نښې شتون ولري.
۲. په بسونو کې
۳. په هټیو کې
٤. په ټکسیانو کې
٥. په جوماتونو او کلیساګانو کې
٦. په موزیمونو کې
٧. په تیاترونو کې
٨. په سینماو کې
٩. په سرکس کې
١٠. د ډاکټرانو د انتظار خونو کې
١١. د روغتون دهلیزونو او د ناروغانو خونو کې
١٢. د ټولګیو خونو کې په زیاتو هیوادونو کې اوس د اوسنیو قوانینو له مخې په ټولو سرپټو ځایونو کې سګرېټ څکول بند دي.

چټلې

که په سړک روان یاست، باید په یاد ولرئ چې خپل کثافات د کثافاتو په سطلونو کې واچوئ. د ډېرو خلکو هېرېږي او کثافات پر سړک غورځوي. مګر یو نالیکلی قانون دی چې څوک پر سړک یا د پلیو پر لار څه نه غورځوي. له ګاډو نه خو په هیڅ ډول د خوراکي توکو د پاتې شونو او یا د څښاک د تشو قوطیو د غورځولو اجازه نشته او په دنمارک کې خو ورته له ترافیکي قوانینو څخه د سرغړونې په توګه کتل کېږي او نغدي جریمه لري.

د ځینو ښارونو په مرکز کې په سړکونو د بیر او الکولو څښل بند دي. باید درناوی یې وشي. کله چې په سړک روان یاست، دا بېادبي ده چې پر سړک لاړې تو کړئ. دا هم بېادبۍ پرته له دې چې خولې ته لاس ونیسئ ارګی، هټکی یا ارګمی وکړئ. ځینې کسان په هرصورت دا کارکوي په خاص ډول ځینې ځوانان چې غواړي وښیي چې د نالیکلیو قوانینو پروا نلري. خو دا بېادبي ده.

نارینه او ښځې

که د زیاتو لوېدیزو هېوادونو په ښارونو کې وګرځئ، و به ګورئ چې نارینه و او ښځو یو بل له لاسونو نیولي، په غېږ کې سره نیسي ځان ته یې نږدې کوي او ښکلوي یې. که د نورو مزاحمت ونکړي دا په ټولیزه توګه منل شوې ده. په خاص ډول د پاخه عمر کسان له دې نه ځورېږي، که دوی ګومان وکړي چې دا جنسي اغېز لري. په ښار کې ډېر نارینه او ښځې لیدلې شئ چې یوبل لمس کوي. مګر نارینه نارینه او ښځې ښځې چندان نه لمس کوي.

په اسلامي هیوادونو او په دغه لړ کې زموږ په هیواد افغانستان کې دنورو په وړاندې د ښځو ښکلول بند دي او پوره بېحیایي ګڼل کېږي. په لویدیزو هیوادونو کې دا معمول نه دی چې نارینه لاس په لاس یو بل سره ونیسي او یا یو بل په مخونو ښکل کړي. دوي هیڅکله یوځای نیږدې نه کیني چې یو بل لمس کړي. که په اروپا کې دوی وګوري لکه څنګه چې دمخه وویل شول زیاتره به ګومان وکړي چې همجنسبازان دي. ځینې دنمارکیان فکر کوي وایي چې همجنسبازي څه ناسم کار نه دی. د نورو بیا نه خوښېږي. خو په افغانستان کې که نارینه انډیوالان یو بل له لاسونو نیول او یا د روغبړ په مهال په مخ ښکلول عیب نه ګڼل کېږي. دا منل شوې ده چې نجونې یوبل ته غاړې ورکوي او کله چې په لار روانې وي یوه بله له څنګل سره نیسي. خو په اروپا کې که دوی یوځای لاس په لاس روانې وي او یوه له بلې سره ښکلوي، بیا هم زیات کسان فکر کوي چې ښایي دوی همجنس بازانې وي.

لنډ کالي

په لوېدیزو هېوادونو کې ډېرې نجونې او مېرمنې په لنډو کالیو او پتلونونو کې ګرځي، ښايي په پسرلي او اوړي کې ډېر کالي په تن کې ونلري. په دغو هېوادونو کې خلک په هغو کالیو کې چې غواړي یې ګرځېدلی شي. د ځینو ښځو خوښېږي چې په لنډو لمنو کې وګرځي. دا د دې معنا نلري چې دوی د جنسي اړیکو لپاره تیارې دي او یا ارزانه نجونې دي. باید دوی پسې ونه ګورئ او نه چغې ورپسې ووهئ. باید هیڅ لاس ورنه وړئ. دوی د زیاتو خلکو نه خوښېږي. په دوبي کې اروپايي مېرمنې لیدلې شئ چې لوڅې سینې لمر ته پرتې وي او ځان ته لمر ورکوي. د زیاتو مېرمنو خوښېږي چې ټول بدن یې په لمر قهوه يي رنګه شي. کله چې د دوی یوازې نیکر په ځان وي دا جنسي اړیکو ته د بلنې مانا نلري.

یوه ۱۷ کلنه نجلی وايي:

« زه په یو غټ ښارکې اوسېږم، چې بهرنیان پکې دي. زما خوښېږي چې لنډه لمنه واغوندم، کله چې ښوونځي ته په بایسکل ځمه، نشم کولای چې په امن کې واوسم. هغوی پر ما چیغې وهي او بایسکل مې راکاږي. کله زما نه غواړي چې له هغوی سره لاړه شم. زه وایم چې دوی پخپله مخه لاړ شي، خو هغوی یوازې خاندي او مانیسي. زه کله ډارېږم چې بهر لاړه شم، ځکه هغوی هلته وي. ما له خپلې مور سره په دې باب خبرې وکړې. هغې ولیدل، چې ځینې دغو ځوانانو په ما پسې چیغې وهل، هغه ډېره په غوسه شوه. و یې ویل چې کله بایسکل ځغلوم باید اوږد پتلون او او غټ بلوز(جاکټ) واغوندم. مګر دا سمه نه ده چې دوی تصمیم ونیسي چې زه باید څرنګه کالي واغوندم.»

په لارتلل

کله چې څوک عامه ځایونو ته له خپلې کورنۍ سره ځي، هم نالیکلي قوانین شته دي چې څرنګه چلند باید ولري. د مثال په ډول باید ټول یوځای په لار داسې لاړ نشي چې بل څوک یې تر څنګ تېرېدی نشي. په یو وات، کوڅه یا یوه لار کې باید په پام کې ولرئ چې په ښي اړخ او مستقیم لاړ شئ. عادي ادب دادی چې په یوه غاړه لاړ شي چې د نور لارویانو د تېرېدو خنډ نشئ. شخړه ونکړئ،

چیغې ونه وهئ، په لوړ غږ خبرې مه کوئ او د نورو په لار کې مه ودرېږئ. وهل ونکړئ. یو څوک په عامه ځایونو کې په لویو ډلو او څنګ تر څنګ څو کسان یوه لیکه کې نه ځي.

په کوڅه یا واټ کې د پلې تګ په مهال نورو ته په ځیر ځیر مه ګورئ او د هغوی خبرو ته غوږ مه نیسئ. که په لارو او کوڅو کې ګڼه ګوڼه وي هیڅکله له دې امله چې تاسو بیړه لرئ څوک پخپل بدن مه ټېلوهئ.

سلام او روغبړ کول

که له هغه چا سره چې پېژنې یې په سړک یا کوڅه کې مخ شوئ نو دا ادب دی چې روغبړ یا سلام ورسره وکړئ. که دا ښوونکي، د ماشومانو روزونکي، نرسان، ډاکتران او یا نورو رسمي کسان وي، له لاس ورکولو پرته یوازې یو لنډ سلام ورسره کوئ، یا ورځ په خیر وایاست او په خپلې لار ځئ. باید په یاد ولرئ چې دغه کسان یوه دنده لري، چېرته چې له زیاتو کسانو سره ګوري. دوی وخت نلري چې هرڅل له هغو کسانو سره چې په کار کې یې لیدلي دي ودرېږي او خبرې ورسره وکړي. اروپایان او نور د لویدیزو هېوادونو خلک وخت په کار او تفریح ویشي. نو باید کله چې رسمي کسان په سړک ګورئ نو د تفریح درناوی یې ولرئ. باید ان دا هم ورته ونه ویل شي چې «څنګه یاست؟» دایوازې دوستانو او آشنایانو ته ویل کېږي.

که څوک یو ښه دوست ووینې او وخت ولري، ودروي یې او لږې خبرې ورسره کوي. که بوخت وي نو باید ورته ونه وایې چې: «څنګه یاست؟» دا داسې پوښتنه ده باید وخت ولرئ چې ځواب یې واورئ. دا بېادبي ده چې داسې پوښتنه وکړې او ځواب ته له انتظار پرته لارې ته دوام ورکړې. په ځینو ژبو کې داسې پوښتنه یو ډول سلام دی. مګر په دنمارک کي سلام نه دی. دا یوه پوښتنه ده چې ځواب غواړي او وخت نیسي. دا چې ووایې « څنګه یاست؟» یوازې لنډ ځواب لري چې ووایاست «ښه» او « څه احساس لرئ؟» ځواب ته باید د اوږدو خبرو اترو منتظر اوسئ چې په ژوره توګه دشیانو په اړوند خبرې کېږي.

ځوک چې نه یې پېژنئ د مېرمن او ماشومانو پوښتنه یې مه کوئ. خو یوازې هغه وخت که هغوی ناروغ وي یا کومه ستره ستونزه ولري، نو پوښتنه یې کولای شئ. که وېې نه پېژني ځوک هیڅکله نه وایي چې «کورنۍ ته دې سلام وایه»، «مېرمن ته دې سلام وایه». که ځوک زیات وخت سره ولاړ وي او خبرې کوي او کورنۍ ورسره وي. نو خپل مېړه، مېرمن یا ماشومان او نور چې ورسره وي معرفي کوي. کله چې ځوک خپله میرمن یا خاوند درپېژني نو زیاتره لاس ورکوي. نو نوم یې یادوي او وایي دا زما میرمن یا زما مېړه دی.

د غټ ښار شاوخوا کې

دا په سترو ښارونو او اطرافو کې توپیر لري چې څه وخت ځوک یو بل ته سلام ورکوي. که ځوک په غټو ښارونو کې اوسېږي هغو کسانو سره لنډ سلام کوي چې پېژني یې. که ځوک بوخت وي ډېری یې سترګې بل خوا اړوي، ځکه د خبرو کولو وخت نلري. که ځوک ښه دوستان ووینې ودروي یې او که وخت ولري خبرې ورسره کوي. په کلیوالي سیمو کې سړی زیاتره له هغو ټولو سره چې مخته یې راځي سلام کوي. نه د دې لپاره چې یوبل پېژني، مګر د دې لپاره چې ووایي «ما تاسو ولیدلئ». دې ته ورته کار زیاتره که ځوک په ځنګل یا د سمندر په غاړه په داسې وخت کې ګرځي، چې ډېرخلک نه وي. په ځانګړې توګه یو ځوک ناست وي او خواړه خوري. ډېری خلک سلام کوي او وایي ښه راغلاست یا ښه اشتها. هغه خلک چې دلته راځي، ډېر ځله د هغو خلکو په پرتله زیات وخت لري چې په غټو ښارونو کې اوسېږي.

دوبنۍ تفریح پارک

کله چې ځوک په رخصتیو او یا د اوونۍ د وروستیو ورځو رخصتیو کې غواړي خپل وخت ښه تېر کړي او خوند ترې واخلي، نو ننداړتونو یا دوبنیو مېلو پارکونو ته ځي. دلته هم مهمه ده چې نالیکلي قوانین وپېژنو. د مثال په ډول د خپل نوبت تر رارسېدو، د نوبت په لیکه کې ودرېدل. زیاتره هلته داسې نښې شتون لري چې هرکس یو وار اخیستی شي. دا مهمه ده چې سړی له ماشومانو سره مرسته وکړي چې په دې پوه شي. ډېری په دې خپه کېږي چې، هغوی سم په قطار کې ولاړ وي او

نورکسان د قوانينو پروا ونکړي. که څوک تېروتنه وکړي، زيات کسان به څه ونه وايي. دوی ځورېږي، او امکان لري له نورو سره پس پس وکړي. ډېری هوښيار او با ادبه کسان زياتې چيغې نه وهي. که څه هم نور د قوانينو پروا ونکړي، دوی منتظر پاتې کېږي. مګر دا د دې معنا نلري چې نور دوکه وکړي دوی نه ځورېږی او يا نه په غوسه کېږي.

ته يا تاسو

په زياتو هيوادونو کې پوره ډېره کی سره له دې چې له يو بل سره نه پېژني، يو بل ته «ته» وايي. خو د پاخه عمر د ډېرو کسانو تر اوسه خوښېږي چې هغوی ته «تاسو» وويل شي. هغه خلک چې په بانکونو، د سفر دفترونو او هټيو کې کار کوي هم کله خپلو پېرودونکو ته «تاسو» وايي. يوکس درته «تاسو» ووايي، ښه ده چې پخپله هم ورته «تاسو» خطاب وکړئ. ښاروالي، د ماليې دفتر، روغتون، بانک خلکو ته په مکتوب کې زياتره«تاسو» ليکي، خوکله چې ورسره خبرې کوي «ته» ورته کاروي.

په تر افيک کې

کله چې څوک عامه ځايونو ته ځي، په ترافيک کې هم سره ګوري. دلته د قوانينو رعايت ډېر مهم دی. دا د منلو نه ده چې که څه هم ليدلای شي څوک نه راځي، يو څوک ګاډی په سور څراغ تېرکړي. په ټولو هغو ټولنو کې چې قانون واکمن وي او قانون ته درناوی شتون ولري؛ سره لدې چې هيڅ ګاډي نه وي، موټرچلوونکي ترافيکي اشارې ته ولاړ وي او انتظار کاږي چې څراغ شين شي. که څوک سور څراغ ته ونه درېږي او ترافيکي قانون رعايت نکړي، خلک غوسه کېږي ځکه دا د حماقت ياهوښيارتيا په اړوند نه، بلکې له قوانينو نه سرغړونه ده.

کله چې څوک ګاډی چلوي، کيدای شي داسې فکر وکړي چې نور خراب ګاډي چلوي. مګر هارن کول، چيغې وهل، سپکاوی، د لاس منځنۍ ګوته ورته پورته کول او په لاس ګواښول ادب ندی. ځينې کسان دا کار کوي مګر دا بېادبي ده. ترډې يوه مهربانه خبره غوره ده. ښه او باادبه ګاډی

چلوونکي، هارن زيات نه کاروي. دوی زياتره هغه وخت هارن کاروي چې يوبل ته سلام کوي، خطرناک حالات وي او يا د چا پام نه وي. زيات کسان د دې لپاره هارن نه کاروي چې د بل ګاډي تر څنګ چټک تېر شي. هارن کيدی شي پارونکی وي، دا ناليکلی قانون دی چې هارن به کم کاروئ.

بل ناليکلی قانون، کله چې څوک ګاډي کې وي کثافات له کړکۍ بهر نه ګوزاري. که له چا سره په ګاډي کې اوږد سفر لرئ د تيلو د يوې برخې بيې د ورکولو وړانديزکوئ. که څوک په يو ګاډي کې له چا سره سپور وي، داهم يو ناليکلی قانون دی چې په ګاډي کې سيګرت و نه څکوئ. زيات ګاډي چلوونکي په ګاډي کې سيګرت څکول نه غواړي. که د شپې لخوا څوک ګاډی چلوي نو د هغو په هکله چې بيده دي بايد فکر وکړي. بايدهارن ونه وهي، دروازه په زور بنده نکړي، په لوړ غږ موسيقي ونه غږوي او ګاډی چالان پرېنږدي.

ډېرخلک اوس موبايل تليفونونه لري. خلک په ګاډي کې، پر بايسکل، پر سړک، رستوران، بس او داسې نورو ځايونو کې په موبايل کې خبرې کوي. کله چې څوک موبايل کې خبرې کوي بايد فکر وکړي په دواړو حالاتو- کله چې خبرې کوي او يا کله چې تليفون يې زنګ وهي- نورو ته مزاحمت ونکړي.

دا ناليکلی قانون دی، بايد په سينما، تياتر يا نورو ځايونو کې، هغو کسانو ته چې تر څنګ مو ناست وي مزاحمت ونکړئ.

يو ۲۷ کلن سړی وايي: «زه له خپلې ۴ کلنې لور سره په تياتر کې وم. موږ د يوې مېرمن څنګ ته ناست وو. نا ببره د هغې تليفون زنګ ووهه. هغې ۵-۱۰ دقيقې په لوړ غږ خبرې وکړې. موږ د يو نمايش په منځ کې وو. موږ او نورو هغو کسانو چې څنګ ته يې ناست وو، ومو نشول اورېدلی چې د تياتر لوبغاړي څه ووېل. زه خپه شوم خو هيڅ مې ونه ويل.

د تليفون په هکله

١. مخکې له دې چې د چا تليفون وکاروئ، اجازه وغواړئ.

۲. که له چا تلیفون غواړئ نو باید یوازې د لنډو خبرو لپاره یې وغواړي او هیڅکله بهر ملک ته ترې زنګ مه وهئ.

۳. که ژمنه وکړئ چې بیرته زنګ وهم، باید په یاد یې وساتئ او زنګ ووهئ.

٤. په کارځای او د زده کړو په وخت کې شخصي خبرې مه کوئ.

٥. اجازه نشته د زده کړو په وخت او کارځای کې تلیفوني اړیکه ونیسئ.

٦. که څوک په عامه ځایونو کې په تلیفون کې ګړېږي، نو په ټیټ غږ خبرې کوي چې نورو ته مزاحمت ونکړي.

۷. که څوک تلیفون امانت اخلي نو د خبرو کولو لګښت ورکوي.

۸. که چاته زنګ وهئ او غواړئ چې اوږدې خبرې وکړئ نو لومړی پوښتنه وکړئ چې مزاحمت خو ورته نه کوئ.

۹. کله چې تلیفون کوئ یا تلیفون ته ځواب وایاست نو خپل نوم اخلئ. دا ادب نه دی چې له ځان معرفي کولو پرته «هلو» او« بلې» ووایاست.

۱۰. که څوک په تېروتنه کې ناسمې شمېرې ته زنګ ووهي، نو وایي: «وبښئ دا ناسمه شمېره ده».

څلورم څپرکی

د کتنو ژمنې

هره ژمنه تر سره کول ښه او معقول کار دی، په دغه لړ کې د کتنو ژمنې ته هم هیڅکله مه هېروئ. د کتنو ژمنې په هر هېوادکې ډېر اهمیت لري. که د کارځای، ښوونځي او موسساتو له کارمندانو، ډاکټرانو او نورو سره د کتنو ژمنې یا وختونه ولرئ. کله چې وعده کوئ نو دقیق پخپل وخت یا له وخت لږ مخکې ورشئ.

ښوونځي او موسسات

که څوک له یو ښوونکي سره له غرمې وروسته په ۱۶:۳۰ بجو(۴:۳۰) د کتنې وعده لري، دا ناسمه ده چې په ۱۶:۴۵ بجې ورشي. د یو ښوونکي لپاره ۱۵ دقیقې وخت زیات ارزښت لري. د مثال په توګه ښوونکي پلان لري چې د هر شاګرد له مور او پلار سره ۱۵ دقیقې خبرې وکړي، که څوک ناوخته راشي، د پاتې ورځ ټول پلان خرابوي. نو باید په خپل ټاکلي وخت ورشي. که څوک له ۱۶- ۱۶:۱۵ پورې وخت ولري نوباید تر ۱۶:۳۰ بجو خبرې ونکړي. ځکه نورې کورنۍ انتظار باسي. ناوخت راتګ ژمنې ته بې‌پروایي ده. د کتنې له ټاکلي وخت نه زیات پاتې کېدل هم د درناوي نه لرلو په معنا ده. تر ټولو زیاته بې‌ادبی داده چې د کتنې ژمنه ولرې او ورنشئ.

د ماشومانو په پالنځایونو، وړکتونونو او له ښوونځي وروسته بوختیاو ځایونو کې هم باید د ژمنو درناوی وشي. که نوموړې موسسې له غرمې وروسته په پنځه بجو تړل کېږي، نو باید خپل ماشومان ترپنځو بجو پورې ترې واخلئ. د ماشومانو پالونکي به ښايي له کوم بل ځای نه خپل ماشومان راخلي. نو ځکه نشي کولای چې نیم ساعت نور ستا د ماشومانو پالنه وکړي. دا به هغې ته ستره ستونزه جوړه کړي. دا د مور او پلار پازه ده چې کله پالنځي تړل کېږي خپل ماشومان ترې وېسي.

له ډاکتر او کار له مسوول سره

نه یوازې په ښوونځیو او پالنځیونو کې باید د کتنو ژمنې په پام کې ونیسو، بلکې په ټولو ځایونو کې اهمیت لري. که څوک خپله وعده نشي ترسره کولی نو باید څومره ژر چې امکان ولري مقابل لوري ته خبر ورکړي. که له یو ډاکتر یا د غاښونو ډاکتر او یا د کار له مسوول سره وعده ولري باید لږ تر لږه یوه ورځ یا څو ساعته مخکې ورته زنګ ووهي. نو بیا هغوی چانس لري چې ټاکل شوی وخت بل ناروغ یا بل مراجعه کوونکي ته ورکړي. که څوک نشي راتلی نو دا ډېره بې‌ادبي ده چې ورک شي. سړی د بل کس وخت کاروي. یو کس ناست وي او انتظار کاږي پرته له دې چې وخت د کوم معقول کار لپاره وکاروي. په ځینو هیوادونو کې له خبر پرته نه ورتګ له امله، د ډاکتر وخت ته په ارزښت ورکولو سره نغدي جریمه ټاکل شوې ده.

د وخت نیول

تاسو تل ډاکتر ته له تګ مخکې باید وخت ونیسئ. باید د کتنې لپاره مو ژمنه کړې وي. باید هسې نه چې ورشئ او منتظر اوسئ. کله چې له ډاکتر سره وعده ولرئ، دا مهمه ده چې په ټاکلي وخت ورشئ. زیاتره ډاکتران د هر ناروغ لپاره ۱۵ دقیقې وخت لري. که څوک ناوخت ورشي د ډاکتر پلان خرابېږي. تاسو نشئ کولای په دې حساب وکړئ چې پخپل ټاکلي وخت به ډاکتر ته ور د ننه شئ. کېدای شي بل ناروغ څه غټې ستونزې ولري، چې اضافي وخت ونیسي. کېدی شي ځینې وختونه زیات منتظر پاتې شئ.

ناوخت

که تاسو ناوخت یا بیخې ورنشئ، باید چې یو ښه وضاحت ولرئ. دنمارکۍ لیکواله مېرمن **کریستن البورګ** څرګندوي: «دلته مور د ښو او بدو پلمو په هکله خبرې کوو. خرابې پلمې هغه دي چې مور یې نه منو. د بېلګې په توګه یو بالغ کس دی، ښوونځي ته د دنمارکي ژبې زده کړې لپاره ځي. دا خرابه پلمه ده چې ووایي: «زه بوخت وم»، «زه بیده وم»، «ما میلمانه درلودل»، یا «ما مې له دوست سره

مرسته کوله چې یو ګاډی ورغوي. دا دې ته ورته دي چې ووايي: «ستا زده کړې مهمې نه دي. زه ستا کار ته درناوی نلرم.»

ښې پلمې هغه وضاحتونه دي چې د منلو وړ وي. د مثال په ډول: « زه ناروغ وم. زما زوي ناروغ و. زه په روغتون کې وم. زما مور مړه وه. زه بس ته ناوخت ورسیدم. زما ګاډی خراب شو.»

ناڅاپي کتنې

ژمنې له ناڅاپي کتنې مهمې دي. د مثال په ډول که څوک وعده ولري او یو دوست په سړک ویني، نو نه یې ودروي او اوږدې خبرې ورسره نکوي. نو د دې پر ځای وايي چې بوخت یم وعده لرم. دا بې‌ادبي نه ده.

مېلمه پال

دا هم مهمه ده تر دې چې میلمه پالنه وکړې خپله وعده ترسره کړې. د مثال په ډول که یو نابللی مېلمه په داسې وخت کې راشي چې تاسو بل ځاي وعده لرئ، نو دا مهمه ده چې وعده ترسره کړئ. مېلمه باید لاړ شي او کوم بل وخت راشي. مېلمه هم باید کوربه ته په درناوي سره دهغه د ژمنې د ترسره کولو خنډ نشي. دا ډېره بې‌ادبي ده که څوک له دې امله چې مېلمه یې درلود خپلې وعدې ته ۱۵ دقیقې ناوخته راشي.

د ژمنو په هکله قو انین

۱- باید له ټاکل شوی وخت سره سم ورشئ.
۲- که د کتنې لپاره وخت قید شوی وي، باید د ټاکلي وخت له پوره کېدو سره سم بېرته لاړ شئ.
۳- ژمنه په مناسب وخت کې لغو کول.
۴- هیڅکله له خپلې وعدې له لغو کولو پرته ځان مه ورک کوئ.
۵- د ناوخت راتګ او یا نه راتګ له امله خرابې پلمې مه کارو

پنځم څپرکی

ماشومان

د ماشومانو شمېر

اوس مهال د نړۍ په زیاتو هېوادونو په ځانګړې توګه اروپایي هېوادونو کې کورنۍ ډېر ماشومان نلري. دنمارکیان هم د ډېرو ماشومانو لرلو سره عادت نلری، یو یا دوه ماشومان لري. یوازې کمې کورنۍ دي چې څلور یا پنځه ماشومان لري. که کومه کورنۍ ۵-۶ ماشومان ولري، ډېره ځانګړې ده. په دې اړوند ډېر ویل کېږي. دنمارکیان ځکه زیات بچي نلري چې مور او پلار دواړه له کور بهر کار کوي.

ماشومان په پالنځایونو او وړکتونو کې وي، که دوی زیات ماشومان لرلې، مور او پلار به د هر ماشوم لپاره ډېر کم وخت درلودی. ډېرې کمې مېرمنې د کور میندې دي. د ټولو دنمارکیانو یوازې ۶ سلنه د کورمېندې دي. له دې څرګندېږي چې ډېری مېندې کار کوي او زیات ماشومان په پالنځایونو او وړکتونونو کې دي. البته په افغانستان او نورو زیاتو اسلامي هېوادونوکې زیات ماشومان خوښوي. خوځینې آسیایي هېوادونو لکه د چین ولسي جمهوریت کې د وګړو د زیادښت له امله د ډېرو ماشومانو په زېږولو بندېز لګیدلی وو. پاکستان که څه هم په قانوني توګه د زیاتو ماشومانو په زېږېدو بندېز ندی لګولی، خو د تلویزیوني تبلیغاتو او اعلانونو له لارې کورنۍ د دوه بچیانو لرلو ته هڅوي.

نجونې او هلکان

په پرمختللیو هېوادونو او دنمارک کې هڅه کېږي چې له نجونو او هلکانو سره یوډول چلند وکړي. په زیاترو کورنیو کې نجونې او هلکان مجبور دي چې ورته کارونه ترسره کړي. په ښوونځیو او د

ماشومانو موسسو کې ماشومان باید له یوبل سره د عملی کارونو په ترتیب کې مرسته وکړي. د مثال په توګه باید شیدې راوړي، له یوې میلمستیا وروسته راټولول او پاکول وکړي. په ځینو کورنیو کې لا تر اوسه هم نجونې ګیله کوي چې هلکان په کور کې له نجونو کم کار کوي. مګر په ښوونځیو او ماشومپالونکو موسسو کې ښوونکي او پالونکي یوشان روزنه ورکوي. د مثال په توګه هلکان او نجونې دواړه باید ګنډل، اوبدل، خواړه پخول، پاکول او له لرګیو سره کار زده کړي.

د ماشومانو وهل

دا چې مور او پلار خپل ماشومان څنګه روزي، یوله بله سره توپیر لري. مګر ډېری په دې خبره سره توافق لري چې له نجونو او هلکانو سره یو راز چلند وشي. په دې هم ټول سره موافق دي چې ماشومان باید ونه وهل شي، دا منع دي. ډېر کم لیدل شوي چې لویانو خپل ماشومان په عامه ځایونو کې وهلي وي. که څوک پر ماشوم ګوزار کوي یا په لغته یې وهي، کېدی شي هغه خلک چې څنګ ته یې تېرېږي، مداخله وکړي. دوی لدې امله مداخله کوي چې دا کار منع دی او هم نه یې خوښېږي چې څوک ماشومان ووهي. له دې پرته دنمارکیان د ماشومانو په روزنه کې دخالت نکوي. دنمارکیان ډله یزه روزنه نلري. دوی د هغوکسانو درناوی نه کوي چې ددوی ماشومانو ته په کوڅه یا د لوبو ځای کې تربیتي لارښوونه وکړي، و یې ډاروي او یایې ووهي. مور او پلار پخپله تصمیم نیسي چې ماشومان یې تر کوم حد باید لاړ شي.

په وهلو بندیز

په زیاتو هیوادونو کې چې ماشوم، مور او په ټوله کې انسان ته ارزښت ورکول کېږي په وهلو قانوني بندیز لګېدلی د دغو هیوادونو یو مخکښ هیواد دنمارک دی چې په بیلابیلو وختونو کې یې پر وهلو قانوني سخت بندیز لګولی او له دغه قانونه څخه سرغړونکو ته د قانون تطبیقوونکو ادارو لخوا جزا ورکول کېږي.

١.   په١٩٢١ز کال کې د نارینه و لخوا د خپلو مېرمنو وهل بند شول.

۲. په ۱۹۶۲ز کال کې ماشوم پالونکو موسسو کې د پالونکو لخوا د ماشومانو وهل بند شول.
۳. په ۱۹۶۷ز کال کې د ښوونکو لخوا د شاګردانو وهل بند شول.
٤. په۱۹۹۷ز کال کې د موراو پلار لخوا د خپلو ماشومانو وهل بند شول.

په رستوران او میلمستیا کې

که په رستوران کې ماشومان درسره وي، ماشومان باید ښه سلوک ولري. د ډېرى کسانو زيات ناآرامه ماشومان نه خوښېږي، د مثال په توګه چې کله ناست وي خواړه خوري او ماشومان ورته مزاحمت وکړي. په دنمارک کې څوک یو د بل ماشومانو ته تربیه نه ورښيي. د دې مانا داده ښايي مور په ځينو ماشومانو پرته له دې چې وېې وایو ډېر غوسه یاستو. مخکې له دې چې ماشومانو ته ووایو چې باید آرام شي ډېر به یې ځورولي یاستو. د ماشومانو تربیه د مور او پلار مسوولیت دی. نو له دې امله موږ څه ویلو ته زیات منتظر پاتې کېږو. موږ د دې انتظار باسو چې والدین پخپله ماشومان له غالمغال کولو منع کړي.

که میلمستیا ته ځانله بلل شوي یاست، که ماشومان له ځان سره بوځئ، ښه هرکلی به مو ونشي. پدې صورت کې تاسو معمولاً یوه ماشومپاله پیدا کوئ چې د ماشومانوڅارنه وکړي. یوازې هغه وخت خپل ماشومان له ځان سره اخیستی شئ چې بلل شوي وي. دا د لویانو د ښوونځیو په ډله یزو سفرونو او تفریحي کلبونو کې هم باید په پام کې ونیول شي.

د ماشوم زېږېدنه

کله چې ماشوم زېږي، زيات کسان وايي دا مهمه نه ده خو چې ماشوم سالم او روغ وي. په دنمارک کې یو جنس له بل نه بهتر نه دی.

کله چې مور ماشوم زېږوي، معمولاً روغتون ته یې وړي. ځينې په کور کې ماشوم زېږوي خو دا ډېرې کمې میندې وي. ډېرى پلرونه د ماشوم زېږون په وخت ورسره په روغتون کې وي. دایي ښځې

وي. خو زمونږ په هېواد افغانستان کې نارينه له خپلې مېرمن سره د زېږېدو خونې ته د ننوتلو اجازه نلري او ان داچې د زېږېدو ځانګې ته د ننوتلو اجازه نه ورکول کېږی.

-

په دنمارک کې که ښځه خپل لومړنی ماشوم زېږوي، درې ورځې په روغتون کې پاتې کېږي. کله چې هغه په روغتون کې له ماشوم سره وي، ليدلو ته يې ورتلای شئ. خو ښه به داوي چې له کورنی نه يې پوښتنه وکړئ چې هغه ليدل غواړي که نه؟ ځينې ښځې فکر کوي ماشوم زېږول سخت دي او په لومړيو ورځو کې آرامی ته اړتيا لري. ځينې نورې غواړي چې ليدنې کتنې ولري او خوشالېږي چې کله څوک ورشي.

که څوک غواړي د هغې مېرمن ليدلو ته چې ماشوم يې زېږولی دی ورشي، نو بايد د کتنو لپاره ټاکل شويو وختونو کې ورشي. دغه کسان زياتره يې له ځان سره سوغات لري. کېدای شي يوه د ګلانوغونچه وي، د ماشوم لپاره لباس يا د لوبو توکي وي. مګر روغتون ته له خاورو سره د ګلانو وړل سم کار ندی، ګلان بايد خاوره ونلري. که ډاډمن نه ياست چې په روغتون کې د پروت کس ليدل ښه دي که نه، کولای شئ چې خپل صميميت د ګلانو يا يو ښه پوست کارت په لېږلو او مبارکي ويلو وښاياست.

که چا مور او ماشوم په روغتون کې نه وي ليدلي، کولای شي چې په کور کې يې ليدلو ته ورشي. دا به د زياتو کورنيو لپاره سخته وي چې له نوي زېږېدلي ماشوم سره کور کې د مېلمنو هرکلی وکړي. نو لدې امله تل پوښتنه وکړئ، چې کورنی ليدل کتل غواړي که نه؟ خو که څوک ورشي نو دا ناليکلي اصول دي چې، يوازې د لنډ وخت لپاره د مثال په ډول د نيم ساعت لپاره وي. مور او ماشوم استراحت ته ضرورت لري. که څوک کور ته ورځي، معمولاً له ځان سره د مور يا ماشوم لپاره ډالی وړي.

د زېږېدو ورځ

کله چې ماشوم غټېږي او پالنځايونو او وړکتونونو ته ځي، زياتره ماشومانو د زېږېدو کاليزه په کور

کې نیسي. البته په هغو هیوادونو لکه دنمارک کې چې د ماشومانو لپاره پالنځایونه او وړکتونونه شتون لري؛ د ماشوم اړوند پالنځي یا وړکتون ته بلنه لیکي او بیا پالونکي ماشومان کور ته ورولي. دا ډول میلمستیا نږدې دوه ساعته دوام کوي.

بلنلیک

نوم ....

زما د زېږد کلیزې ته راشه

نېټه: د اکتوبر ۷ له ۱٤:۰۰ تر ۱٦:۰۰ بجو

د کور پته: ...

بلونکی : ...

ماشومانو ته کیک یا کلچې او کولا ورکول کېږي. له بلل شویو سره ډالۍ نه وي، خو زیاتره پالنځایونو او وړکتونونه د هغه ماشوم لپاره چې دزېږېدو کالیزه یې ده انځورونه جوړوي. یوازې هغه وخت چې ماشومان ښوونځی پیلوي، پېسې یا ډالۍ ورسره وي. دا د لس یا شل کرونو (۱۰۰-۲۰۰افغانیو) کوچنۍ ډالۍ وي. که څوک شخصي د دوستانو او کورنۍ لپاره د زېږېدو د کلیزې مېلمستیا نیسي، طبعاً ماشوم ته ډالۍ ورکول کېږي، که څه هم ډېرې کوچنۍ وي خو لږ څه قیمته وي.

د دوستانو او کورنۍ لپاره میلمستیا څوک هیڅکله د پالنځایونو او وړکتونونو سره په یو وخت کې نه نیسي.

د ښوونځیو ډېری ماشومان د ملګرو لپاره کلیزه نیسي. دا یو دود دی او دا له مذهب سره څه اړه نلري. ماشومان کورته وربلل کېږي، نو بیا تاسو باید تلیفون وکړئ او وواياست چې ماشوم راځي که نه. د ماشوم د نه ورتګ په صورت کې هم باید تلیفون وشي او د ماشوم د نه ورتګ خبر ورکړ شي. دا ډېره بېادبي ده چې یوې بلنې ته ځواب ورنکړل شي. په ځینو بلنلیکونو کې، چې ټول ټولګی

بلل شوی وي، والدین لیکي چې یوازې د نه راتګ په صورت کې خبر راکړئ. نو که ماشوم ورځې البته د تلیفون کولو اړتیا نشته. که ماشومان د ملګرو د زېږد کلیزې مېلمستیا ته ولېږئ دا ښه فکر دی. ماشومان لوبې کوي خوشاله وي او مور او پلار د ماشوم له ټولګیوالو سره پېژني. ماشومان د ټولنې برخه شي او بهر نه راوځي. دا د ماشوم لپاره سختېدای شي چې هیڅکله په دې میلمستیاو کې ګډون ونکړي. دزېږد کلیزه داسې څه دي چې ماشومان یې په هکله زیاتې خبرې کوي، او دا به سخته وي، که څوک خپله د زېږد کلیزه هیڅوخت و نه نیسي او هیڅکله پکې ګډون ونکړي.

ګرانې / ګرانه...

آیا تاسو غواړئ چې زما کلیزې ته راشئ؟

نیټه : چهار شنبه داګست ۱۴مه له ۱۲تر ۱۶:۳۰ بجو

زما مور مور، له ټولګي نه وړي

ستاسو د مور او پلار لپاره چې ستاسو د بیرته وړلو لپاره راځي کیک او قهوه برابره شوې ده.

د نه راتګ په صورت کې .... تلیفون ته زنګ ووهه

نالیکلي اصول

کله چې په کوچنیو ټولګیو کې بلنه ورکوئ، ټولو ماشومان یا یوازې د هلکانو یا د نجونو ډلې ته بلنه ورکوئ. دا سمه نه ده چې څو کسان وبولئ او نور له بلنې پرته پاتې شي. د زېږېدو کلیزې د ټولګي پر پیوستون اغېز لري، او که څه کسان ورته هیڅکله بلل شوي نه وي، هغوی خپه کېږي. په بیلابیلو ټولګیو کې مقرارت توپیر لري، چې معمولاً د والدینو په غونډو کې پرې هوکړه کېږي.

البته په کال کې څو ځله د والدینو غونډې جوړېږي. دلته د نورو موضوعاتو په ترڅ کې د زېږېدو د کلیزو په هکله هوکړه کېږي. که څوک په دغه غونډو کې برخه وانخلي، نو د ټولګي د هوکړو په

باب نه پوهېږي. د مثال په توګه په لومړي ټولګي کې د یو هلک مور او پلار چې هیڅکله د والدینو غونډو ته نه دي تللي. دوی نه دي اورېدلي چې، ماشومان د زېږېدو د هرې کلیزې لپاره کوچنۍ ډالۍ یا لس کرونه له ځان سره وړي. ماشوم هر ځل میلمستیا ته له پېسواو ډالۍ پرته راته، مګر نورو ټولو به له ځان سره څه درلودل. لومړی ځل وو چې هغه ته له یوکال وروسته د یو ماشوم والدینو زنګ ووهه او ویې ویل، د هغوی زوي وژړل، ځکه چې هغه له ځان سره څه نلرل لکه نورو چې لرل.

په ښوونځي کې د والدینو غونډه

په دې وسیله تاسو په ۷ د سپتمبر ۱۸ بجې د والدینو غونډې ته رابولو.

غونډه په ۲ ب ټولګی په ۱۲ نمبر خونه کې تر سره کېږي.

اجندا:

١. په دویم ټولګي کې څه باید وکړو؟
٢. ریاضي څنګه روانه ده؟
٣. دنمارکي څنګه پر مخ ځي؟
٤. د ښوونځی مېلهٔیز سفرونه
٥. د زېږېدو کلیزې
٦. د اړیکې د نوې کمېټې ټاکنه
٧. احتمالي وړاندېزونه

مور، قهوه جوړو آیا څوک شته چې کیک پوخ کړي؟

د ښوونکي نوم : ......

زه غواړم کیک پوخ کړم.............(نښه وکړئ) د ماشوم نوم : ....

که څوک غواړي ټول ټولګی یې کورته راشي، کېدای شي سخته وي چې چاره یې پیدا کړي، چې څه باید وکړي. کولای شي په ویدیو کې یو فلم وګوري، ساتېري وکړي او یا بهر لوبې وکړي. که ماشومان

د ښوونځي له وخت وروسته د زېږېدو کليزې ته بلل شوي وي نو د کليزې لرونکي ماشوم والدين يې وړي. نو ټول ټولګي ورسره د ماشوم کور ته ورځي، په لومړي ټولګي کې ښوونکي ورسره نه ځي. د ماشوم مور او پلار ميلمستيا پخپله برابروي. ميلمستيا نورمال څو ساعته دوام لري، په بلنليک کې د ميلمستياد پيل او پاي وختونه ليکل شوي وي. نو دا مهمه ده چې والدين خپل ماشومان له وخت سره سم بوزي. د مثال په ډول که مېلمستيا د مازيګر په پنځه بجو پای ته رسېږي، دا ډېر ناسم کار دی چې په پنځه نيمو بجو خپلو ماشومانو پسې ورشئ. ځکه د کوربه ماشوم مور او پلار ناآرامه شوي وي، يو څه آرامۍ ته به اړتيا لري او يا به بل څه کار کوي. ښايي د ماښام ډوډۍ لپاره مېلمانه ولري. ښايي ښار ته لاړ شي. نو نشي کولای په همدغه وخت کې د بل چا ماشوم و پالي. د دې تمه بايد ونلرئ، هغه والدين چې ۲۰ ماشومانو سره يې کتنه درلوده، ماشومان کورونو ته ورسوي. دا د هغوی د مور او پلار مسووليت دی چې د ميلمستيا له سرته رسېدو وروسته خپل ماشوم له ځان سره واخلي. کله چې والدين ماشوم پسې ځي يوې پيالې قهوې او يوه ټوټه کيک ته دعوت کېږي. که وخت ولري نو وايي هو، مننه. بيا نور والدين او ماشومان پېژني، او خپل ماشوم ته ورښاياست چې له خپلو ټولګيوالو او نورو والدينو له پېژندلو سره علاقه ولرئ.

که څوک نه غواړي چې د خپلو ماشومانو د زېږون کليزه ونيسي، په کوچنيو ټولګيو کې خپلو ماشومانو ته خواږه يا کيک ورکوي چې ټولګي ته يې وړسي. نو ماشوم هغه په ټولګيوالو ويشي. کله کله ښوونکي يوه کيسه لولي او ماشومان د زېږېدو د کليزې سندره وايي.

ډېری ماشومان په پالنځايونو، وړکتونونو او ښوونځيو کې ډېر ژر داسې ملګري پيدا کوي، چې غواړي ورسره وګوري او کور ته يې له ځان سره بوځي. والدين يې ملاتړ کوي، ځکه چې دوی پوهېږي چې ماشومان ښو ملګرو ته ضرورت لري. که څوک د خپل ماشوم ملګري هيڅکله کور ته دعوت نکړي او يا خپل ماشوم ته اجازه ورنکړي چې له ملګرو سره وګوري نو کېدای شي چې ماشوم ته سخته وي. ښايي خپل ملګري له لاسه ورکړي. نو له دې امله دا ښه فکر دی چې خپلو ماشومانو ته اجازه ورکړئ چې ملګري کور ته راولي او کله کله د نورو ليدلو ته ورشي.

کله چې غټانو ته ماشومان ګران وي

لویان چې له کوچنیو ماشومانو سره یوځای دي، له هغوی سره په خبرو کولو او هغوی ته په خندلو کې ښيي چې ورته ګران دي. که څوک ماشوم نه پېژني نو په غېږ کې يې نه پورته کوي او نه يې ښکلوي. یوازې هغه وخت ماشوم غېږ کې اخلي او ښکلوي يې چې ښه يې پېژني. ښايي د دې پر ځای يې پر سر ورته لاس ووهي. په ځینو هیوادونو کې باید څوک د نورو سرونو ته لاس ورنه وړي. خوپه دنمارک کې دا ناسم ندی. دا د مینې مانا لري.

زاړه خلک زیاتره ماشومانو ته د خوارږو او پیسو مثلاً پنځه یا لس کرونو په ورکولو سر ښيي چې ماشومان خوښوي. دوی دا کار د مهربانۍ له مخې کوي ځکه چې ماشومان يې خوښ وي. یو ځل یوه زړه ښځه د بس په تم ځای کې ولاړه وه. هغې له یوې کوچنۍ نجلۍ سره لږې خبرې وکړې، کله چې مېرمن بس ته پورته کېدله دغه کوچنۍ نجلۍ ته يې څه پیسې ورکړې. نجلۍ ډېره خوشاله شوه، خو پلار يې ژر وویل چې ماشوم باید بیرته پیسې ورکړي. پلار يې په غوسه هغه مېرمن ته وویل، چې هغه غریب ندی او ماشوم سوالګیر ندی، خو هغه زړې میرمنې هیڅ په دې هکله فکر ونکړ. هغې له دې امله ماشوم ته پیسې ورنکړې چې فکر يې کاوه چې پلار يې غریب وو. هغې یوازې د صمیمیت او مهربانۍ له مخې ورکړې. دا په دنمارک کې صمیمیت دی چې کوچنیو ماشومانوته یوه کوچنۍ ډالۍ یا پیسې ورکړئ. دا نه یوازې په دنمارک بلکې زموږ په هیواد افغانستان کې هم دود دی چې مهربانه کسان ماشومانو ته څه کمې پیسې یا کوچنۍ ډالۍ ورکوي. په دې کار ماشومان زیات خوشالیږي.

د خوب وخت

کله چې ماشومان ۶-۷ کلن شي د ماشومانو ټولګي کې زده کړې پیلوي. دلته باید دوی اته بجې حاضر وي. دا مهمه ده چې ماشوم سمدلاسه وپوهېږي چې په ټاکلي وخت چمتو وي. په دنمارک کې ماشومان دخوب ثابت وختونه لري، ځکه دوی پوهېږي چې ماشومان يې باید سبا سهار وخته ښوونځي کې وي. ماشومان باید د لویانو سره تر ۱۰-۱۱ بجو د شپې ویښ پاتې نشي، ځکه ستړي به

وي او سبا سهار له خوبه په وخت نشي پاڅېدي چې ښوونځي ته لاړ شي. د ۶-۱۰ کلنو زيات ماشومان د ماښام له ۸-۹بجو په بستر کې څملوي. نو دوی ډاډمن وي چې ماشومان ښه بيده شي او سبا سهار ښوونځي ته تازه لاړ شي. دغه وخت ته چې ماشومان بستر ته بايد لاړ شي «د بستر وخت» يا «د خوب وخت» وايي. که ماشومان د خوب ټاکلی وخت ونلري او ناوخت بيده شي، نو سخته ده چې په ښوونځي کې لوست تعقيب کړي. دوی به ستړي ناست وي او ارګمي به کاږي. دا د ماشومانو، ښوونکي او د ټولګيوالو لپاره ښه نه ده.

پالنه، تربيه

ما مخکې يادونه وکړه، چې دنمارکيان خپل ماشومان نه وهي. په ۱۹۷۹ ز کال کې پر ماشوم وهلو قانوني بنديز لګېدلی دی. ځينې د قانون په وړاندې بې‌پروا دي او سره له دې هم ماشومان وهي. مګر ډېری دا کار نکوي. پر ځای يې څه کوي؟ ماشومان بايد زده کړي چې دڅه اجازه لري او د څه اجازه نلري. ډېری له خپلو ماشومانو سره خبرې کوي. دوی هڅه کوي چې ورته ووايي، ولې ځينې کارونه ښه او ځينې خراب دي. دوی ماشومانو ته ښايي، چې هغوي څرنګه پخپله ښه چلند ولري. د مثال په ډول که يوه مور په بس کې زيات ځلې يوې زړې مېرمنې ته پاڅېږي، ماشومان يې هم ترې زده کوي.

ډېری دنمارکي لويان ماشومانو ته د داسې کسانو په توګه ګوري چې احساسات، فکرونه او باورونه لري. دوی ماشومانو ته غوږ نيسي، درناوی يې کوي او تمه ترې لري چې ماشومان لويانو ته درناوی ولري. دا پالنه او تربيه له هغه مهاله چې ماشومان لا ډېر کوچني وي پيلېږي. زيات کسان په دې باور دي چې ماشومان کولای شي دخپل چلند په هکله ډېر ژر يو څه زده کړي.

ميندې او پلرونه غوښتنه کوي چې ماشومان پرته له دې چې ووايي دوی پخپله جامې اغوندي، کلچې دې نه اخلي.

دوی له ماشومانو سره د هغه څه په اړه خبرې کوي چې دوی يې کولی شي (د کولو اجازه يې لري)

او نه یې شي کولی(د کولو اجازه یې نلري) او د ماشومانو اړتیاوې هم واوري. د دې روزنې معنا دا ده چې ماشومان په وړکتون او ښوونځي کې د دوی احساساتو، افکارو او نظرونو په اړه هم وایي. دوی ممکن له عقیدې سره توپیر ولري او ورته ووایي.

دا دهغوی د بې‌ادبۍ په معنا نده: دوی یوازې زده کړل چې دا سمه ده چې خپل نظر څرګند کړي. دنمارکي ماشومان یې زده کوي چې دوی باید فکر وکړي، باور وکړي او څه فکر وکړي دوی څه غواړي. دا د دیموکراسۍ ترشا له فکرونو څخه یو فکر دی.

یو دنمارکي ښوونکی وایي: « زه دا ګومان کوم چې ډېری بهرنیان ښوونکو ته درناوی نلري. ښایي دوی یوازې فکر وکړي کله چې ماشومان لوبیږي موږ ځو او آرام کوو. مګر داسې نده. دا ریښتیا ده چې موږ چیغې نه وهو، میز نه ټکوو او ماشومان نه وهو. موږ ډارن ماشومان نه غواړو، موږ خوشاله ماشومان غواړو، چې زموږ کار ته درناوی ولري او یو څه زده کړي ځکه چې دوی یې هیله لري.»

مګر له نېکه مرغه زموږ په هېواد کې زده کوونکي ماشومان، تنکي ځوانان او ځوانان ټول خپلو ښوونکو ته د والدینو په څېر درناوې لري. خو ښایي کله نا کله ځینې بې‌تربیه زده کوونکې هم تر سترګو شي، چې شمېر یې ډېر کم دی.

سرحدونه

ځینې فکر کوي چې دنمارکي ماشومان پوره سرحدونه نلري. مګر زیاتو دنمارکي ماشومان سرحدونه لري. خو یوازې عامو ته نه تر سترګو کېږي. تربیه او پالنه په کور کې تر سره کېږی، چې نور یې نه اوري. دنمارکیان وهل نه کوي او کله چې له نورو سره وي ډېر کم وخت غالمغال کوي. دوی انتظار باسي ترڅو کورته راشي. په دې معنا چې تربیه په کور کې ورکول کېږي. څو ځله چې والدېن د نورو په وړاندې خپلو ماشومانو ته غوسه شوي نورو ورته په حېرانتیا ورکتلي دي. دا ځکه چې دا عادي کار نه دی.

دا ښه کار ندې چې خپلو ماشومانو ته له کور بهر د نورو په وړاندې په غوسه شئ او یا د نورو په

شتون کې تربیه وروښایاست.

یو دنمارکی پلارد آزاد تربیت په باب و ایي:

«زما اولادونه تر مسوولیت لاندې په آزادۍ تربیه کېږي. هغه مهال چې هغوی ۱۵ کلن وو، په ښار کې گرځیدلو یې پیل وکړ. زه تل پوهېدم چې هغوی چېرته دي او کورته د بېرته راتگ وخت مې ورسره ټاکلی وو چې په دغه وخت باید کور کې وي. زه فکر کوم چې د ځوانانو خوښېږي چې مور اوپلار یې له هغوی سره مینه ولري او دآزادۍ اندازه او سرحدونه ورته وټاکي. خو چې کور کې نه وي باور پرې لرم هغوی رښتین دي او نه یې څارم. په دې باور یم که په ځوانانو باور ونشي د درواغو ویلو ته هڅه کوي.

کله چې ځو انان له کوره ځي

په دنمارک کې زیات ځوانان له کوره هغه وخت کډه کوي چې د ۱۸او ۲۲ کلونو ترمنځ وي. کله چې له کوره لاړل، مور او پلار یې په تمه وي چې ځوانا ن د ژوند چارې پخپله سمبالې کړي. ځوانان هم دا تمه لري چې والدین یې خپل ځانونه پخپله سمبالولی شي. ځینې میندې اوپلورنه له ځوانانو سره د زده کړو په مهال اقتصادي مرسته کوي. مگر زیاتره ځوانان د زده کړو تر څنگ کارکوي او یا له بانک نه پور اخلي. دا په دې مانا نه ده چې مور او پلار یې د دغو ځوانانو په وړاندې بېپروا دي. دوی یوازې د ځان او ژوند سمبالول زده کوي. ځوانان د مور او پلار له کوره د کډې کولو پرېکړه پخپله کوي. په دنمارک کې غټان د ځوانانو په هکله تصمیم نه نیسي. دا تل پدې مانا ده چې ځوانان پخپله تصمیم نیسي چې له چا سره واده وکړي. د دې موضوع د پوهېدو لپاره، زیات ځوانان بیلابیلې اړیکي لري ترڅې د خپل زړه کس وټاکي. له ۱۸ کلنو کم ځوانان نشي کولای چې پخپله تصمیم ونیسي. تر څو چې ځوانان ۱۸ کلن کېږي، والدین حق لري چې ددوی په هکله تصمیم ونیسي. دا ټول د دې مانا نلري چې دنمارکیان خپلوکورنیو ته ارزښت نه ورکوي. د زیاتو دنمارکیانو لپاره کورنۍ زیات ارزښت لري. یو د بل لیدلو ته ورځي غم او ښادي له یوبل سره شریکوي.

خو په افغانستان کې مور او پلار تر ډېره د خپلو ځوانو اولادونو په وړاندې د مسوولیت احساس کوي. دوی له خپلو اولادونو دا تمه لري چې د خپل ژوند چارې د خپلو میندو او پلرونو په سلا مشوره تنظیم کړي. ان تر دې چې اولادونه یې باید د دوی په خوښه د ژوند شریک وټاکي. پر دود دستور سربېره بل ستر لامل چې اولادونه په والدینو پورې تړلي وي اقتصاد دی. په افغانستان کې ډېره کمه سلنه ځوانان دي چې پخپلو کورنیو پورې اقتصادي تړاو نلري او په اصطلاح خپله جاله پخپله له اوبو پورې باسي. خو ډېری ځوانان چې له خپلو والدینو سره په مینه‌ناک چاپېریال کې رالوي شوي وي، که د خپلې گټې وټې خاوندان هم شي، والدینو ته د درناوي او د هغوی د حق پېژندنې په پار کورونه نه پرېږدي.

د والدینو غونډې

د والدینو غونډې هغه غونډې دي چې ټول والدین له پالونکو یا ښوونکو سره کتنه لري او په روزنځایونو او وړکتونونو کې د ماشومانو د حالاتو په هکله خبرې کوي. دا ډېر ارزښت لري چې باید گډون پکې وشي. دلته ډېر مالومات ورکول کېږي او تاسو هم باید د پالنځایونو، وړکتونونو او ښوونځیو د کار د ښه والي لپاره له یوې مفکورې سره ورشئ. که څوک د پالونکې موسسې د کار له امله ناخوښ وي هم باید ویې وایي.

له بده مرغه زموږ په هېواد کې لا تر اوسه په وړکتونونو او ښوونځیو کې د والدینو غونډې، چې له شک پرته د ماشوم او اولادونو په سالمه روزنه کې ستر اغېز لري، ندي دود شوي. خو ښوونې اوروزنې د پرمختللي سیستم لرونکو هېوادونو او په دغه لړ کې د دنمارک هېواد کې دا ډول غونډې ترسره کېږي. که څوک د ماشومپالونکو موسسو لکه پالنځایونو، وړکتونونو او ښوونځیو کې ماشومان ولري، نو په کال کې دوه ځله د ماشومانو میندو او پلرنو سره د کتنې غونډو ته بلل کېږي.

د والدينو خبرې

د ماشوم پالنې او روزنې په ټولو ښوونيزو موسسو کې له والدينو سره خبرې او کتنې تر سره کېږي. د والدينو خبرې د ماشومانو د مور او پلار او د ماشومانو د پالونکو تر منځ ترسره کېږي. په دغو کتنو او خبرو کې د ماشوم په اړوند خبرې کېږي.

دواړه والدين او ښوونکي غواړي چې ماشوم ښه احساس ولري.کېدای شي چې ماشوم له کومو ځانګړيو شيانو سره ستونزه ولري. نو دا مهمه ده چې بايد په هکله يې خبرې وکړئ. د مثال په ډول که کوم ماشوم په ځغاسته کې ستونزه ولري، کېدای شي د جمناستيک لپاره ورسره زياته مرسته وشي. که چېرې په سهي خبرو کولو کې ستونزه لري، کېدای شي د خبرو کولو زده کړه ورته ورکړ شي، او يا که دوستان موندلای نشي کولای شئ وواياست چې ماشوم له چا سره ښې لوبې کولای شي. نو پالونکی د دې لپاره يو څه زيات کار کوي چې دغه دواړه ماشومان يوځای سره لوبې وکړي. والدېن کولای شي د ماشوم ملګري کورته وروبولي. د والدينو خبرې له ماشوم سره د مرستې لپاره د پالونکو او والدېنو ترمنځ ګډ کار دی. دا مهمه ده چې سړی بايد په ټاکل شوي وخت ورشي، او که ورتلای نشي د نه ورتګ خبر ورکړي او بله نيټه وټاکي. که څوک د والدينو خبرو ته ورنشي، ډېری به فکر وکړي، چې تاسو د خپل ماشوم سره مينه نلرئ.

په ښوونځي کې غونډې

کله چې ماشومان ښوونځي ته ځي - لکه څنګه چې مو مخکې وويل- دلته هم غونډې شتون لري چې بايد ګډون پکې وکړو. دغه د والدينو غونډې دي چې په کال کې څو ځله ترسره کېږي. دلته ښوونکي د زده کړو او په ټولګي کې د احتمالي ستونزو په باب غږېږي. د ټولګي د سفرونو، د ښوونځي د ميلو په مهال د کمپ جوړلواو د زېږېدو د کليزو په هکله خبرې کوي. ډېری دغو غونډو ته ورځي، ځکه دلته ډېر مهم مالومات شتون لري. په دغو کتنو کې ښوونکي له والدېنو او والدېن له يو بل سره پېژني.

په کال کې څو ځله د والدېنو غونډې وي. دلته د زده کوونکو مېندې ا وپلرونه له ښوونکو سره د خپلو ماشومانو په باب خبرې کوي چې په ښوونځي کې څرنګه دي. دا غونډې هم ډېرې مهمې دي. دلته خبرې کېږي چې څه ښه پرمخ ځي او څه بد. که چېرې ستونزې وي کولای شو ووایو چې څنګه حل کېدای شي. دابیا هم همکاري او ګډ کار غواړي نه نیوکې، د دې غونډو لپاره دلیل شتون لري. دا مهمه ده چې مور او پلار پخپله دې غونډو ته راشي. دا ښه نظر نه دی چې مشر ورور یا مشره خور ولېږي.

له بده مرغه په افغانستان کې لا تر اوسه د ښوونې اوروزنې وزارت او ماشومپالونکو موسسو د ماشومانو دښې روزنې او د زده کړو د کیفیت د لوړوالي لپاره، د ښوونځیو او والدینو د ګډې همکارۍ په باب کوم ګام ندې پورته کړی.

په ژبه پوهېدل

کله چې ماشومان ښوونځی پیلوي، دا تمه ترې کېږي چې په هغه ژبه باید خبرې وکولای شي په کومه چې په ښوونځي کې پرې درس ورکول کېږي. که ماشومان له خپلو کورنیو سره کوم بهرني هیواد کې اوسي مخکې له دې چې ښوونځي ته لاړ شي زیاته سلنه یې په وړکتونوکې وي، چې ښوونځي ته د تګ په مهال له ستونزو سره نه مخ کېږي. خو هغو ماشومانو ته چې وړکتونونو ته نه وي تللي، سخته وي چې ښوونځي ته چمتو اوسي. دا د موراو پلار مسوولیت دی چې ماشومان د ښوونځي له پیلولو مخکې د کوربه هېواد په ژبه خبرې وکړي. البته په دنمارک کې ښوونکي هڅه کوي چې ماشوم دنمارکي زده کړي، خو که مور او پلار کوم نوښت ونکړي یوازې د ښوونکي هڅه مرسته نشي کولای.

د ټولګي میلمستیاوې

په کال کې څو ځله کېدای شي چې د ټولګي مېلمستیاوې وي، چې والدین یې برابروي. د کوچنیو په ټولګیو کې ماشومان او والدین دواړه ګډون کوي. دلته د دې امکان شته چې نور ماشومان او

والدین یې وګوري او خبرې ورسره وکړي، ښايي لوبې او ملي نڅا وکړي او یوځای خواړه وخوري. که غواړئ چې د ماشوم له ملګرو او د هغوی له مور او پلار سره اړیکه ولرئ، باید دغه مېلمستیاو ته ورشئ.

دا یو نالیکلي اصل دی، ټول هغه چې راتی شي باید د ټولګیو میلمستیاو ته راشي. که څوک ورنشي زیات کسان به داسې وانګېري چې له ښوونځي او ماشوم سره دلچسپي نلري. کله چې ماشومان غټ شول نو د ټولګي مېلمستیاوې له والدینو پرته جوړوي.

دا یو غوره دود دی خو لا تراوسه زموږ په هیواد کې شتون نلري.

د ښوونځی سفر

په دنمارک کې ټول ټولګي له خپلو ښوونکو سره د ټولګي په سفر ځي. زیات ښوونځي له لومړي ټولګي نه تر نهم ټولګي پورې، له ماشومانو سره هر دویم کال د ټولګي په سفر ځي. دوه ښوونکي ورسره وي او بهر یوه یا څو شپې تېروي. دا سفر د ماشومانو لپاره ارزښتناک دی. دوی له نورو سره ګډ ژوند او یووالي ته چمتو کوي. په سفر کې ماشومان د دنمارک او د دنمارک د طبعیت په باب له نږدې نه څه زده کوي.

دوی یوځای ساتیري کوي او د ښوونځي په پرتله یو بل سره په آرامۍ پېژني. دا یو نالیکل شوی قانون دی چې ټول زده کونکي پکې برخه اخلي او والدین یې په وتلو کې د ماشومانو ملاتړ کوي.

ماشومان شپه په دوه ګروپونو کې تیروي: نجونې یوځای سره خوب کوي، او هلکان یوځای سره خوب کوي. او جلا جلا خپل شاور او تشنابونه لري.

شپږم څپرکی

د غټانو ښوونځي کې د ژبې زده کړه

ډېری ښرنیان چې ښر ته ځي، باید د هغه هېواد د ژبې د زده کړې لپاره د لویانو په توګه ښوونځي ته لاړ شي. کېدای شي دا سخته وي چې له ډېرو کلونو کار وروسته بیا ښوونځي کې کښني. کېدای شي چې دا نور هم سخت وي چې ښرنۍ ژبې زده کړې هغو زده کړو ته چې دوی پخپل هېواد کې درلودې ورته والی نلري.

بیا هم د بېلګې په توګه د دنمارک یادونه کوو. په دنمارک کې زده کړې د ښوونکي او زده کوونکي تر منځ همکاري ده. څوک باید د دې تمه ونلري چې ښوونکی ټول تصمیم نیسي. زیاتره هغه ستا نه پوښتنه کوي چې د زده کړو مقصد او علاقه مندي لرئ که نه. د دې لامل دا نه دی چې هغه ښه ښوونکی نه دی او پخپله کوم نظر نلري. دا له دې امله چې په دنمارک کې نورمال ښوونکي له زده کوونکو سره همکاري کوي او د هغوی نظر اوري. زده کوونکی پخپله مسوولیت لري چې څه زده کړي، نود دې لپاره دوي باید پخپله اجازه ولري چې پر زده کړو اغېزه وکړي.

په وخت رسېدل

د غټانو ښوونځیو کې هماغه څه چې په لومړنیو ښوونځیو، کارځایونو، طبي کتنځیو، او نورو دفترونو کې په ټاکلي وخت د رسېدلو لپاره عملي کېږي هم باید پخپل وخت ورسېږئ.

بېادبي ده که تاسو د درس په ښېر کې راشئ او نورته په سلام ورکولو او خبرو پیل وکړئ. نوباید په آرامۍ په ټولګي کې کښئ او کتابونه مو پرانیزئ. باید د دې تمه ونلرئ چې ښوونکی په لوړ غږ او مهربانۍ تاسو ته سلام درکړي. کله چې هغه د درس ورکولو په حال کې وي د سر په اشاره او یو چټک سلام ستونزه نده.

د دنمارکي ژبې یو ښوونکی وایي: «زه د ښوونکي په توګه زیات ځله نهیلې او خپه شوې یم. ځینې وختونه زه فکر کوم چې، ما ډېر ښه درس ورکړ. د مثال په توګه ما کوپنهاګن ته تګ تنظیم کړی و. د (ترانسپورت) ټکټونه مې تیار کړي وو، له موزیم سره مې خبرې کړې وې، خو نیم زده کوونکي نه وو راغلي، ځکه دوی فکر کوي چې دا یوه رخصت ورځ ده. دوی نه پوهېږي چې دا زده کړه ده، او باید درناوی یې وشي. هغوی نه پوهېږي چې دا ما او زما کار ته بې‌احترامي ده.»

درناوی

په ښوونځي کې دا مهمه ده چې ښوونکي او ټولګیوالو ته درناوی ولرئ. ښوونکي ته غوږ نیول او د هغه څه اورېدل چې هغه یې وایي درناوی دی. د درس په بهیر کې له خپل ټولګیوال سره نابېره په لوړ غږ خبرې کول ډېره بې‌ادبي ده. دا هم ډېره بې‌ادبي ده چې، د درس په وخت کې پرېږدئ چې تلیفون مو زنګ ووهي او یا په تلیفون کې خبرې پیل کړئ.

کله چې ښوونکی ګرېږي او څوک په تلیفون کې له ملګرو سره خبرې کوي، دا بې‌احترامي ده. نه یوازې د ښوونکي بلکې ټولګیوالو ته او هغه څه ته چې باید زده یې کړو هم بې‌احترامي ده.

که څوک رخصتۍ ته اړ وي یا ناسوب وي، او د رخصتۍ غوښتنه ونکړي او د رخصتۍ یا ناسوبتیا لامل ښکاره نکړي، دا بې‌ادبي ده.

دلته دا پلمې د منلو وړ ندي، د مثال په توګه چې ته ووایي: زه پرون ښوونځي ته رانغلم ځکه چې بوخت وم. یا ووایي: زه مجبور شوم چې له ګاونډي سره مرسته وکړم، یا د دوست ګاډی ترمیم کړم او داسې نور. دا ښوونکي او زده کړو ته بې‌احترامي ده.

ځینې به فکر وکړي، چې ښایي دا سمه نده چې څوک له یو ګاونډي سره مرسته وکړي. ښایي فکر وکړي چې، دنمارکیان له یوبل سره همکاري نکوي. مګر دنمارکیان وزګار ندي. دوی خپلو مسوولیتونو او ژمنو ته پام کوي، ښوونځي او کار ته پخپل وخت ځي. په وزګار وخت کې له یو بل سره همکاري کوي. مګر څوک نه غواړي چې له کوم دوست یا کورنۍ سره د ښوونځي یا د کار په

وخت کې مرسته وکړي. که ټول دا کار وکړي، کېدای شي ټولنه کار ونشي کړای. په دنمارک کې که د دغو دلایلو له امله څوک کار ته لاړ نشي، نوله کاره ایستل کېږي.

همکاري

که یوکس تېروتنه وکړي، دا نورمال ده چې ښوونکی یې تېروتنه سمه کړي. زده کړې ګډ کار دی، او ښوونکی باید وښيي، چې کار څنګه ښه کولای شي. دواړه شکایت او ستاینه د زده کړو یوه برخه ده، کله چې څوک د غټانو یو دنمارکي ښوونځي ته ځي، ښايي ویې مني چې تېروتنه ترې کېږي. زیات دنمارکیان دا مني، او زیات لویان ښوونځیو ته ځي. د مثال په ډول ښوونځیو یا مازیګرنیو ښوونځیو ته. په دنمارک کې هغو کسانو ته چې په غټوالي کې زده کړې کوي ډېر درناوی لري.

کله چې مزاحمت کوئ

که څوک غواړي په بل ټولګي کې له یو زده کوونکي سره خبرې وکړی، نو په طبیعي ډول د هغوی تر تفریح پورې منتظر پاتې کېږي. او که ډېر مهم وي نو کولای شي دروازه وټکوي او زده کوونکي بهر وروغواړي.دا ډېره بېادبي ده چې ورننوزي او د ټولګي د ننه له یوبل سره د درس په بهیر کې په لوړ غږ خبرې وکړي. که څوک د یو ټولګي د درس په بهیر کې مزاحمت وکړي باید ووايي: « وبښئ مزاحمت مې وکړ.»

د بدن وضعیت

د بدن حالت د زده کړو لپاره هم مهم دی. دا ښيي چې آیا یو څوک نورو او ښوونکي ته درناوی لري که نه. د خبرو کولو په مهال د یو بل سترګو ته کتل ادب دی. دا د ماشومانو او لویانو او لویانو ترمنځ ترسره کېږي. کله چې ښوونکی تاسو سره خبرې کوي، او تاسو بل خوا ګورئ دا ستاسو بېادبي ده. د درس په بهیر کې دا ادب دی چې لاسونه مو پر مېز وي او ښوونکي ته وګورئ.

کله چې په ټولګي کې کېنئ نو بالاپوښ یا جمپر مو باید وباسئ. ښه به وي چې دغاړې دستمال او کرتۍ هم وباسئ. بوټان مو په پښو وي. البته دا نالیکلی قانون په هر ټولنه او د ټولګي له شرایطو

او تودوخې سره توپیر لري.

په ټولګیو کې د سګریټ څکول بند دي. سګریټ څکوونکي تر تفریح منتظر پاتي کېږي او بیا بهر وځي.

بلنې

کله چې ښوونکی یا د خپلو کارونو همکار (لارښود) لری زیات ځله ښې اړیکې لرلې شئ. کېدای شي دا یوې دوستۍ ته ورته وي. مګر باید په یاد ولرئ چې ښوونکی او لارښود یوه دنده لري. کله چې د دوی کار پای ته ورسېږي رخصت دي. نو کله چې ښوونکی فارغ شي له خونې ووځئ. نو باید بیا یې وخت ونه نیول شي. خو که څوک ستړې ستونزې ولري چې په اړوند یې له ښوونکي سره خبرې وکړي، البته دا بله خبره ده.

په دنمارک کې دا معمول نه ده چې څوک یو ښوونکي ته د غرمنۍ بلنه ورکړي. ښایي ښوونکی درې ۱۲کسیز ټولګي ولري. هغه وخت نلري چې له خپلو ټولو زده کوونکو سره کتنې ولري. هغه خپله کورنۍ او خپل دوستان لري. که ښوونکی کومې بلنې ته وواېي چې نه مننه، نو دا بې‌ادبي نه کوي. دنمارکیان خپل ښوونکي هیڅکله غرمنۍ ته نه دعوتوي او یا ډېر کم یې دعوتوي. دوی د کار او فارغ وخت ترمنځ زیات توپیر کوي. ښوونکی هغه وخت فارغ وخت لري چې کورته ځي.

نو ځکه، دا به هم ښه نه وي چې په ماښام کې د ښوونکي لیدنه وکړئ ځکه چې تاسو غواړئ له هغې سره وغږیږئ. که تاسو لوی مشکلات ولرئ چې نشئ کولی په ټولګي کې یې په اړه وغږیږئ، تاسو کولی شئ خپل ښوونکي ته زنګ ووهئ او خبرې ورسره وکړئ یا وخت تنظیم کړئ چیرې چې و کولی شئ په خصوصي توګه خبرې وکړئ.

په طبیعي توګه څوک خپل ښوونکي ته سوغات نه ورکوي. د کار پای ته رسولو لپاره کله چې تاسو آزموینه پای ته رسوئ، کله چې تاسو اړتیا لرئ ښوونکی مو بدل شي، یا د یو ځانګړي مناسبت لکه د ښوونکي ورځ د ډالۍ لپاره ټولګی یو څه پیسې راټولوي. مګر یوازې یو کس ډالۍ نه ورکوي.

اووم څپرکی

د بدن ژبه

دوه مختلف هېوادونه، نه یوازې دوه بیلابیلې ژبې لري. دوی همدارنګه کله نا کله دوه مختلفې بدني ژبې لري. زیاتره فکر کوي که دوی په ژبه نه پوهېږي، کولای شي بدني ژبه وکاروي. مګر باید پام ولرئ. په دې مانا چې ښایي د هغه هیواد چې تاسو پکې یاست بدني ژبه، د نورو هېوادونو له بدني ژبې سره یو ډول نه وي.

په ځینو هیوادونو کې، د لاس دغتې ګوتې او اشارې (شهادت) ګوتې نه جوړه شوې کړۍ دا مانا ده چې یو څه سم یا ښه دي. په ډنمارک کې او ځینو نورو هیوادونو کې دا کړۍ پدې معنا ده چې تاسو احمق یاست. په ډنمارک کې، د خبرو په بهیر کې د یوبل سترګو ته مستقیم کتل ادب دی. په جاپان کې مخامخ د چا سترګو ته کتل په دې معنا ده چې تاسوهغه چاته چې خبرې ورسره کوئ درناوی نلرئ. په افغانستان کې که پردي نارینه او ښځې دخبرو په مهال یو د بل سترګو ته مخامخ وګوري نو بې حیايي ګڼل کېږي.

په ډنمارک کې، یو پر بل د پاسه دوه ګوتې پدې معنا دي چې یو څوک نورو ته "ښه بخت" غواړي. په ویتنام کې ښځو ته د ګوتو دغه راز ښودل ډېره بې‌ادبي ده.

پښې

دنمارکیان د پښو په هکله زیات اصول نلري. دا بې‌ادبي ده چې څوک داسې ناست وي چې پښې یې پر مېز پرتې وي. خو که څوک له خپلو ښو دوستانو سره وي، کېدای شي ځینې دنمارکیان داسې کېني، چې دا بې‌ادبي نه ګڼي. دا پدې معنا ده چې دوی یو څه آرام کوي. په ډېرو ارتو پښو کیناستل هم بې‌ادبي په ځانګړې توګه د ښځو لپاره. که دنمارکیان داسې کېني چې د پښو تلې یې مخته وي او یاپښې یې یوه پربلې اړولې وي، بېخي طبیعي ده او بې‌ادبي یې نه ګڼي. په افغانستان کې چې خلک

معمولاً په توشکونو ناست وي د چا لور يا مخته ته د پښو غځول بېادبي ده. خو که څوک د پښو تکليف ولري کېداى شي ووايي: ښښنه غواړم که پښه ونه غځوم نشم کېناستلی.

په لوېديزو هېوادونو کې البته په زياتو ځايونو کې کولای شئ چې کار او يا ښوونځي ته په لنډ پټلون او يا کميس کې لاړ شئ، خو ځينو کار ځايونو کې دا ښه نه ښکاري چې څوک دې په لنډ پټلون کې راشي. په افغانستان او ځينو اسلامي هېوادونوکې سربېره پردې چې د ديني باورونو پر بنسټ پرلنډ پټلون او لنډو لمنو بنديز شتون لري، اغوستل او په عامه ځايونو کې ورسره گرځيدل غيراخلاقي عمل هم گڼل کېږي.

مخ - څه معنا لري؟

١. د سر (ښي او کيڼ ته) خوځول= نه
٢. په سر کښته اشاره = هو
٣. لاندې شونډه په غاښ نيول = زه ډاډه نه يم
٤. تندره گونجې = تاسو فکر کوئ
٥. په هنداره کې د اشارې گوتې = يو شخص يا يو څه ليوني دي
٦. خپل سر په لاس وهل او په ژبه سره چُق = دا يو احمقانه نظر دی
٧. دگوتو ښکلول = يو څه خوندور دي
٨. د گوتو ښکلول، وروسته له هغه لاس له مخ لېرې کول = زه له تاسو سره مينه لرم
٩. د يوې سترگې سره ترل (سترگک وهل) = موږ يو راز لرو يا تاسو معاشقه کوئ
١٠. د وروځو اوچتول = دا په زړه پوری دی. آيا دا سمه ده؟
١١. په پوزه باندې غټه گوته پداسې حال کې چې نورې گوتې نېغې ولاړې وي = تاسو ځوروي
١٢. پخپله زنه ښکته لوري ته تکيه کول = د يو څه په اړه فکر کول

دا بې‌ادبي ګڼل کېږي

۱. له پزې نه د ګولیو جوړول
۲. خولې ته له لاس نیولو پرته خوله وازول، په وازه خوله ستوماني ایستل
۳. ارګمی کول، د ستوني باد ایستل
۴. په خوراک کې چپهار کول
۵. د خوارک په وخت د قاشق او پنجو او نورو د غږ ایستل
۶. خپله ژبه بهر ایستل
۷. خولې ته له لاس نیولو پرته ټوخېدل
۸. په ګوتو د غاښونو پاکول
۹. له نورو کسانو د مخ اړولو پرته پزه سوڼ کول
۱۰. پر ځمکه لاړې غورځول

لاسونه، اوږې، ګوتې او څنګلې

۱. په چټکۍ د اوږو غورځول او لاسونه د ورغویو سره مخته د څنګونو لور ته ایستل= مانا زه نه پوهېږم
۲. د لاس ګوتې له ورغوي سره خوځول= مخه ښه یا سلام
۳. د لاس ګوتې د ځان لورته څو ځله قاتول = راځئ یا راځه

٤. له ځان نه لاس لرې کول او لاس بهر لور ته خوځول = لرې ځئ
٥. د اشارې ګوته ځان ته قاتول او خوځول = راځئ
٦. چاته داشارې ګوته نیول= زما مقصد ته یې
٧. د اشارې ګوته هوا ته پورته کول= زه غواړم یو څه ووایم
٨. موټی لاس چا ته خوځول = په غوسه یاست، یو څوک ګواښوئ
٩. د لاس دغټې ګوتې او اشارې ګوتې کړی کول = یو څه ښه یا سم دي
١٠. تاسو خپلې مخې ته خپلې ګوتې د ضرب په نښه وباسئ = تاسو د نېکمرغۍ هیله کوئ
١١. تاسو خپلې ګوتې په شا تاو کړئ = دا ریښتیا نده چې زه یې وایم
١٢. د ګوتو ټکول = تاسو ته ناڅاپه یو څه در په یادېږي
١٣. پر سرک ګاډي ته د لاس غټه ګوته نیول= غواړم په همدغه لار لاړ شم
١٤. دلاس غټه ګوته پورته ښودل = ښه تېر شو (د مثال په توګه د ازموینې وروسته)
١٥. دلاس غټه ګوته کښته ښودل = خراب تېر شو، یا خراب دی
١٦. غټه ګوته د اشارې او مینځ ګوتو په مقابل کې خوځول= ډیری پیسې
١٧. منځنۍ ګوته پداسې حال پورته کول چې نورې ګوتې خپل خوا ته قات وي = زه پروا نلرم(دا د ډېرې بې‌ادبۍ نښه ده)
١٨. غټه ګوته غوږ ته او کچې ګوته خولې ته نیول = یو څوک په تلفون خبرې کوي
١٩. د چا په اوږو په لاس ټپول = موږ ملګري یاستو یا تاسو کار ښه ترسره کړی
٢٠. خولې ته ګوته نیول پداسې حال کې چې "ش" ویل کیږي = چپ اوسئ
٢١. د میز په مقابل کې د لاس ټړل = زه په غوسه یم
٢٢. د اشارې ګوتې نه تر کچې ګوتې پرمیز طبله وهل = زه بې حوصله یم
٢٣. په مخ او سر باندې لاس وهل = تاسو ګران یاست (د ماشومانو لپاره کارول کیږي)، یا کوچنیان او لویان دواړه آراموئ
٢٤. د لاس او اوږو لمس کول = موږ دوستان یاستو، زه اړیکه غواړم

۲۵. څوک چې چاته لاس وراوږدوي= سلام یا روغبړ کول ورسره غواړي

دا په زیاتو هېوادونو کې ډېره بې‌ادبي ده:

۱. په عامه ځای کې پردي کس ته اشاره کول
۲. چاته د لاس منځنۍ گوته ښودل
۳. څوک په موټي لاس گواښول
٤. تا ته د سلام په موخه د دراوږد شوي لاس نه نیول
۵. په خپلو گوتو پرمېز طبله وهل او ځان بې‌حوصلې ښودل

و اټن ساتل

کله چې له یوبل سره خبرې کوئ، داچې یو له بل نه څومره واټن ولرئ، توپیر لري. دا پدې پورې اړه لري چې ته څوک یې، له چا سره خبرې کوې، او کوم هېواد پورې اړه لرې. د مثال په ډول عربان چې کله خبرې کوي د انگریزانو په پرتله یو بل ته نږدې ودرېږي. په دنمارک کې زیات دنمارکیان فکر کوي، چې یو مټ (بازو) یا لږ زیات واټن مناسب دی.که له یو دنمارکي سره خبرې کوئ او هغه یو قدم شاته شي، دا مانا لري چې هغه فکر کوي تاسو یو بل ته ډېر نږدې ولاړ یاست. بیا نو باید ورنږدې نشئ، او پر ځای مو ودریږئ.

په ځینو هیوادونو کې ځینې کسان له یوبل سره د خبرو په مهال دومره نږدې ودرېږي چې دخولې هوا یې او یا د ټوخي کولو په مهال یې ان د خولې اوبه یو بل ته رسېږي، چې دا ډېر ناوړه کار دی.

سرحدونه

د خلکو تر منځ زیات سرحدونه شته چې څوک یې نشي لیدلی. د مثال په ډول: که څوک یو گډ مېز ولري، هیڅ لیکلي اصول نشته چې هغه څنگه وویشي. مگر دا طبیعي ده چې نیم په نیمه یې وویشی. دا نالیکلي اصول دي لکه څنگه چې څوک یوه خونه ویشي همدارنگه مېز هم ویشي.

د ځانګړیو کسانو لپاره له ټاکل شویو خونو څخه باید ګټنه ونشي. د مثال په توګه ښوونکي په دې تمه دي چې په تفریح کې د ښوونکو خونه کې آرام وي، او دوی خپل تشناب (تواليت) لري. دا ښه نه ده چې زده کوونکي په تفریح کې د ښوونکي په خونه کې ناست وي او یا د ښوونکو تواليت وکاروي. که کوم زده کوونکي دا کار وکړي نو په دې ډول یو نالیکلی اصول ماتوي. په کار او نوروځایونو کې همدا ډول ده. زیات یې ویل شوي ندي، خو ټول دغه نالیکي اصول پېژني. که تاسو پوهیږئ چې په "پوله" ولاړ یاست نو تاسو باید یا د ننوتلو اجازه وغواړئ. د مثال په توګه، که چیرې یو ښونځي زده کونکی وغواړي چې بل ټولګي ته ننوځي او له چا سره خبرې وکړي، هم باید دا کار وکړي.

کله چې سرحد له حد زیات شو

که یو دنمارکی احساس کړي چې له خپل جسمي حد تېر شوی دی، کولای شي د سلام کولو په وخت کې شاته شي، سر شاته کړي، وړاندې ځای ته وګوري او لاسونه څنګ ته کاږه کړي. یو څوک کولای شي دا سیګنالونه وګوري او درناوی یې وکړي. په اور ګاډو او بسونو کې ځینې کسان د دې لپاره چې خپل بدني واټن وښیي خپل د لاس کڅوړه کاروي. دوی خپله کڅوړه پر څوکۍ ږدي او دا مانا لري چې «زه نه غواړم څوک مې ترڅنګ کېني.» که چیرې هلته نور تش ځایونه وي نو لازم ده چې د دې درناوي وشي. که نور ځای نه وي، نو تاسو حق لرئ ترې وغواړئ چې خپله کڅوړه یا شیان لیرې کړي.

څلورسرحدونه دي:

١. عام واټن له دوه متره او زیات
٢. ټولنیز واټن ٧۴ سانتي متر تر دوه متره
٣. شخصي واټن له ٢۵ سانتي متر تر ٧۵سانتي متره (زیات دنمارکیان ٧۵ سانتي متره واټن خوښوي)

٤. صميمي واټن له ۱۵ سانتي متره کمه (له معشوقې، ماشومانو، مېرمن، د کورنۍ غړیو او نږدې دوستانو تر منځ)

هغه بدني ژبه چې په ځینو هېوادونو کې بې‌ادبي ده مګر دنمارک کې نه

۱- که د اشارې ګوته خولې ته ونیسی او «ش» ووایي چې د غلی شه! مانا لري

۲- دګوتې په اشاره څوک ځانته راغوښتل

۳- د پښو تلې نورو ته مخامخ کول او کیناستل

۴- ماشوم پر سر ټپ ټپ کول

۵- دنورو سترګو ته مخامخ کتل

۶- د نورو مخ ته ګوتې یوه پر بلې ایښودل

هغه بدني ژبه چې دنمارک کې بې‌ادبي ګڼل کېږي

دمخه مو یادونه وکړه چې بدني ژبه د نړۍ په ټولو هیوادونو کې یو ډول نه ده. د بدني ژبې هغه برخه چې په ځینو هېوادوکې یې بد نه ګڼي، خو دنمارک او نورو ډېرو هېوادونو کې بې‌ادبي ګڼل کېږي:

۱- سر شاته په داسې حال کې چې په ژبه ټق ټق کوئ

۲- د میز پر سر (دخواړو په مهال) ارګی کول

۳- د میز پر سر (دخواړو په مهال) چیهار کول

منفي او مثبت

منفي: سست لاس ورکول (روغبړ)، کمزوری غږ، ترلی حالت، تروه تنده او ترلې څېره

مثبت: ټینګ روغبړ، ډاډمن او واضح غږ، پرانیستې حالت، موسکا او پراخه تنده

د احساساتو ښودل

هوښیار او تهذیب لرونکي خلک د متو زور نه کاروي، او زیاته غوسه هم نه ښکاره کوي. دنمارکیان

همداسې دي ژر نه غوسه کېږي او په لوړ غږ چغې نه وهي څوک نه گواښوي. د مثال په ډول د پُست په اداره کې یو ۳۴ کلن دنمارکي یو کس ولید چې له هېواد نه بهر تلېفوني اړیکه ټینگه کړي. هغه د پست کارکوونکې ته په غوسه شو او ناڅاپه یې وویل: «زه به دې ووژنم» کارکوونکې مېرمن ډېره حیرانه شوه. د داسې یو څه لپاره په ډنمارک کې څوک گواښ نه کوي. دا سخت ټکې دي او دنمارکیان فکر کوي چې د کس مقصد هم دا دی.

دنمارکیان خپل احساسات دومره ښکاره په بدني ژبه او لوړ غږ نه ښيي. دا د دې مانا نلري چې دوی احساسات نلري. دوی زده کړي چې احساسات له ځان سره وساتي. احساسات شتون لري او دوی د ښودلو لپاره د بدن ژبه هم لري. دوی دا په کور کې د نږدې ملگرو او کورنۍ سره ښيې. یوازې کم شمېرکسان شتون لري چې په عامه ځای کې احساسات ښيې. د دنمارکیانو پېژندل ستونزمن دي، ځکه چې تاسو نه پوهېږئ دوی څه فکر کوي او څه احساس لري. یو څوک کولی شي پوښتنه وکړي، یا تر هغه وخته ښه ملگري شي انتظار کولی شي. خو باید فکر ونکړي چې دوی هیڅ احساس نلري.

دلته د یو ډنمارکي ښوونکي مثال دی چې خپل احساسات یې ندي ښودلي:

یوه ښوونکی و ایي:

«ما یو وخت زما په ټولگي کې یو زده کوونکی درلود، چې کله به ترې ما پوښتنه وکړه ځواب به یې نه راکاوه. هغه ډېر بېادب و او بالاخره ما ترې وغوښتل چې ټولگی پرېږدي. هغه دا نه غوښتل. نو ما له نورو زده کوونکو نه وغوښتل چې له ټولگي ووځي چې زه وکولای شم چې له هغه سره یوازې خبرې وکړم.

هغه ماته خورا سختې خبرې وکړې او گواښ یې پیل کړ: زه وډاره شوم او ژړا مې پیل کړه. د خپلو احساساتو مخه مې نیولې وه، مگر اوس نور نشم کولی. بیا زما زده کوونکی په هماغه ثانیه کې بدل شو. هغه بخښنه وغوښتله او ویې ویل ډېر خپه یم. بیا یې وویل: «ما فکر نه کاوه چې دنمارکیان کوم احساس لري. ما فکر کاوه چې ټول ساړه دي.» هغه هیڅکله نه ولیدلی چې زه څومره غوسه او

خپه یم او څومره ډارېدلې یم. ځکه چې ما له هغه سره ښې او په ادب خبرې وکړې، هغه فکر کاوه چې زه هیڅ احساس نلرم.»

یوه ۵۴ کلنه ښځه مېټې مېرمن وايي:

زما د دنمارک آزادي خوښېږي. خودا مې نه خوښېږي چې دنمارکیان د ځان په هکله زیات فکر کوي او خپل احساسات نه ښکاره کوي. دنمارکیان د خپلو احساساتو په اړه سره یوځای ندي. دوی ځانله ژړا او فریاد کوي. موږ ګډ ژاړو. دنمارکیان ډېر سره یوځای ندي. دوی خپل ګاونډیان کورته نه بولي. زما هیواد کې کله د کلي ټول خلک د واده میلمستیا ته بلل کېږي. دلته په دنمارک کې څوک نه خبرېږي چې ګاونډي یې څه وخت واده کوي. ښایي څوک خپل ګاونډي ته سلام ونکړي ځکه نه یې پېژني چې هغه څوک دی. دننه نه ورځي او زنګ وهي او د ننوتلو په وخت کې خپل ځان معرفي کوي. ځیني یې ښایي مهربان وي او کله چې په پوړیو کې له هغوی سره مخامخ کېږي ښه راغلاست وایي خو یو بل ته د دننه ورتګ بلنه نه ورکوي. زما په اند دنمارکیان یووالي نلري. زه یوازې یو ځای پېژنم چیرې چې دنمارکیان یوځای وي. دا هغه وخت دی کله چې دوی فوټبال کوي یا ګوري. ډنمارکیان دلته ډیر احساسات ښیي چې په ورځني ژوند کې یې نه ښیي؟ زه نه پوهېږم. زه فکر کوم ډیری دنمارکیان یوازې دي. دوی یوازې د دې په اړه خبرې نه کوي. دوی د خپلو احساساتو په څرګندولو کې ستونزه لري. زه ډیری وختونه ګورم چې دوی د مهمو شیانو په اړه د خبرو کولو دمخه نشه کیږي. او کله چې خلک په نشې اخته وي، زه له هغوی سره د خبرو کولو احساس نه کوم.

بدن درواغ نه وايي

کولای شوو د بدن په ژبه دخلکو احساس وګورو. که یو څوک د مثال په توګه ووایي دوی خوښ دي پداسې حال کې چې سترې ښکاري، موږ پرې باور نلرو. دا د بدن ژبه ده چې موږ پرې باور لرو. که څه هم څوک په عین ژبه خبرې نکوي، خو د بدن په ژبه یې تل لیدلی شي، چې خلک په غوسه

دي، خوښ دي که خپه. دوی ورته مسایل څرگندوي دا مهمه نده چې تاسو له کوم ځای څخه راغلي یاست.

کله چې تاسو خوښ یاست، موسکا یا خندا کوئ. کله چې په قهر یاست، چیغې وهئ، شیان غورځوئ یا خپلې متې ډیرې خوځوئ. کله چې خپه اوسئ، نو مخ مو ځوړند وي ښکته گورئ، او ښایي وژاړئ. د دنمارکیانو او تودو هیوادونو د خلکو تر مینځ توپیر یوازې دا دی چې دنمارکیان ډیر وخت خپل احساسات ژر او ښکاره نه څرگندوي.

لاس وهل، لمس کول

لمس کول د بدني ژبې یوه برخه ده. لمس کول په آسانۍ سره ناسم پوهاوی رامنځته کولای شي. که څوک ډاډمن نه وي، نو غوره به وي چې یو پر بل لاس ونه وهي. د دنمارکیانو د لمس کولو حدونه د اوږې او د لاس د مټ پورې دي. یو څوک کولی شي یو بل په مهربانۍ سره په شا باندې ووهي، بل په اوږه یا مټ لاس ووهي. مگر که تاسو یو بل ته په یوډول درناوی لرئ، لاسونه یې ونیسئ یا خپل لاس د هغه پر ورون کېږدئ، ډیری به یې جنسي احساس وگڼي. که یوبل لږ پېژنئ نو د مخ له ښکلولو او یا غاړه ورکولو ډډه کوئ.

دا یونالیکلي اصول دی، چې څوک د یو چا د غوښتنې په خلاف پر هغه لاس نه وهي. یوه ځوانه او لنډ کمیسې نجلۍ حق لري چې د خپل بدن په باب پخپله تصمیم ونیسي. که هغه څوک له ځانه لیرې کړي او غوسه کېږي نو باید درناوي یې وشي.
په افغانستان کې چې وگړي یې مسلمانان دې دنارینه لخوا د نامحرمو ښځینه و لمس کول او د ښځینه لخوا دنارینه لمس کول جواز نلري.
یوه امریکایي څېړونکې وایي چې موږ خپل نظر په دې ډول لېږدوو:
- ۷سلنه د کلماتو له لار
- ۳۸ سلنه د غږ له لار
- ۵۵ سلنه د بدنې ژبې له لار

له همدې امله، دا مهمه ده چې تاسو نه یوازې دا چې د یو هیواد په ژبه خبرې کولی شئ، بلکې دا هم پوهیږئ چې د بدن ژبه څنګه له یو هیواد نه تربله توپیر کولی شي.

اتم څپرکی

له خلکوسره اړیکې

له ګاونډیانو سره

البته د اتم څپرکي د بیلابیلو سرلیکونو لاندې مطالب د هغو درنو لوستونکو لپاره کښل شوي چې له هیواد بهر په لوېدیزو هېوادونو کې ژوند کوي.

په افغانستان کې د خلکو بشپړ ډېره‌کی یې مسلمانان دي. دوی سربېره پر دی چې د خپلو ملي دودونو له مخې ګاونډیان په تنګسه او غم ښادۍ کې یوازې نه پرېږدي؛ د اسلامي باور له مخې هم ګاونډیانو ته درناوی لري او په غمونو او ښادیو کې ورسره همکاري او لاسنیوی یې خپله اسلامي وجیبه بولي.

لوېدیزو هېوادونو ته هم زیاتره بهرنیان له هغو هېوادونو راغلي دي، چې هلته هرڅوک خپل ګاونډي پېژني. یو د بل کورته ځي، یوه پیاله قهوه یا چای سره څښي. یو د بل توکي امانت اخلي او یوبل ښه پېژني. خو که څوک په ځینو لوېدیزو هېوادونو کې څه وخت اوسېدلی وي، پدې به پوهېدلی وي چې د دوی ډېری داسې نکوي. د مثال په توګه که څوک د کورونو د شرکت په آپارتمان کې اوسېږي، کېدای شي په یو دهلیز کې ورسره داسې کسان هم وي چې یوبل ونه پېژني. زیاتره یې یوبل ته یوازې سلام اچوي.

مېرمن **کریستن البورګ** لیکي: « که څوک غواړي چې له خپلو ګاونډیانو سره اړیکه ولري، دا نورمال ده چې سلام ورکړي. او مخته لاړشي، خو ونه وایي: «سلام، څنګه یاست؟»». باید ووایم دا پدې معنا ده چې کس د خبرواترو لپاره وخت لري او خوښېږي یې چې لږ تم شي او واوري چې بل کس

څه وايي. داسې چلند څوک له هغه ګاونډي سره چې نه يې پېژني نکوي.»

يوه ۳۰ کلنه بهرنۍ مېرمن وايي:

«ځينې دنمارکي استوګنځايونه اړتونو (جيلونو) ته ورته دي. يو څوک به فکر وکړي چې دنمارکيان په بند کې دي او هيڅکله بهر نه راوځي. موږ له يوبل سره خبرې نه کوو، او يو بل ډېر کم سره ګورو. زموږ دنمارکي ګاونډيان تل بوخت دي، او دوی په کورونو کې زيات نه وي. نيم کال تېر شو چې ما ته دوه کسانو سلام راکړ. زه فکر کوم د دنمارکيانو خوښېږي چې ځانله وي.»

زما (ليکوال) خپله تجربه داده : کله چې زما کورنۍ دنمارک ته راغله، په يو دوه پوړه کور کې چې د ښاروالۍ لخوا د دنمارکيانو تر منځ په يو آرام ځای کې راکړ شوی و، ژوند کاوه. په لومړيو ورځو کې دوه د پاخه عمر ګاونډيانو چې زما سره په اصطلاح ديوال شريکي هم نه وو سلام وکړ. ځانونه يې راوپېژندل هر يو يې خپل کور ته اشاره وکړه او خپل کورونه يې راوښودل او ويې ويل که مو کوم کار کې مرستې ته اړتيا پېښه شوه نو راته ووايياست. ما يې له مهربانۍ مننه وکړه او دا چې پوښتنه يې کړې وه چې له کوم هېواد نه راغلی يم، د خپل هيواد په اړوند په لنډو ټکو کې مالومات ورکړ. تر څو چې زه په هغه سيمه کې اوسېدم له دغو کسانو سره مې سلام درلود.

څه موده وروسته چې زه له خپلې مېرمن سره د بسونو په تمځای کې ولاړ وم، د بسونو چلوونکو د ارتال له امله بسونه نه راتلل، خو موږ خبر نه وو. زموږ د کوڅې يوه مېرمن چې موږ يې وليدو پوه شوه چې موږ د بس چلوونکو له ارتال نه خبر نه ياستو. پوښتنه يې وکړه موږ ورته وويل چې د اړين کار لپاره ښار ته روان ياستو؛ نو لاړه او له خپل کور نه يې موټر راوست او موږ يې پکې د ريل ګاډي تر تمځای ورسولو.

که غواړئ په کوم بهرني هيواد کې له ځايي خلکو سره اړيکه ولرئ، بايد درې شيان په ياد ولرئ: **بايد د هغوی ژبه زده کړئ، د هغه هيواد د ځايي خلکو او ټولنې په اړوند مالومات ولرئ او له دوی سره په اړيکه نيولو کې د دوی په لورلومړی قدم پخپله واخلئ.**

مېلمستیاوې

په دنمارک کې داسې دود دی چې ځینې ګاونډیان په کال کې یو ځل د کوڅې پارټي (میلمستیا) جوړوي ترڅو یو بل سره وپېژني. نور د خپل دهلېز د اوسېدونکو لپاره مېلمستیا جوړوي. که څوک وغواړي، دا به ښه وي چې خپل نږدې ګاونډیانو ته زنګ ووهي او کیک او قهوې ته بلنه ورکړي. دا هم سمه ده چې له خپل ګاونډی نه شکر (بوره)، هګۍ او نور توکي پور کړئ. خو د زیاتو دنمارکیانو نه خوښېږي چې، څوک وار وار ورشي او پور وغواړي. کولی شئ د دهلیز مېله ونیسي او د دهلېز ټول ګاونډیان په پارتمان کې قهوې ته دعوت کړي او د خپل هیواد کیک پوخ کړي. کېدی شي کم کسان به راشي، خو بیا کولای شئ هغوی وپېژنئ.

که څه هم زموږ هېواد افغانستان کې دا راز د کوڅې یا چم میلمستیاوې رواج نلري، **خو بیا هم د چم ګاونډ او کلي خلک له یوبل سره پېژني. هغه کورنۍ چې په ښارونو او ښارګوټو کې د استوګنې بلاکونو کې ژوند کوي، هم له یو بل سره پېژندګلوي او اړیکې لري او په غم و ښادۍ کې له یوبل سره مرسته کوي.**

په رخصتیوکې

په دنمارک کې که څوک په رخصتۍ او یا د اوونۍ په پای کې چېرته ځي، دا بېخي نورمال ده چې له خپل ګاونډي نه وغواړي چې په کور یې پام کوي. کلي ګانې ورکوي. د هغوی پُست راخلي، ګلانو ته یې اوبه ورکوي او کور له غلو نه ساتي. که ګاونډي مو ستاسو لپاره داسې یو خدمت وکړ نو اکثر وخت سلام ورکوئ او د مرستې له امله ترې مننه کوئ. دا کېدای شي له منني سره یو بوتل واین، یوه قطۍ شکلاد یا یو ګل وي. البته د اسلامي باور لرونکي کسان واین نه ډالۍ کوي که واورۍ چې ګاونډي مو په سفر ځي، او تاسو کورکې یاست نو پخپله ورته وړاندیز کوئ چې کور ته به یې ګورئ. دا هغوی زیاتره خوشالوي.

مرسته

که غواړئ له نورو خلکو سره وپېژنئ، نو مرسته کول د پېژندګلوۍ دلومړي ګام په توګه اغېزمن او

ښه کار دی. د مثال په توګه که ګاونډي ووینئ چې د خپل موټر په چالانولو یا د کالیو مینځلو ماشین کې ستونزې لري، کولای شئ د مرستې کولو وړاندیز ورته وکړئ. ډیری وختونه کله چې له یو بل سره مرسته کوئ تاسو یو بل سره پیژنئ.

عامه کارځایونه

د بسونو په تمځایونو، بس، اورګاډي، سوپرمارکیټ، کتابتون کې هم له دنمارکیانو سره مخ کېږئ. زیاتره یې یو بل ته که سره ونه پیژني زیات څه نه وایي. ښایي دوی د کار اوږده ورځ درلوده، څه باید وپېري (واخلي)، له وړکتونونو ماشومان راواخلي او داسې ډېر څه وي چې فکر پرې کوي. زیاتره زاړه کسان وي چې د خبرو وخت لري. دا متقاعدین وي چې ځینې یې زیات بوخت نه وي. که تاسو په عامه ځای کې له چا سره اړیکه ونیسئ، نو کولای شئ د پرانیستو پوښتنو په کارولو سره خبرو ته دوام ورکړئ. دا هغه پوښتنې دي چې تاسو نشئ کولای یوازې په هو او نه یې ځواب ورکړئ.

یو څوک کولای شي لکه «ولې، چیرې، څه، څوک او څنګه» ټکي وکاروي. دا ټول ټکي خبرو اترو ته لاره پرانیزي. مګر البته یو څوک باید د یو چا څخه چې د خبرو کولو آرزو نلري، ډیرې پوښتنې ونکړي. که چیرې مخاطب په لنډ ډول ځواب ووایي، د خبرو په بهیر کې بل‌خوا یا لرې وګوري، ورځپاڼه یا کتاب راوباسي، غوره به وي چې غلی پاتې شئ. دا معمولاً د ویلو یوه لار ده چې یو څوک د خبرو کولو حوصله نلري.

که زاړه خلک وغواړي له یو چا سره اړیکه ونیسي، دوی اکثر یې د هوا په اړه په خبرو کولو سره پیلوي. بیا یو څوک کولی شي خبرو ته د خپل هیواد د هوا په اړه دوام ورکړي.

که د بس تمځای کې ودرېږئ او یو کس زیات وختونه ګورئ، دا ادب دی چې یو بل ته وموسکېږئ. دلته داسې ښایاست چې یو بل پېژنئ او بیا مو سره ولیدل. بیا سلام کولی شئ، او بالاخره ښایي له یوبل سره څو دوستانه خبرې وکړئ. ځان نه معرفي کوئ بلکې یوازې څو خبرې سره کوئ. که داسې وکړئ، کېدی شي سره دوستان شئ.

ناسم پوهېدل

په هره ژبه چې وي که ښې خبرې ونکړی شئ، کېدای شي په خبرو کې غلط فهمي پېښه شي. له همدې امله که چېرې يو څوک ډاډمن نه وي چې مخاطب يې سم پوه شوی که له غلط فهمۍ سره مخ شوی دی، بايد يو ځل او يا ډېر لږ پوښتنه وکړي.

زيات ځايي خلک او بهرنيان دواړه که د يو بل په خبره پوره پوه شوي هم نه وي عادت لري، د دې لپاره چې خبرې ودروي «هو، هو» وايي. په ياد ولرئ که څوک «هو، هو» وايي همېشه دا معنا نلري چې په ټوله خبره پوه شوي دي. ښايي هغه يوازې د ادب له مخې غوږ نيولی او نه وايي چې پوه نشوم.

که له يوبل سره په خبرو کې ستونزه لرئ، ښايي په داسې ځای کې چې هلته ژبه زياته نه کاروئ ګډ کار کول ګټور وي. تل ښه ده چې له يو بل سره وخاندو او که ماشومان لرئ له هغوی سره لوبې وکړئ.

مګر بايد د خندا وړ کيسې ويلو په اړه محتاط اوسئ. ځکه بيلابيل هيوادونه مختلف طنزونه او ټوکې لري او د نورو د خندا په مهال پدې پوهيدل ستونزمن دي.

ماشومان

د مخه مې يادونه کړې ده چې د بهرنيو هيوادونو څخه دنمارک د بېلګې په توګه يادوو. په دنمارک کې د ماشومانو پالنځايونو، وړکتونو او ښوونځيو ته زيات پلرونه او ميندې راځي. دلته له هغوي سره دخبرو لپاره يو ښه چانس شتون لري. ځينې کسان د ماشومانو د راوستلو لپاره مشران ورونه او خويندې لېږي. نو هغوي له ښوونځي، ماشومانو او والدېنو سره د اړيکې چانس له لاسه ورکوي. دلته دی چې دنمارکيان له يوبل سره اړيکې نيسي. د ماشومانو د ښوونکو له لارې غټان له يوبل سره پېژني، او ځينې يې له يوبل سره دوستان کېږي. ښايي ميندې او پلرونه له يو بل سره يوه پياله قهوه وڅښي، له ماشومانوسره په چکر لاړ شي، د يو بل پر ماشومانو پام وساتي او داسې نور. مګر فقط ځينې شيان پېښېږي چې له مور او پلار سره يوځای ووينی. له دې پرته ژر بهر وځئ.

یو ښه پېل کېدی شي دا وي چې د ماشومانو دزېږد کلیزه په کور کې ونیسئ او مېندې پلرونه چې کله خپلو ماشومانو پسې راځي یو ټوټه کیک خوړلو ته دعوت کړئ. دلته کولای شئ یو بل وپېژنئ.

اتحادیي

بل ځای چې څوک کولای شي له نورو خلکو سره اړیکې ونیسي اتحادیي دي. په لویدیزو هیوادونو او په دغه لړ کې په دنمارک کې زیات داسې کسان شته چې خپل زیات وخت په یوې یا څو اتحادیو کې کاروي. که څوک غواړي نو کولای شي د خپلې خوښې اتحادیي پیدا کړي. نو کولی شئ مالوماتي خبرې اترې یا څو ځله کتنې ولري او وګوري چې هلته څه تېرېږي. په یوه اتحادیه کې له نورو سره د ګډ کار او پېژندګلوۍ چانس شته دی. د تکړښت کلبونه مشهور دي. دلته د تکړښت زیات ډولونه تر سره کېږي. ډېری دنمارکیان له کوچنیوالي نه د تکړښت دکلبونو غړي دي. ماشومان د لامبو وهلو، فوټبال یا جمناستیک ته ځي. کله چې دوی غټېږي په اتحادیو او کلبونو کې دوام ورکوي.

په ښارکې پېښې

که څوک د اتحادیو او کلبونو غړیتوب نه غواړي، کولای شي په سیمه ییز یا ښاري اوونیزه کې وګوري. دلته لوستلی شي چې په یوه اوونۍ کې په ښار کې څه پېښېږي. دلته وړیا غونډې وي، او زیات دنمارکیان ورته ورځي.

یو بهرنی سړی چې ډېر کلونه په دنمارک کې اوسېدلی دی وایي: «که څوک غواړي چې دنمارکي دوستان ولري، باید دنمارکي ژبه زده کړي او هغه سیمه کې چې دنمارکیان اوسي واوسېږي. هلته لاړ شي چېرته چې دنمارکیان پخپل فارغ وخت کې ورځي. په یاد ولري چې دنمارکیان نامهربان ندي، خو ډېر وخت نیسي تر څو یو څوک کور ته وروبولي. دا دومره ورو او اوږد بهیر دی لکه یوبل سره اړیکه نیول. له یو دنمارکي سره له کتلو تر دوستۍ چې وویلی شې چې دوست مې دی زیات وخت نیسي. دنمارکیان دومره ژر نه دوست کېږي.»

زاړه خلک له لنډمهاله زده کړو سره

بیلابیلې مرکې ښیي چې د مهاجرینو په وړاندې منفي چلند ډېر له ٦٠ کالو څخه د ډېر عمر لرونکو او لنډمهاله زده کړو لرونکو خلکو څخه راځي. څومره چې یې زده کړې ډېرې وي هومره یې، د بهرنیانو منلو نظر پراخه وي.

دا زده کړه او روزنه، روښانونکې او ارزښتناکه ده. دا هم په ګوته کوي چې د بهرنیانو په اړه د خلکو پوهه اکثر د تلویزیون، راډیو او ورځپاڼو څخه وي. ډیری دنمارکیان په شخصي ژوند کې له بهرنیانو سره نږدې اړیکې نلري. دوی د نږدې کورنۍ ماشومانو، مور او پلار، نیکه او خویندو او ورونو سره اړیکې لري.

د دنمارکیانو له هغه ډلې سره چې په ورځني ژوند کې له بهرنیانو سره تماس لري د دوی د اړیکو په اړه مرکه شوې، دوی ځواب ورکړ:

۶ سلنه سلام سره درلود. ۲۳ سلنه هیڅ اړیکه نه درلوده. ٤٠ سلنه په ورځني ژوند کې له بهرنیانو سره د لیدو فرصت نه درلود. ۱۵ سلنه نږدې اړیکې درلودې (چې ډیری یې طبي کارکوونکي، روزونکي، ښوونکي او نور وو). ۳ سلنه له بهرنیانو سره نږدې تماس او په شخصي ډول اړیکې درلودې. ١٤ سلنه ځینې وختونه له بهرني سره خبرې کولې.

نهم څپرکی

د کرونا وبا د حالاتو اړوند آداب

کرونا (Coved-۱۹):

د کتاب په سریزه کې مو یادونه وکړه چې د ټولنیز ژوند نالیکلي قوانین او د معاشرت آداب نه یوازې له یو هېواد نه تر بله توپیر لري؛ بلکې له یومهال نه تربل مهاله هم بدلون مومي. دا آداب او اصول د بیلابیلو شرایطو تابع او په هره سیمه کې د هغه سیمې او وخت د ځانګړیو شرایطو تر اغېز لاندې رامنځته کېږي.

په نړۍ کې د کرونا (کوید - ۱۹) ویروس په پیدا کېدو سره د انسانانو ژوند دخوندي ساتلو په پار په ټولنیز ژوند کې ځانګړي لیکلي او نالیکلي قوانین او آداب هم رامنځته شول. په دې څپرکي کې به کرونا او د کرونا په شتون کې د معاشرت آداب در وپېژنو چې رعایت کول یې تر ډېره تاسو په دغه وبا د اخته کېدو له خطر څخه ژغوري. البته د دغو نالیکلو قوانینو سپارښتنه د نړۍ والو باوري روغتیایي سازمانو له خوا شوې ده.

د کرونا ویروس

کرونا د سارس (SARS: Severe acute respiratory syndrome)* له کورنۍ یو ډول ویروس دی. نښې یې د والګي زوکام)غوندې دي. د دغه ورته والي له امله ده چې که څوک په کرونا

---

*سارس(SARS) خطرناکه تنفسی ناروغي ده چې په دې وروستیو وختونو کې په نړۍ کې پیدا او په چټکۍ خپره شوې ده . د ویکي پیدیا په حواله دا ناروغي لومړی په ښاپیرکیو کې پیدا شوې او وروسته بیا له دویم کوربه نه چې تراوسه نه ده مالومه انسان ته لېږدېدلې ده.

اخته کېږي، په تېروتنه کې ګومان کوي چې په والګي اخته شوی، ډاکټر ته نه ځي او په دې توګه خپل ژوند له خطر سره مخامخ کوي.
دا ناروغي لدې امله د انسانانو ژوند ته خطر پېښوي چې پرې اخته شوی ناروغ ټوخېږي، دوامداره تبه لري، بدن یې درد کوي، ساه لنډی پیدا کوي او د ساه اخیستلو سخته ستونزه لري.

له کرونا ځانونه څنګه وساتو؟

په لومړي ګام کې ډېره مهمه ده چې که شوني وي پخپلو کورونو کې پاتې شئ. که بهر وتلو ته مو اړتیا پېښېږي نو ماسک او طبي دستکشې وکاروئ او له نورو خلکو نه په تګ راتګ کې دوه متره واټن وساتئ.
څېړنو ښودلې ده چې د کرونا ویروس خپل شاوخوا په غوړې مادې پوښي. نو که کرونا له پوټکي سره ولګېږي په اسانی سره ورپورې مښلي. نو غوړ په خالي اوبو له پوټکي څخه نه جدا کېږي او له منځه نه ځي.

- لاسونه په اوبو او صابون یا الکولي محلول چې کم تر کمه له ۶۰ – ۷۰ سلنه الکول ولري پرېمینځئ. د مینځولو بهیر باید لږ تر لږه شل ثانیې دوام ولري، ځکه چې د کرونا ویروس درونډ دی او پر لاسونو او نورو سطحو زیات وخت ژوندی پاتې کېږی.
- له هغو کسانو سره چې په دې ناروغۍ اخته دي له تماس او نږدېوالي او په یوه خونه کې له کېناستو ځان وساتئ، ځکه چې د کرونا ویروس د اوبلنو څاڅکو او هوا له لارې نورو ته لېږدول کېږي.
- که لاسونه مو څه وخت نه وي پرېمینځلي، نو سترګو، پزې او خولې ته یې مه وروړئ.

هغو ځایونو ته چې ګڼه ګوڼه پکې وي له تګ او کیناستو کلکه ډډه وکړئ.

- د پرنجي او ټوخي کولو په وخت کې دستمال پزې او خولې ته ونیسئ او د ستمال له کارولو وروسته سملاسي وغورځوئ. هیڅکله لاس پزې او خولې ته مه نیسئ.

- هغه طبي ماسکونه چې کاروئ يې له هرو ۲۰- ۳۰ دقيقو وروسته بايد بدل شي، ځکه چې په ساه کښلو سره لمدېږي او د ساتنې او محافظت وړتيا يې له منځه ځي.

په لاندنيو حالاتو کې لاسونه په اوبو او صابون ۲۰ ثانيې پريمينځل او يا په الکول لرونکي محلول پاکول اړين دي:

- له ټوخي او پرنجي وروسته
- بازارونو، پلورنځيو، د بنزين پمپونو او درملتونو ته له تللو او پېرلو وروسته
- عامه ځايونو ته تگ او په عامه ترانسپورت کې له تگ وروسته
- له هر ډول خواړو خوړلو مخکې او وروسته
- د پيسو او بانک کارت له لمس کولو وروسته

د کورنيو ژويو او له کور بهر سطحو (دروازې، ديوال او ...) له لمس کولو وروسته

- د چټليو له بهر ايښودلو او يا په ټاکليو ځايونو کې له غورځولو وروسته
- د ناروغانو له پالنې او ليدنې مخکې او وروسته
- له روغتيايي خدمتونو مخکې او وروسته
- له خواړو پخولو مخکې او وروسته

د يادونې وړ ده چې له هر ځل پرېمنځلو وروسته سملاسي خپل لاسونه وچ کړئ، ځکه چې ميکروب په لمدو لاسونو کې له وچو لاسونو نه په اسانه خپرېږي.»*

د کرونا وبا په مرگوني خطرونو باندې په پوهېدو سره په حکومتونو، روغتيايي موسسو او ټولو خلکو لازمېږي چې له دغه وبا څخه د ځان، کورنۍ او ټولنې د خوندي ساتلو په پار ځيني اړين گامونه واخلي.

---

*د داکتر عرفان قرباني له ليکنې په گټنه

د وګړو ترمنځ ټولنيز واټن نيول:

د وګړو ترمنځ ټولنيز واټن نيول (Social distancing) د کرونا ويروس د خپرېدو د مخنيوي لپاره له يوکس نه د بل کس تر منځ دوه متره يا زيات واټن نيول اړين دي.

د طبي ماهرانو په سپارښتنه د واټن په پام کې نيولو سره بايد :

- بايد د خبرو کولو په بهير کې له نورو کسانو لازم واټن هرومرو رعايت کړئ.

- هڅه وکړئ چې د وبا د بشپړې ختمېدو پورې په ګڼه ګوڼه (کنسرتونو، لوبغالو او مذهبي او نورو غونډو) کې ګډون ونکړئ.

- د وبا تر ختمېدو دوترونو ته مه ځئ.که شوني وي له خپلو کورونو په آنلاين توګه کارونه ترسره کړئ او د ښوونځيو زده کوونکو ته هم آنلاين درس ورکړئ.

- که د خوراکي توکو د پيرلو لپاره بهر تګ ته اړ ياست، هرومرو ماسک وکاروئ، هم په لار او هم پلورنځي کې اړين واټن رعايت کړئ.

- که ډېر اړين او بېړني کارونه ولرئ په ډېر لنډ وخت او د کرونا د مخنيوي د ټولو اړينو شرايطو په پام کې نيولو سره يې ترسره کړئ . په ياد مو وي که هر څومره مو ناستې اوږدېږي په هماغه اندازه مو په کرونا د اخته کېدو خطر زياتېږي.

- ويښتان مو په کور کې اصلاح کړئ .

- يو بل ته دلاس ورکولو په ځای لاسونه په ټټر کېږدئ او له لازم واټن نه خپل ارادت څرګند کړئ.

په تګ راتګ بنديز:

له استوګنځايونو بهر او استوګنځايونو ته پر راتګ بندېز (Lockdown) دا معنا چې هر څوک هر چېرته چې اوسېږي بايد همهلته پاتې شي او له هغه ځايه بل ځای ته لاړ نشي. دغه ويی په دې وختونو کې د کرونا وبا له پېداکېدو راهيسې په رسنيو کې زيات کارېږي. دا يو ښار يا سيمې او هيواد ته پر تګ او راتګ بنديز دی.

پر تګ راتګ د بندیز لپاره باید لاندني شرایط په پام کې ونیول شي:
پر ګرځېدو او تګ راتګ د بندیز د عملي کولو لپاره ټول ترانسپورتي خدمتونه او په دغه لړ کې هوايي ترانسپورت، اورګاډي، ښاري ترانسپورت(بسونه او ټکسیان) بندېږي.

یوازې د خوراکي توکو پلورنځي او درملتونونه پرانیستي وي؛ چې د اړینو خوراکي توکو او درملو لپاره باید یوازې یو کس له کورنۍ نه بهر ووځي چې له نږدې هټۍ یا پلورنځي نه خپل اړین توکي واخلي.

ټولې تعلیمي موسسې(ښوونځي او پوهنتونونه) ،عبادت ځایونه، سینماوې، رستورانونه، سلمانیان، رسمي او غېررسمي دوترونه تړلي وي.

یوازې روغتونونه، درملتونونه، امنیتي ځواکونه، رسنۍ، د خوراکي توکو پلورنځي، د ښاري خدمتونو د اوبو رسولو او برېښنا شرکتونو کارکوونکي او د نورو هیوادونو د سیاسي نماینده

ګیو کارکوونکي له دغه بندیز څخه مستثنا دي.

د ماسک اغوستل اجباري وي.

البته هغه ادارې او دوترونه چې خدمتونه یې زیات اړین وي؛ د کورنیو چارو له وزارت او نورو اړوندو ادارو نه د ګرځېدو اجازه اخلي.

یوازیتوب/ګوښه کېدل(Isolation):

د کرونا وبا د خپرېدو د مخنیوي لپاره هغو کسانو ته چې په دې ناروغۍ اخته او یا یې نښې ولري،

د یوازیتوب او ګوښه کېدو سپارښتنه کېږي. د ګوښیتوب پړاو له قرنطین* نه جدي دي، پدې پړاو کې باید ناروغ تر کلکې څارنې لاندې وي . د کرونا د نښو لرونکو ناروغانو څارنه او پالنه یوازې هغه داکتران کوي چې په ځانګړیو روغتیایي او محافظتي وسایلو سمبال وي.

په کرونا اخته ناروغان تر هغو چې رغېږي په یوازیتوب کې تر څارنې لاندې ساتل کېږي.

پر کرونا اخته ناروغ لپاره د یوازیتوب شرطونه:
- ناروغ باید به روغتون کې په جلا برخه کې وساتل شي.
- ناروغ باید ماسک ولري او په نورو محافظتي وسایلو پوښل شوی وي.
- له هیچا سره باید فزیکي تماس ونلري.
- د خونې ټولې خواوې یې پاکې او ضد عفوني شي.
- د روغتیا ساتنې ټول ځانګړي طبي اوزار ورته ورکړ شي.
- ځانګړي لوښي، دستمالونه او اوزار ورته چمتو کړل شي.
- له اوزارو سره له هر ځل تماس وروسته خپل لاسونه په منظم ډول په صابون پرېمینځي.
- دکورنۍ له غړو سره فریکي تماس ونلري.

له کرونا مو څه زده کړل؟

د کرونا وبا پر انساني تلفاتو، مصیبتونو او اقتصادي درنو زیانونو سربېره ځینې درسونه هم پرېښودل. دغه درسونه باید د وبا له پای ته رسیدو وروسته هم په پام کې ولرو څکه چې رعایت کول یې تل د هر وګړي او ټولنې په ګټه دي.
کرونا (Coved-۱۹) وښودله سره له دې چې اوس‌مهالي انسان د پوهې او تکنالوژۍ په مرسته د پرمختګ داسې پړاو ته رسیدلی چې مصنوعي او غېر بیالوژیکي ژوي جوړولای شي. هغوی ته

* قرنطین (Quaranta) د هغو کسانو جلا کول او پرې د محدودیتونو لګول دي چې لکه د کرونا په څېر په خطرناکه ساري ناروغۍ اخته او یا یې نښې ولري.

حافظه ورکولای شي. روباټونه جوړوي او په ځینو برخو کې ترې د انسانانو غوندې کار اخیستلای شي او په دې هڅه کې دی چې د ځمکې پر غونډارې سربېره نورو ستورو ته دسفر آسانتیاوې برابرې کړي. خو له دغو ټولو پرمختګونو او پرمختیاو سره سره بیا هم د یو هلاکوونکي ویروس چې د مرګوني وبا لامل شوی، د له منځه وړلو او مخنیوي په وړاندې ناتوان دی.

ومو لیدل چې د اوس‌مهال د تاړاکګرو او یرغلګرو سرغنه د امریکا متحدو ایالتونو امپریالیزم او د دوی د تباه کوونکې غدې نور سرېخواره د وسلو او پیسو په لرلو سره ځانونه د ځمکې پر سر خدایان بولي. له سمندرونو وراخوا د نورو په ملکونو یرغالي او د خپلو اټومي غاښونو په ښوولو د انسانانو وینې څښي، د کرونا وبا مخه ونشوه نیولي او لکه د نورو بیوزله هیوادونو او ولسونو په څېر زیانمن شول او ان دا چې د امریکا او انګلستان واکمنان ترې پخپلو فرعوني مانیو کې خوندي پاتې نشول.

کرونا دا هم راوښودله چې هغه هیوادونه چې ځانونه یې د نړۍ لومړي هیوادونه او ډېر مهذب بلل، دومره هم با فرهنګ ندي.

کرونا راوښودله چې هرڅه په وسله او زر و زور نه ترلاسه کېږي. انسان باید له ځانغوښتنې ځان وژغوري نه یوازې د خپلې روغتیا او هوساینې لپاره فکر وکړي، بلکې د ټولنې د سلامتیا اندېښنه هم ولري. خپلې سلامتۍ ته د نورو په سلامتیا کې او خپلې هوساینې ته د ټولنې په هوساینه کې رسېدلی شي.

کرونا راوښودله چې انسانان داسې ګډ دردونه او مصیبتونه لري چې درملنه او چاره یې د ټولو انسانانو په ګډو هڅو او زیار سره کېدای شي.

کرونا راوښودله چې انسانان له یوبل سره ګډ برخلیک لري، نو باید د ټولو انسانانو د سلامتۍ او هوساینې په باب فکر وکړي.

کرونا په اقتصادي برخه کې یو ځل بیا هم د وښودله چې د ډېرو توکو ارزښت په غوښتنه (تقاضا) پورې تړلی دی. زیات توکي د تقاضا د نشتون له امله کم ارزښته او په وړاندې یې زیات کم ارزښته توکو زیات ارزښت وموند.

له قرنطین مو زده کړل چې کولای شو خپل چال چلند کې زیات بدلون راولو. دا یې هم راوښودل چې له نورو سره له ګډ ژوند پرته، ژوند خپله ښکلا له لاسه ورکوي. نو ځکه یوازې د شخصي آسانتیاو او لومړنیو اړینو توکو لکه خوراک او څښاک لرل د نیکمرغۍ احساس نشي درکولای.
دغو ټکو په دې وپوهولو چې د نړۍ په هر ګوټ کې په کلیو، ښارونو او واټونو کې نورو ته په مینه او درنښت وګورو.
لنډه داچې هر ناورین او غمیزه په سالمو انسانانو کې د زړه سوی، خواخوږۍ، عاطفې، مینې او محبت احساس تازه کوي. خو له بده مرغه ځینې انسان ډوله لیوان او سړیخواره لکه په افغانستان کې د مافیایي حکومت چارواکي په ناورینونو او د کرونا په څېر وبا کې هم د خپلو خلکو د تباهۍ په بیه د خپلو پانګو د زیادښت په فکر کې وي.
د عامه روغتیا د پازوالانو لخوا له افغانستان سره د بهرنیو هېوادو د مرسته شویو تنفسي ماشینونو (ilt respirator) غلا کول او پاکستان ته قاچاقول او د کرونا له بودجې څخه د چارواکو غلا او ناوړه ګټنه یې څرګندې بېلګې دي.
نو ځکه د کرونا وبا د خپرېدو او پراخېدو یو عمده لامل پر حکومتونو او چارواکو د خلکو بې باوري ده.

د معاشرت د آدابو ځينې نور اړين ټكي

په خپله ټولنه او چاپېريال کې له نورو سره په كيناستو پاڅېدو كې دا څو خبرې هم په پام كې ولرئ:

١. له ماشومانو مه پوښتئ چې پلار درته ډېر ګران دی كه مور.

٢. پټ او د دروازې له ټكولو پرته دچا كورته مه ننوزئ.

٣. د كور له خاوند نه د هغه د كور د بيې پوښتنه مه كوئ. د چا د ګټې وټې او شتمنۍ او د تنخا پوښتنه مه كوئ.

٤. د خپلې ګټې وټې، شتمنۍ، ګاډې يا جامو په باب چې په څو ارزي او د خپل پلار او مور د ګټې او شتمنۍ په هكله خبرې مه كوئ.

٥. د خلكو د وزن، قد، عمر او شخصي مسايلو به باب خبرې مه كوئ.

٦. ځان له نورو خلكو هوښيار او په هره سكالو (موضوع) اګاه مه ښكاره كوئ، كه د كوم څه په باب نه پوهېږئ په اړوند يې هيڅ مه ګړېږئ.

٧. كه نور درته په لازمه اندازه با ادبه مالوم نشول هڅه وكړه چې له هغو نه ته ډېر با ادبه اوسې نه بې ادبه.

٨. له نورو سره له هر راز تعصب له څرګندولو ډډه وكړه. خپلې تنګ نظرۍ او تعصب وپېژنه او له ځان سره يې وساته.

٩. په مناسب وخت كې د نورو ستاينه وكړه. د هر چا خوښېږي چې نور يې وستايي. له نورو سره تل په درناوي چال چلند وكړئ. په ناسته ولاړه كې له نورو سره داسې چلند وكړئ چې تاسو يې له نورو تمه لرئ.

١٠. د نورو په نشتون كې له اړتيا پرته خبرې كول لازم نه دي، خو كه ضرورت پېښ شي او خبرې اړينې وي نو په هكله يې هيڅكله ناوړه او بدې خبرې ونكړئ. د هغوی د كمزورتياو او نيمګړتياو په باب د څه ويلو پرځای غوره ده چې ښېګڼې يې بيان

کړئ. د نورو په هکله په غیاب کې ښې خبرې کول ستاسو د لوړ فرهنګ ښکارندویه ده. که د نورو خلکو غیبت کوئ، خلک مو د بې فرهنګه او ګروهمن شخص په توګه پېژني چې د نورو شخصي حریم ته درناوی نلرئ.

۱۱. کله چې مو کورته میلمه راځي مخکتاب (فیسبوک) او موبایل مه کاروئ.

۱۲. نورو ته د خپلې نګور او زوم بد مه وایاست.

۱۳. که پلار یا مور خپلو اولادونو ته د سالمې روزنې په پار غوسه کېږي د هغوی مخکې د اولادونو پلوي مه کوئ.

۱۴. که کله د یوماښوم د زېږېدو د کالیزې لپاره ډالۍ اخلئ، یا یې وړئ که خور یا ورور ولري، د هغوی لپاره هم یوڅه سوغات ویسئ.

۱۵. که ترلاسه کړي سوغاتونه مو نه خوښېږي، بل چا ته یې مه ډالۍ کوئ.

۱۶. په ښاري بسونو یا اورګاډو کې امیدواره میندو او د پاخه عمر کسانو ته خپل ځایونه پرېږدئ.

۱۷. په عمومي ترانسپورتونو کې چې خلک یو بل ته نږدې ولاړ یا ناست وي د چا سترګو ته مخامخ مه ګورئ.

۱۸. دوستان چې له څه مودې وروسته ګورئ، هیڅکله ورته مه وایاست چې څومره زوړ شوی یې.

۱۹. تل په آرامۍ خواړه وخورئ، په تېره بیا که میلمانه یاست.

۲۰. که په باران کې ګاډی چلوئ نو هرومرو د پلیو کسانو خیال وساتئ، چې ستاسو د بې پروایي له امله ورته اوبه ونه ښیندل شي.

۲۱. که د چټکو خواړو یا هغو رستورانو کې خواړه خورئ چې خواړه پخپله راخلئ نو لوښي مو پخپله په ټاکل شویو ځایونو کې کېږدئ.

۲۲. په ښاري بسونو، میترو او اورګاډو کې لومړي هغو کسانوته حق ورکړئ چې راکوزېږي.

۲۳. د پاخه عمر کسانو او معلولینو سره ښاري بسونو او اورګاډو ته د ختلو په وخت که لازمه وي مرسته وکړئ.

۲٤. د واورې له اورښت وروسته د خپل کور مخکې د پلیو لار پخپله پاکه کړئ.

۲۵. په برېښنايي پوړيو (زينو) کې تل ښي اړخ ته ودرېږئ ترڅې هغو کسانو ته چې بيړه لري کين اړخ خالي وي.

۲٦. ناروغانو، معتاد کسانو او په ټولنه کې لړه کيو ته د عادي انسانانو په سترګو وګورئ.

۲۷. هيڅکله له ټولو نيمګړتياو سره هم د پرديو مخکې د خپل هيواد بد مه واياست او نورو ته هم اجازه مه ورکوئ چې ستاسو د هيواد بد ووايي.

۲۸. دوعا پخپله ژبه کوئ لازمه نه ده چې په پردۍ اوپېچلې ژبه دوعا وکړئ. له خدای سره پخپله ژبه په آسانه خبرې کولای شئ.

۲۹. په يوه مجلس کې د ناستو کسانو په وړاندې خپله پزه مه سوڼ کوئ، ځان مه ګروئ، ويښتان مو مه رمنځوئ او سينګار مه کوئ. د ځينو کسانو نه خوښېږي.

۳۰. که له يو لوښي نه په ګډه خواړه په لاس خورئ نو د خپلې خولې نه په لاس کې پاتې شوي خواړه په لوښي کې مه څنډئ.

۳۱. پزې يا خولې ته ګوته مه ننباسئ.

۳۲. که کوم څه غواړئ نو د لطفاً ويی وکاروئ.

۳۳. له کوربه مننه وکړئ.

۳٤. د نورو خبرې مه پرې کوئ، که مو قطع کړې سملاسي ښنه وغواړئ.

۳۵. سم کېناستل تل او هر ځای په پام کې ولرئ : البته کېناستل پر توشک يا غالۍ پر څوکۍ يا کوچ له کېانستلو سره توپير لري. که پر غالۍ ياتوشک کښېنئ نو بايد د نورو ناستو کسانو مخ يا لور ته يې پښې ور ونه غځوئ. په خونه کې د بل ناست

کس مخ ته د پښوغځول بې ادبي ده، که د پښو تکليف ولرئ ناستو کسانو ته د خپلې ستونزې په ویلو سره پښې غځولی شئ خو نو دبل کس مخته.

۳۶. که پوهېږئ له نورو سره په ګډه خونه کې کښېنئ، او هلته بوټان له پښو باسئ، نو مخکې له هغې چې خونې ته ورننوزئ باید خپلې پښې پرېمينځئ. نه چې جرابې یا پښې مو خېرني وي او ناوړه بوی ولري.

۳۷. داسې مه کښېنئ که ملي جامې (کميس پرتوګ) مو په ځان وي چې پرتوګاښ او یا خښتګ مو ښکاره شي. که پر څوکۍ یا کوچ کښېنئ نو هم داسې مه کښېنۍ چې د بل کس په لور پښې ور اوږدې کړئ . یا یوه پښه پر بله داسې واړوی چې دبل کس لور ته ورسېږي او مزاحمت يې وکړي. ښه داده چې پښې پخپله ساحه کې وساتئ. دواړه پښې مو موازي او یوبل ته نږدې وي، غوره به داوي چې یو پښه مو دبلې پښې تر زنګون لاندې کېدئ.

۳۸. هيڅکله څوکۍ یا کوچ ته پښې مه جګوئ او پر ميز خو يې هيڅوخت مه اچوئ.

۳۹. سربېره پر دغو ټولنيزو آدابو د ځان او خپلو جامو پاکوالی او د اغوستلو ډول ستاسو د ذوق او تهذيب ښکارندويه ده . له پامه يې مه غورځوئ.

۴۰. یو ډېر مهم ټکی چې د معاشرت د ادابو په هکله يې باید په پام کې ولرو، دادی چې د معاشرت اداب یوازې په خبرو کولو پورې محدود ندی، بلکې بدنی ژبه او په بل هر ډول چې موږ خپل پيغام لېږو پکې شامل دی. باید په پام کې ونيسو چې پيغا م مو د هغه چاپېريال او سيمې د خلکو له دود دستور سره همرنګه وي.

۴۱. لمونځغالۍ داسې مه قات کوئ چې د پښو ځای مو له سرځای(سجدې) سره ولګېږي. ځکه ښايي د ځينو کسانو پښې ميکروب یا بوی ولري او هغه د سرخوا ته ولېږدول شي. غوره به دا وي چې لمونځغالۍ چپه قات کړئ.

۴۲. تر څې د کرونا د وبا خطر شتون ولري او دغه مرګونې ويروس په بشپړه توګه له منځه نه وي تللی، د روغبړ په مهال له لاس ورکولو څخه ډډه وکړئ، له غاړه

ورکولو خو په کله ځان وساتئ. په یاد ولرئ چې چا ته د صمیمت ښودلو طریقه یوازې لاس ورکول اوغاړه ورکول نه ده.

۴۳. خپل کاریدلي ماسکونه هیڅکله په لارو کوڅو او عامه ځایونو کې مه غورځوئ.

۴۴. خپلو ماشومانو او تنکیو ځوانانو ته د کرونا وبا په باب په ساده او دهغوی د پوهې په کچه مالومات ورکړئ او له دغه ساري ناروغۍ نه د ځان ساتلو لارې چارې لکه ؛ ټولنیز واټن ساتل، ماسک کارول او په صابون او اوبو ۲۰ ثانیې د لاسونو پریمینځل و روښایاست او د ډاډمنۍ احساس ورکړئ.

۴۵. د نورو کسانو په وړاندې له خپلو ګوتو ټکې مه کاږئ. په ځینو خلکو او په ځانګړې توګه په لویدیزو هیوادونو کې په ډېرى کسانو له ګوتو نه د ټکو ایستل ښه نه لګېږي او بد احساس ورته پېداکېږي.

وروستي خبرې

که څه هم زيات کسان دا ناليکلي اصول پېژني، چې ښه دي او رعايت يې لازم دی، خو ټول يې نه عملي کوي. خو کله چې څوک دا ناليکلي قوانين پېژني او پوهېږي، چې څه ادب او څه بې‌ادبي ده،کولای شي انتخاب يې کړي. که چېرې هلته ځينې ناسم پوهاوی يا غلط فهمی پېښېږي، نو پوهېږي چې ولې.

هر څوک د ژوند کولو او په ټولنيز ژوند کې له نورو سره په ناسته پاسته او چال چلند کې خپله لارغوره کوي. که ناليکلي ټولنيز قوانين اوآداب رعايت کړي، نو خپل اړوند چاپيريال او د خپلو خلکو منځ کې به د مؤدب او مهربان کس په توګه له درناوي برخمن شي.

دغه ناليکلي قوانين او ټولنيز آداب چې له يو هيواد نه تربله او آن کله ناکله د يو هيواد له يو ښار نه تر بل ښاره توپير لري بايد په هر هيواد او هره سيمه کې رعايت شي.

زموږ په ګران هيواد افغانستان کې د څولسيزو پرله پسې خونړيو جګړو له امله خلک د اور وينو په پلندی کې بند پاتې دي. نړۍ خور امپرياليزم د اسلامي اکسترميزم نه په ګټنې سره پر افغان ولس د اسلام د دفاع ترنامه لاندې نااعلام شوې جګړه وتپله. لومړی يې د ,,مجاهدينو,, په نومونو بيلابيلې ډلګۍ واک ته ورسولې، چې د واک په ويشلو يې پخپلو منځو کې دکورنيو تنظيمي جګړو اور بل کړ.

له بده مرغه زموږ د هيواد په ښارونو او کليو کې په پاکستان کې د روزل شويو تنظيمي ټوپکسالارانو او ټوپکيانو او له کورنيو تنظيمي جګړو د دويم نسل د لنډغرانو لخوا نه يوازې د ټولنيز ګډ ژوند ناليکلي قوانين، بلکې اصيل افغاني دودونه هم په لوی لاس تر پوښو لاندې کېږي. دوی د ادب، تهذيب او مهربانی په نوم يا څه نه پېژني او يا ورته د خپل ځواک او زور ښودلو ښه لار ښکاري.

د دغه راز بې ادبۍ له سلګونو او زرګونو بیلګو څخه په واټونو کې د ټولنې د خدمتګارانو پولیسو او ترافیک پولیسو او په روغتونو کې د طبیبانو او نرسانو ډېول دي.

د ښځینه و سپکاوی او د ښځینه ښوونځیو او تعلیمي موسسو مخته ددغو زورواکو د زامنو ودرېدل او د شاګردانو ځورول د لنډغرانو دزوزاد ورځنۍ مشغولتیاده.

دا چې امنیتي پاڼې د ,,جهادي,, غدی په انحصار کې دي، مخه یې نه نیول کېږي.

د"اسلام ته خطر" ناټک د "ترهګرۍ خلاف جګړې" ته نوم بدل کړ. د نوم ایښودلو او نوم بدلولو دارلافتا هماغه د لانګلی مفتیان وو، چې شل کاله نور یې پر افغانانو نیابتي او استخباراتي جګړه وتپله چې لا تر اوسه د افغانانو د سرونو په بیه ښه په درز کې روانه ده. ددې خونړۍ جګړې له امله په ملیونونو افغانان د سر او پټ د خوندي ساتلو په پار له خپل پلرني ټاټوبي نه د نړۍ بیلابیلو هېوادونو ته کوچېدلي دي. دوی هلته له بیلابیلو دودونو لرونکو خلکو منځ کې ژوند کوي. نو ددې لپاره هم اړینه ده چې د نوی ټولنې له کولتور او د ګډ ژوند له آدابو او نالیکلو قوانیونو سره ځان بلد او په ورځني ژوند کې یې په پام کې ونیسي.

په بهرنی هیواد کې له څو کلونو استوګنې وروسته، ښایي ډېری دریمه لار غوره کړي. دوی هغه کارونه یا چال چلند نه کوي لکه څنګه چې یې په خپل هیواد کې کړي و، نه هم داسې کوي، لکه څنګه چې د دوی کوربه هېواد یې کوي. یو دریم ځای ته رسیږئ او د دواړو هیوادونو نا لیکل شوي قوانین سره ګډوي. خوښه به دا وي چې د دواړو نالیکلیو اصولو ترمنځ هغه چې په دواړو ټولنو کې د منلو وړ وي غوره کړي.

پای

پر دي کتاب سربېره د ليکوال نورنښيرونه (آثار)

چاپ شوي:

۱- دنمارکي - پښتو سمندرګی

۲- درونِ اند نقش- ژباړه

۳- پردېسي څرېکې - رومبی شعری ټولګه

۴- دهيلوکر - دوېمه شعري ټولګه

۵- د ټولې نړی متلونه دنړی له دوه سوه ژبوڅخه له پنځه زره کلونوواهيسې ۹۰۰۰متلونه او مقولې - له دنمارکي نه ژباړه

۶- افغانستان له هوراترتکبيره- ليکنه او څېړنه

۷- د «قطر تړون» سوله که څلوبی؟- ژباړه - ديجيتال پي ډي اف

ناچاپ آثار:

۱- اخ، که مينه عبادت وی (دريمه شعري ټولګه)

۲- سور څڅوبی (څلورمه شعري ټولګه)

۳- د بالښتونو لاريون (لنډې کيسې او کيسه ګی)

۴- ولسي کيسې او کيسه‌ګی