

Toward

د ژوند د ستونزو مخالف باد ته مخامخ



JAWAD YOUSOFI



Toward

د ژوند د ستونزو مخالف باد ته مخامخ

J A W A D Y O U S O F I

د هر هغه چا لپاره چې
نن شپه باد ته مخامخ روان دی.



مخالف باد





مخالف باد

هر بايسكل چلوونكى باد پېژني.

ځينې ورځې باد له شا تېلوي.
الوزې.

ځان پياوړى احساسوي.
فكر كوي چې دا ټول ستا زور دى.

نورې ورځې باد سم ستا مخ ته لگېږي.
هر پېدل زحمت دى.
لاره تر خپل رېښتيني اوږدوالي اوږده ښكاري.

ډېرى سپاره دې باد ته ښځنځل كوي.
ځينې بېرته كور ته گرځي.



خو له هر هغه چا وپوښته چې کلونه يې بايسکل چلولی،
چې پښې يې چېرته پخې شوې.

هغوی به باد ته گوته ونيسي.

باد د دې لپاره نه دی راغلی چې ودې دروي.
راغلی چې جوړ دې کړي.

دا کوچنی کتاب د همدې باد په اړه دی.

هغه چې ستا په بدن کې دی.

هغه چې ستا په ذهن کې دی.

هغه چې ستا په روح کې دی.

او یوه ساده پوښتنه.

ایا له دې باده باید ووېرېږو؟

یو

باد





يو • باد

ستونزه هر هغه څه دي چې تا څخه تر هغه ډېر غواړي
چې همدا اوس يې لرې.

يوه لوړه.

يو تاوان.

يو بدن چې نور هغه نه کوي چې پخوا يې کول.

يوه خبره چې تل يې وروسته اچوې.

يوه پوښتنه چې لا يې ځواب نشته.

ژوند نه پوښتي چې ته چمتو يې که نه.

بس، غوښتنه کوي.



شاوخوا وگوره.

هېڅ ژوندی شی بې مقاومته نه لویېږي.

تخم د درنې خاورې له منځه سر راباسي.

سیند د تېږو له منځه خپله لاره پرانیزي.

ونه خپلې تر ټولو ژورې رینې

هله غځوي چې باد پکې تر ټولو تېز لگېږي.

خاوره د تخم دښمنه نه ده.

تېږه د سیند دښمنه نه ده.

هغوی د سفر بڼه ده.

ستا حال هم همداسې دی.



هغه سخت شی چې ستا مخې ته دی
د دې نېټه نه ده چې څه خراب شوي.
د دې نېټه ده چې ژوندی یې،
او لا هم لویږېږي.

دوه

وېره





دوه * وېره

وېره تل لومړی رسي.

تر فکر مخکې.

تر پلان مخکې.

تنگه سينه، گړندی زړه، يو غږ چې وايي بېرته وگرځه.

دا کمزوري نه ده.

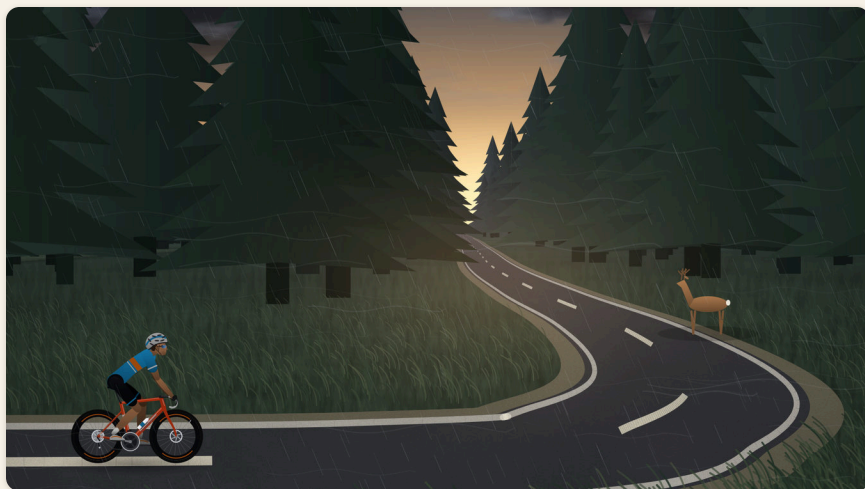
دا ډېره زړه ده.

وېرې زموږ نیکونه ژوندي ساتلي

تر هغه چې ته دلته راشې.

نو پوښتنه دا نه ده چې وېره به راشي که نه.

راځي به.



پوښتنه دا ده چې ته څه کوې
کله چې دروازه ټکوي.

وېره یو قاصد وگڼه.

دروازه پرانیزه.

پیغام یې واوړه.

بیا قاصد پرېږده چې خپله لاره ولاړ شي.

ځینې پیغامونه رښتیا دي.

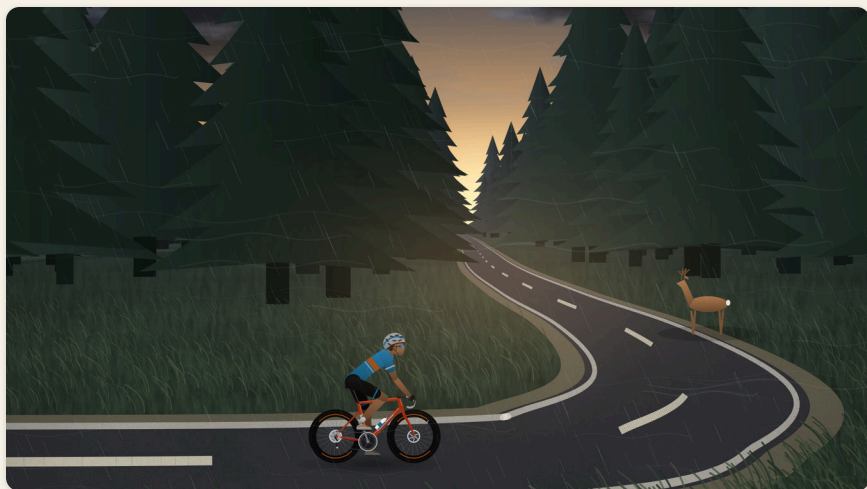
یخ نری دی.

نن شپه لاره ډېره تیاره ده.

بدن دې دمې ته اړتیا لري.

دا وېره دې ساتي.

مننه ترې وکړه، او غوږ ورته ونیسه.



نور پیغامونه زړې کیسې دي.

ته بس نه یې.

خلک به درېسې وځاندي.

د پیل لپاره ډېر ناوخته دی.

دا وېره دې نه ساتي.

یوازې ستا نړۍ کوچنۍ کوي.

دا توپیر زده کړه،

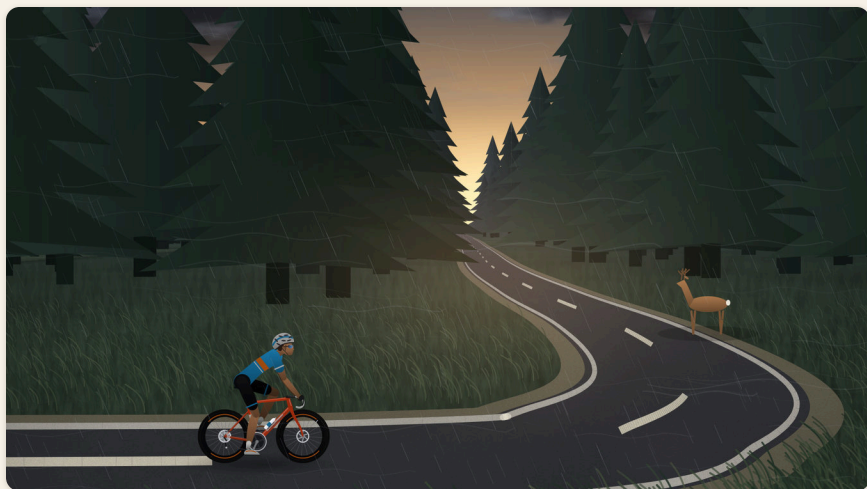
او نیم باد به ورک شي.

ایا له خپلو ستونزو باید ووېرېږو؟

درناوی یې وکړه.

ورته چمتو شه.

ترې زده کړه وکړه.



خو مه پرېږده چې د بایسکل لاستي هغوی ونیسي.

زړور هم هماغه وېره احساسوي چې ته یې احساسوي.

هغوی یې یوازې له ځانه سره اخلي

او بیا هم بل گام پورته کوي.

درې

بدن





درې بدن

زموږ لومړۍ ستونزې په بدن کې اوسي.

هغه ماشومه وگوره چې د تگ زده کړه کوي.

لوېږي.

پاخېږي.

بيا لوېږي.

سلگونه ځله.

هېڅوک يې نه ورنښي چې له ځمکې ووېږي.

بس پاڅېږي،

ځکه کوته يې انتظار باسي.

موږ يو ځای په لاره کې دا هېروو.



عضله هم هماغسې لويېږي لکه هغې چې تگ زده کړ.

تر خپل توان يو څه ډېر ترې وغواړه.

دمه ورکړه.

پياوړې بېرته راگرځي.

پورته ختل تمرين دی.

دمه هغه ځای دی چې زور پکې کېږي.

دواړو ته اړتيا لري.

بيا يوه ورځ بدن بدلېږي.

يو ټپ.

کلونه.

يو سهار چې لوړه تر پخوا ډېره ځوره ښکاري.



دلته ستونزه مخ اړوي.

نور خبره د ډېر زور وهلو نه ده.

خبره د غوړ نیولو ده.

درد پیغام دی.

درناوی یې وکړه.

کله مخامخ کېدل یعنې مخکې تلل.

کله یعنې ورو کېدل،

د پاملرنې غوښتل،

او له هماغه ځایه بیا پیل چې ته پکې یې.

کله چې لوړه راشي،

اسانه گیر ته واوړه.

دا لاس اخیستل نه دي.

دا هوښیاري ده.



ساره واخله.

گامونه لنډ کړه.

خرخونه روان وساته.

د غونډۍ سر ته

هماغسې رسېږې لکه له لمنې چې پیل کوي.

يو پېدل، بيا بل پېدل.

ڦلور

ذهن





څلور · ذهن

ذهن په لاره کې يو عجيب ملگری دی.
کولی شي يوه کوچنۍ غونډۍ
د غره په څېر وښيي.
د لوېدو تمرين کوي
مخکې له دې چې ته لا پيل هم کړی وي.
زړې ناکامۍ بيا بيا ښيي
ډېر وروسته له دې چې لاره مخکې تللې وي.
ډېر هغه څه چې ترې وېرېږو هېڅکله نه راځي.
خو موږ يې بيه مخکې ورکوو،
شپه په شپه.



نو ورو شه او وېرې ته وگوره.

نوم پرې کېږده.

په کاغذ يې وليکه.

ډېرې وېرې کوچنۍ کېږي

هماغه شېبه چې د ورځې په رڼا کې وليدل شي.

بيا يوه پوښتنه وکړه.

بل کوچنی گام کوم دی؟

نه ټوله لاره.

يوازې د پېدل بل څرخ.



ناکامي به راشي.

پرېږده چې درس درکړي، نه دا چې ستا پېژندنه شي.

هر سپور چې پای ته ورسېد

په لاره کې یو ځای لوېدلی و.

نیوکه به راشي.

گټوره برخه یې واخله.

پاتې یې د لارې پر غاړه پرېږده.

ناڅرگندتیا به راشي.

اړتیا نه لرې چې ټوله لاره ووينې

تر څو هغه برخه ووهې چې ستا مخې ته ده.



او که ستا په ذهن کې بار
ډېر وخت دروند پاتې شي،
لاس وغځوه.
يوه ملگري ته.
کورنۍ ته.
هغه چا ته چې د مرستې زده کړه يې کړې.
د مرستې غوښتل شاته تگ نه دی.
دا د مخامخ تگ بله لاره ده.

پنځه

روح





پنځه * روح

تر ټولو ژور بادونه هېڅ غوندې نه لري چې پرې وختل شي.

يو تاوان چې يوه چوپه کوټه پرېږدي.
يو موسم چې هېڅ شی پکې مانا نه لري.
هغه پوښتنه چې د شپې بيا بيا راگرځي.
ولې؟

دلته ډېر زور وهل مرسته نه کوي.
دلته مخامخ کېدل يو نرم شی مانا لري.

د چوپتيا پر لور.
پخپله د پوښتنې پر لور.
د هغه زړه پر لور چې درد کوي.



ورسره کهنه.

ورسره ساه واخله.

پرېږده چې هومره لوی وي خومره چې دی.

سیند له تیږې سره نه جنگېږي.

ورسره پاتې کېږي،

او په وخت سره ترې د تېرېدو لاره پیدا کوي.

هغو مرغانو ته وگوره چې یوځای سوېل ته الوزي.

یو یې مخې ته الوزي

او د نورو پر ځای باد زغمي.

کله چې سترې شي، شاته پاتې کېږي،

او بل مخکې راځي چې مشري وکړي.



هېڅ مرغه ټول سفر يوازې نه کوي.

ته هم يوازې نه يې.

يو څوک، يو ځای، نن شپه همدې باد ته مخامخ روان دی.

يو څوک مخکې له دې باده تېر شوی

او لاره يې يو څه اسانه پرېښې.

يوه ورځ به ته هم د بل چا لپاره همداسې کوي.

دا هغه ډالۍ ده چې په هره ستونزه کې پټه ده.

هغه څه چې درته يې وربښي،

ته يې نورو ته سپارلی شې.

شیر

مخامخ





شپږ · مخامخ

نو موږ څنگه مخامخ ورځو؟

نه يو ځل.

لکه سپور چې لوړه ختي.

لکه ماشوم چې تگ کوي.

لکه سيند چې سمندر ته رسي.

مخ وړ واړوه.

باد ستا تر شا ډېر شور کوي،

کله چې ترې تېښتې.

شاته وگرځه او وگوره.

ډېری وخت تر خپل غږ کوچنی وي.



نوم پرې کېږده.
 بدن، ذهن که روح.
 سمه لوړه کومه ده؟

ساه واخله.
 تر لومړي ګام مخکې یوه ورو ساه.
 ساه تل درسره ده.
 دا لومړی ځای دی چې پرې ودرېږي.

تر ټولو کوچنی ګام پورته کړه.
 دومره کوچنی چې نږدې خندوونکی ښکاري.
 کوچني ګامونه ټولې لارې جوړوي.



گیر بدل کړه.

اړتیا نه لرې هره لوره په بشپړ سرعت ووځي.

ځان برابرول لاس اخیستل نه دي.

له نورو سره ځغله.

مخکې ځای شریک کړه.

باد شریک کړه.

پرېږده چې یو څوک دې څه وخت بار واخلي،

او ته یې بار واخله کله چې د هغه وار وي.

د مه وکړه، خو لاس مه اخله.

د اوبو لپاره درېدل د سفر پای نه دی.



کله ناکله شاته وگوره.
وگوره چې خومره لرې راغلی یې.
هغه لاره چې ستا تر شا ده
ثبوت دی چې ته سخت کارونه کولی شې.

وراندې لاره





وراندې لاره

باد به بيا راشي.

تل راځي.

په بدن کې.

په ذهن کې.

په روح کې.

کله چې راشي،

پر خپل مخ يې احساس کړه.

پرېږده چې وېره هغه څه ووایي چې د ویلو لپاره راغلې ده.



بیا سر تیت کره،
خپله ساه پیدا کره،
او یو ځل بیا پېدل وگرځوه.
ته د ژوند پر خلاف نه ځې.
ته ژوند ته ور ننوځې.

او هره ستونزه چې ورسره مخ کېږي
تا داسې ځای ته وړي
چې هېڅکله به دې نه وای رسېدلی
که باد ستا تر شا وای.

مخامخ.
تل مخامخ.

د Grand لړۍ

کوچني کتابونه، وړيا خپاره شوي.

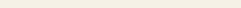
لږ ولوله، ډېر ژوند وکړه.

Grand · Breath · One Circle

Radiating Heart · Seed · Pendulum

No One Takes It · The Echelon

Gathered · Whirl · Toward



د دې کتاب په اړه

Toward • د ژوند د ستونزو مخالف باد ته مخامخ

دا کتاب جواد یوسفی د مصنوعي څپرکتیا (Claude, Anthropic جوړښت) په مرسته لیکلی دی. د دې کتاب مفکوره، لیدلوری او زړه د لیکوال خپل دي. له انگلیسي ژبې د مصنوعي څپرکتیا په مرسته ژباړل شوی دی.

© 2026 جواد یوسفی. د Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0) جواز لاندې خپور شوی. تاسو آزاد یاست چې دا د غیر سوداگریزو موخو لپاره کاپي، شریک او بدل کړئ، په دې شرط چې د لیکوال نوم یاد کړئ او د همدې جواز لاندې یې خپور کړئ.

انځورونه د همدې کتاب لپاره صحنه په صحنه رسم شوي دي: یو بایسکل چلوونکی په یوه لاره، د کروندو، سیندونو، ځنگلونو او غرونو د بدلهدونکې نړۍ له منځه، چې پاته په پاته پیاوړی کېږي. ټول انځورونه د همدې کتاب اصلي هنر دی.

دېر کتابونه په خپلو نومونو کې د Toward کلمه لري. دا کتاب له هغوی سره هېڅ تړاو نه لري.

creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0

jawadyousofi.com