ډاکترمحب زغم ۲۰۲۳/۰۳/۲۳

فکر او خیال

فکر او خیال کله کله د مترادفو کلمو په توګه کارول کېږي. د طب له نظره هم د تفکر او د تخیل، اومه توکي، میکانیزم او د ترسره کېدو ځای سره یو دی.
د تفکر او تخیل اومه توکي (خام مواد) هغه معلومات دي چې د پینځه واړو حسي غړو له لارې ماغزو ته لېږدول کېږي او هلته زېرمه کېږي. د ګلاب شکل، رنګ او ښکلا د سترګو په واسطه درك کوو، بوی یې د پوزې په لاره ماغزو ته رسېږي، لطافت یې د ګوتو د پوستکي په ذریعه رامعلومېږي، نوم یې د غوږو له لارې اورو او خوند یې په څکلو معلوموو. د ګلاب په اړه دغه ټول معلومات په ماغزو کې خوندي کېږي او چې بل وخت ګلاب وینو، پېژنو یې چې دا ګلاب دی. همدارنګه که د هغه بوی، خوند او لطافت هم محسوس کړو؛ نو وبه یې پېژنو. موږ دغه ټول معلومات په حافظه کې ساتو او د حافظې په مرسته یې بیا بیا یادولی شو.
د تداعي میکانیزم هم د تفکر او هم د تخیل لپاره کارېږي. موږ چې یو شی یا یو مفهوم یادوو، سم له واري ورسره نور شیان او نور مفاهیم مو هم په ذهن کې تېرېږي. دغه نور شیان یا مفاهیم له لومړني شي یا مفهوم سره د مشابهت، تضاد او مجاورت د رابطې پر اساس رایادېږي. که ګلاب یادوو، ورسره د یار شونډې مو په ذهن کې ګرځي، ځکه چې د رنګ او لطافت له نظره سره ورته دي. د ښکلي په یادولو سره، د هغه ضد یاني بدرنګه مو هم رایادېږي، یا مثلاً له اور سره اوبه او له شپې سره ورځ. د مجاروت رابطه داسې ده، چې مثلاً له مامور سره ریس، یا له کتاب سره قلم، کاغذ، مېز، چوکۍ، معلم... اتومات رایادېږي.
د ماغزو فرانټل لوب frontal lobe (د ماغزو مخکینۍ برخه چې د تندي او ټیکونو تر منځ واقع ده) د تفکر او تخیل دنده پر غاړه لري.

نو د تفکر او تخیل تر منځ توپیر څه دی؟

له دومره مشابهتونو سره سره، فکر او خیال له یو بله اساسي توپیر لري. فکر د شیانو او مفاهیمو له اصل یا واقعیت سره کار لري؛ خو خیال د هغو له کاپۍ سره. موږ خپل مهم اسناد کاپي کوو، چې راڅخه ورك یا خراب نه شي. د ماغزو لپاره هم ټول معلومات مهم دي، ماغزه مو خپل معلومات ورکېدا یا خرابېدا ته نه ورپرېږدي.
موږ چې د انسان په اړه فکر کوو؛ نو د انسان موجوده فزیکي واقعیتونه له پامه نه شو غورځولای. زموږ په ماغزو کې دغه فکر نه ځایېږي چې انسان دې ښکر یا وزر ولري؛ خو په خیال کې مو انسان وزر لرلای شي، الوتلای شي، ان لمر ته ورختلای شي. فکر د لمر په اور کې د نازك بني ادم ژوندي پاتې کېدل نه مني؛ خو خیال یې منلای شي.
فکر جاي نماز نه شي په هوا کولای؛ خو په خیال کې څنګه چې سړی دوه رکعته نفل کوي، جای نماز یې الوځي.
موږ په خیال کې له مفاهیمو او واقعیتونو سره هره لوبه چې وغواړو کوو یې؛ خو د هغوی اصل ته تاوان نه ور اړوو. که په خیال کې سړي ته ښکرونه ورکوو، که یې الوځوو، که داسې بدن ورته ورکوو چې د ټانك او توپ مرمۍ پرې اثر نه کړي؛ خو د فکر او تعقل وار چې راغی، پوهېږو چې دا هر څه ناممکن دي یا حد اقل زموږ په زمانه کې ناممکن دي.
ډاکتر الن لیسلي د تخیل لپاره درې مرحلې ټاکلي دي:

۱ .اول باید یوه کامره ولرو، چې د شیانو یا مفاهیم انځور راته تیار کړي. شیان یا مفاهیم د حسي غړو له لارې درك کوو، هر حسي غړی د کامرې حیثیت لري. البته دلته انځور یوازې د شکل او بڼې مفهوم نه لري، بلکې بوی، خوند، غږ، قوام (کلکوالی یا نرموالی)، مفکوره او نورې ځانګړنې هم رانغاړي.

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولئ

۲ .د انسان ماغزه د دې وړتیا لري چې د مفاهیمو او شیانو کاپي وباسي. د فیزیولوژي پوهان په دې باور دي، چې دغه ځانګړنه یوازې د انسان په ماغزو کې شته، نور ژوي دغه وړتیا نه لري. د شیانو کاپي کول یو ذهني مفهوم دی، په دې مانا چې که موږ یې په خیال کې بدلوو رابدلوو، اصلي مفهوم به یې پر خپل حال پاتې وي.
۳ .د مفاهیمو یا د شیانو په کاپۍ باندې د خپلې خوښې لوبې کول، د تخیل دریمه مرحله ده. په دې پړاو کې پر شیانو یا مفاهیمو هر څه چې وغواړوو کولای یې شو، بې له دې چې د هغو د ماهیت په اړه مو نظر بدل شي.
مثلاً یو ماشوم وینې چې په پارك کې پر بایسیکل چکر وهي. خپل ماشومتوب دریادېږي. په خیال د ماشوم پر ځای ته پر بایسیکل سپرېږي، ته هماغسې کوچنی یې. بایسیکل ځغلوي، وار په وار یې تېزوي، هنډل یې ځان خوا ته کشوي، د مخ تېر یې په هوا کېږي، پېډل وهي، بایسیکل هوا ته پورته کېږي، وار په وار له ځمکې لرې کېږي، باغ، کورونه، انسانان هر څه وار په ورا وړوکي کېږي. د وربېځو له پاسه چکر وهي.
په دې خیالي سفر کې، اول تا ماشوم او بایسیکل ولیدل، دا د تخیل لومړی پړاو دی.
بیا دې په ذهن کې له دې واقعیت څخه یوه کاپي اخلي، دا یې دویم پړاو شو.
د واقعیت په دې کاپي کې بدلون راولي، د ماشوم پر ځای ته په خپله ماشوم کېږي، د هغه بایسیکل ستا شي، ته ورباندې د اسمان چکر وهي. دا د تخیل دریم پړاو دی.
دلته د واقعیت کاپي کول درسره مرسته کوي، چې خیال له حقیقته بېل کړي. تا په تخیل کې دومره چکرونه ووهل؛ خو پر دې پوهېږې چې دا واقعیت نه دی، واقعیت دا دی چې ته لوی یې، ماشوم نه یې او بایسیکل هوا ته نه شي پورته کېدای.
اوټیزم autism او شیزوفرین schizophrenia د نارمل حالت پر خلاف دوه متضاد قطبونه دي. په اوټیزم کې (auto)په یوناني ژبه کې ځان یا خپل ته وایي (سړی د تخیل وړتیا نه لري. دا یوه ارثي ناروغي ده، چې د تخیل د وړتیا لېږدونکی جین gene په کې
بدل وي. داسې کسان به تل په ځان کې ډوب وي، د نورو په اړه به فکر نه شي کولای، د ژبې په زده کړه کې به ستونزې ولري، د استعاري، مجاز، تشبیه او کنایې مفهوم به نه شي درك کولی. له نورو سره رابطه به نه شي ټینګولای. دوی په ماشومتوب کې د نارمل ماشومانو په څېر نه شي کولای چې نانځکه خپله لور وګڼي یا د لرګي پر ټوټې د موټر ګومان وکړي او ویې ځغلوي. په لوبېنه کې که ورته ووایې چې د یار مخ مې د سپوږمۍ په شان دی، درپوري وبه خاندي.
Schizophreniaد تخیل افراطي بڼه ده، چې ناروغ حقیقت له خیاله نه شي بېلولای. هغه که په خیال کې د پېریانو پاچا وي، ګومان کوي چې په واقعیت کې هم دی. دلته ماغزه خپل معلومات له خرابېدا او بدلېدا څخه نه شي بچ کولای، خیال د دې پر ځای چې د شیانو په کاپي باندې کار وکړي، په اصل باندې یې کار کوي. که د شیزوفرین ناروغ لکه پورتنی مثال په خیال کې پر بایسیکل اسمان ته وخېژي، ګومان کوي چې ریښتیا یې دغه کار کړی دی. د شیزوفرین ځینې ناروغان د بزرګۍ او پیغمبرۍ دعوا هم کوي. دوی کله کله دومره قوي استدلال کوي، چې عادي انسانان قانع کولای شي.

تخیل ګټه لري که تاوان؟

تفکر د باید پر اساس کار کوي او تخیل د شاید. تفکر یوازې پر ممکناتو فکر کوي یانې مفاهیم او شیان څنګه چې دي، هماغسې یې ګڼي؛ خو تخیل انسان ته د دې مجال ورکوي چې پر ناممکنو مسالو او پر فرضیاتو هم غور وکړي. هره علمي اختراع په اول سر کې په خیال کې ګرځېدلې او وروسته فکر هغه ممکنه کړې ده. پوهان د تخیل په مرسته د پدیدو تر اوسنیو واقعیتونو ها خوا فرضیې جوړوي، بیا د فکر په مرسته هغې ته انکشاف ورکوي او د تایید یا رد لپاره یې دلیل او مواد برابروي. سپوږمۍ ته ختل یو وخت یوازې په خیالي نکلونو کې ځای لاره؛ خو فکر د ممکناتو په مرسته ورته وسیله جوړه کړه. عقل ویل چې اټوم نه تجزیه کېږي؛ خو انشټاین اټوم تجزیه کړ او خورا ځواکمنه انرژي یې ځنې تر لاسه کړه. دا د هغه د تخیل کمال و. که د بایسیکل مثال په پام کې ونیسو، خیال مو هغه په هوا کړ؛ خو فکر ورته لارې چارې سنجوي، چې څنګه کولای شو، بایسیکل ته دومره سرعت او ځواك پیدا کړو چې هوا ته پورته شي. ایا دا به امکان ولري، چې بایسیکل د هوا مقاومت مات کړي او د ځمکې د جاذبې پر خلاف پورته لاړ شي؟ دې ته ورته پوښتنې او د هغو د ځواب موندل د تفکر کار دی.
پر طبیعت باندې د برلاسۍ لپاره فکر او خیال دواړه لازم او ملزوم دي. غربیانو د دوی تر منځ توازن ساتلی دی؛ خو موږ پر خیال باندې ډېر زور اچوو. موږ په خیال کې ځان ته سوکاله ژوند جوړو؛ خو په عمل کې ښه ژوند نه لرو، ځکه چې له فکره کار نه اخلو. خیال په ډېرې اسانۍ سره جوړېږي؛ خو فکر زیار، پوهه، معلومات، تسلسل او ریاضت غواړي. زموږ یوه کمزوري دا ده، چې فکر ته مو وده نه ورکوو او بله یې دا ده چې هم د شیانو او هم د باورونو په اړه محافظه کاره یو. زما پلار چې لوړې زده کړې هم لري او تر ډګروالۍ رتبې پورې هم رسېدلی دی، د موبایل نور کمالونه نه پېژني، یوازې د خبرې کولو او

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په ځیر و لولئ

زنګ وهلو چل يې ورځي. اکثر پخواني ماموران له کمپيوټر سره نه پخلا کېږي. پخوا چې غريبي ډېره وه، خلکو به خپل اولادونو نه پرېښودل، چې په راډيو، ټېپ يا ټلويزيون کې ګوتې ووهي. يوازې به د کور مشر د دغو شيانو د چالانولو او بندولو حق درلود. اولادونو به لا ورته لاس نه و وروړی، چې دوی به پرې غږ وکړ: مه کوه چې خرابېږي. د وسايلو د خرابېدو وېره زموږ په اکثرو خلکو کې په لاشعوري توګه خوندي ده، ځکه خو د تجربې جرات نه لري. موږ خپلې مفکورې هم په اسانه نه بدلوو، د زړې مفکورې له خرابېدو ډارېږو.

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړيکه ټينګه کړئ maqalat@afghan-german.de
يادونه: دليکنې د ليکنيزې بڼې پازوالي د ليکوال په غاړه ده ، هيله من يو خپله ليکنه له راليږلو مخکې په ځير و لولئ