

دا يو غږپ غږورنا، (دعا ځان سپارل دي)

تاسو ( ) ته، په ټول درنښت ډالۍ شو؛

د زړونو او ذهنونو، د روښنايي په نيت يې وځښئ!

مينه اکادمي

# دعا ځان سپارل دي

Ketabton.com

نذرانه وال: محمد انور وفا سمندر

**د خدای تعالیٰ په نامه ،**

**چې له نامه نه یې ، د خالصې مینې ورحمت عطر ، زموږ پر زخم زخم زړونو ، را  
اوري!**

## دعا؛ يعني ځان سپارل

ای هغه، چې ټول نومونه،

او ټول کلامونه،

او ټول غږونه، ستا د بې نومه نوم، تلاوت دی!

ځان، ذهن، حواس، روان... هرڅه سپارم!

غواړم ستا د ارادې په باد، سپل او توپان کې، ریزمریز شم!

غواړم د ارادې غوړېدلی فصل دې شم!

غواړم شېبه شېبه، ددغه عشق خوراک واوسم!

غواړم دا مینه، راته فکر شي،

راته ذهن شي؛ شعور شي،

اراده شي او دريځ شي؛

د ما کړنې شي.

او: غواړم شېبه شېبه دغه وینښه ولرم.

## هغه، حتا تر تصویره هم نېردي

هره نعره او هره چيغه، د هستۍ مبدأ پسې ده!

درحالی چې «هغه»، نېردي دی،

بڼه بڼه نېردي؛

حتا زموږ د افکارو له غږه هم نېردي دی.

غوږ نیول، د وینا خالص شکل دی.

## هستي د خدایي مینې مادي څېره

عشق، د بې قیدو شرطه لورینې، نوم دی.

او مینه، د اگاهی خالص وضعیت دی.

هر ژوندی موجود- په فطري ډول- مینه کولای شي.

## سپېڅلې بې غرضي

ژوند د سپين غږ،

هغه نامکتوب او جنتي غږ،

نعره ده.

ژوند، د خدایي ارادې گلستان دی.

تیتولور،

اصیل و بدل،

مثبت و منفي،

یو مخ، ذهني مفاهیم دي.

ژوند سپېڅلی دی او دا سپېڅلتیا، هغه مهال تجربه کېږي، چې

ژوند ته په بې غرضی وگورؤ.

## د زړه وړوکی کیهان

د زمانې د حکمت په وینا:

«توله تالیف شوې پوهه و خرد او حکمت، له حقیقت سره نه شي برابرېدلای.»

حقیقت موندلو له پاره،

د ژوند ناتالیف شوې نغمې ته، غور شی.

هغه نغمه، چې د چنار د پانې، له نڅا نیولې،

د «ایوب لیوني!» تر شربت غږه پورې، ټول ژوند یې، غږوي.

## خدایي ارکستر

ژوند خدایي ارکستر دی.

د ټول ژوند په اورېدلو سره- هغه هم له هر راز غرض پرته-

عشق، حکمت او آزادي زموږ وړوکی،

دنني جهان ته جاري کېږي.

د کار پیل، د یوه خلاص او مهربانه زړه لرل دي.

## د هر رنځ دوا

لويه خدايه!

ستا مينه هرڅه ته پوره ده!

مينه، د ټول ژوند بښاپست ده.

مينه، د ټول ژوند اړتياودوا او خدايي ابادي ده.

## ټوله بښپگنه

ژوند، په مادي- ذهني وضعيت کې،

د روح له خوا، جوړ داستان دی.

موږ خپل تل کې، د پټ خالص غږورنا،

هندسي شکل ياستو.

مينه، د ټولې هغې بښپگنې نوم دی،

چې موږ به يې د فکر، وينا، دريځ،

او عمل له لارې، څلوو.

## انسان د خدايي غږ کنډولی

زړه مې ؤ، د مينې اکادميسن چېرې غلی وپوښتم،

چې ته ولې ځان او خپل سپين شعور، په خلکو خورې؟!؟

والله که دې څوک په مولى هم وحسابي!

هغه چې را پيدا شو، په دې راته لگيا شو:

«پرېرده، چې ټول راته ليوان شي!

پرېرده، چې ټول راشي، ما لوت کړي،

څرمنه را نه وباسي.

اندام اندام مې، شنې غوښې وغورځوي،

او خپل نفس غضب، ورباندې تش کړي!

زه به څه له لاسه ورکړم!؟

زه څه لرم، چې له لاسه يې ورکړم؟

انسان څومره مادي عقل دی، چې ځان ماده- ذهن گني!

ځان ماده او ذهن گڼل،

د مرگ له پاره، د ښکار غوښه جوړوي!

انسان نه دادی، نه هغه دی؛

فقط له اوبو، خاورو جوړ منگوتی دی. او بخت یې په دې جوړېږي،

چې د خدایي غبرونا، د مقدس څښاک کنډولی شي.

## جهان د خدایي ارادې شکل

مور د خدایي ارادې په پیداوارو کې (شتون/بودن) لرو.

پرته د خدای له ارادې، بل هېڅوک-هېڅ شی، نه دی ونه شته!

مور دروغو ښکار کړي یو. دنیا مادي گټه،

او د شهرت چاغښت گڼو!

یوازې خدای شته!

او ژوندی اراده یې،

چې د جهان په بڼه ځلېږي!

جهان، د خدایي ارادې، حاضر گلستان دی.

## هرڅه د خدای په اراده کې

د مینې اکادمیسن، سهارنی دعاگانې هم، بې څه نه دي. وایي:

«ای هغه، چې ټوله (پوهه، ازادې او مینه) له تا را بهېږي!

زه ستا په غوښتنه خوښ یم.

ځکه، چې هېڅوک او هېڅ شی،

ستا له ارادې نه شي مخکې کېدای!»

## د ځان ابدیت

آیا دا رښتیا دي؛ دغه (وجود) زما دی؟

له کومه مې کړ؟

رښتیا؛ زه څه شی یم؟

هغه بې وزنه، بې جسمه، بې شکله (هسته)،

چې د ابدیت له کوره،

دغه بدن کور کې، دېره شوې.

دا هغه (زه) دی،

چې د ساینس او عقل او منطق له سواد، لوړ دی.

یوازې مینه کولای شي، دومره رڼا جوړه کړي،

چې د «ځان»، ابدیت ولیدل شي.

## مینان د هستی کاشفان

غواړم عاشق واوسم!

عاشقان، د خدایي ارادې حاضرې څېرې دي.

قدرت یې اخلې، لکه د بل ژوند، آزادي و مال، چې اخلې!

عشق یې ورکوي! لکه؛

نورو ته خندا، بڼه احساس، آسودگي، ډاډ، آزادي او خونديتوب او خپل هرڅه.

مینان، د هستی کاشفان او فاتحان دي.

مین په خپل فکر، دریغ و عمل سره، خدایي اراده معرفي کوي.

## ابدیت کې هستوگنه

غواړم د معنوي آزادي اگاهی ته ننوږم.

په معنوي آزادی سره، د هستی حقیقت ترلاسه کېږي.

د زمان و مکان سیوری الوزی،

او حقیقت په دغه شېبه بدلېږي.

بیا ته دغه شېبه، هرځای، او هر وخت، حضور لري.

دا په ابدیت کې، هستوگنه ده.

## د ټولو هرڅه

ای د مینې هرڅه!

مرسته راسره وکړه، چې شيبه شيبه دې،  
په خالصه مينه راوينن، او خبر واوسم!  
غواړم د مينې ستر سپلاډ ته دې لاره،  
گودر او مجرا واوسم!  
ته په مينې سره هرڅه،  
او د ټولو هرڅه يې!

### خدای چې لري؛ وېرې نلري!

ای له هر راز ستایلو، وېلو او پېژندلو کامله!  
غواړم شېبه شېبه- په ټوله هستی او هرڅه، مین واوسم!  
غواړم شېبه شېبه وینن واوسم،  
چې افکار مې،  
انگېرنې مې،  
باور مې،  
دریځ مې، او کړنې مې؛  
د بل هېڅ وگړي، (سر، آزادی-ومال) ته تاوان وانه پوي!  
بیا نو له هېڅ شي نه وېرېم!

### د ابدیت ناتمامه دېدبه

ای مینې او د خالصې مینې خاونده!  
که یوه شېبه بې مینې، تېره کړم؛  
نو خپله لاره دوزخ ته خلاصوم.  
عشق کامل دی.  
او دا هغه وخت درک کولای شم،  
چې ځان خوشې شي،  
د ابدیت په ناتمامه دېدبه کې.



## د خدای پر مینه ایمان

«دعا:

ای د نورو کلام ستره دریابه!

دغه شېبه مرسته وکړه، چې پر مینه دې، خبر او باایمانه، اوسم!

غواړم دا مینه راته فکر شي، باور وگرځي!

غواړم دا مینه، ټوله اراده ووينم!

غواړم له ژوندۍ مینې ته، فکر شم، ژبه شم،

لاس شم او پښه شم!

غواړم ناتمامه هستي، ددغې مینې ژوندی سرود ووينم!

غواړم (مینه) ووينم.»

(د مینې اکادميسن تليفوني دعا)

## د مینې لیدلو دعا

ای تر ټولو نومونو او کلامونو لوړه څښتنه!

شېبه شېبه مرسته وکړه، چې پر مینه دې خبر او ایمان ولرم.

غواړم دا مینه راته فکروباور، کړم.

غواړم دا مینه خپله اراده ووينم.

غواړم ددې مینې له پاره فکر، ژبه، لاس او پښه شم.

غواړم ناتمامه هستي، ددغې مینې ژوندی نښه، ووينم.

غواړم (مینه)، ووينم.

## له خدایي مینې پرته بله هره دعا دروغ ده

«زه خپل زړه او لاسونه، خدایي ارادې ته ډالی کوم.

زه هېڅ نه لرم او هېڅ نه غواړم.

زه د خدای تعالی په غوښتنه، خوښ وراضي یم.

یوازې خدایي غږورنیا،

چې د هغه د عشق ورحمت، له سمندرې را اوري،

بقا را کولای شي.

له دې پرته، بله هره غوښتنه، دروغ ده!»

## ځان د خدایي غږورنا ابدی بخرکی

لویه خدایه!

زه څه یم، چې څه وغواړم؟

ځان، د خدایي غږورنا، تالندو او برېښناو،

موجونو او ګرڼګونو ته سپارم!

زه څه یم، چې څه وکولای شم؟!

ځان، خدایي غوښتنې ته سپارم!

زه څه یم، چې څه وکولای شم؟

ځان، د خدایي غږورنا، سمندر له پاره، پاک کنډولی غواړم.

## ځان د خدایي ارادې فصل

لویه خدایه!

ستا اراده، ژوندی معجزه ده.

ستا اراده د غږورنا، په څپو سپره،

د عشق ورحمت، له اقیانوسه،

را روانې د حیات، اوبه دي.

او ټولې هستی ته سا ورکوي.

د مهربانۍ له مخې، زما ذهن، احساس، عاطفه، روان او اراده،

ددغې سترې معجزې، کښت او فصل وگرځوه!

## گل د عشق کلمه

اوس دا لمر ده، چې پر گلونو یې اور بل کړی؛

که نه گلونو، په لمر اور بل کړی!؟

آیا د (گل)، د سوزولو څوک دي!؟

گل هماغه عشق ده.

عشق تر اور- اوبو وتلی.

اورواوبه- يو بل خورلو په شېبه کې به،

څه سره وايي؟

## ميين د هستی د اشنا او نااشنا رودونو لامبوزن

د خوب سپورمکی، د مکان وزمان ها غاړه، سياحت راباندې کولای شي.

که په پښو څو، نو پېړۍ يې وبولی،

چې پر دغې خاورينې دنيا راتاو شو!

د زړې زمانې قاطر، آس، بگی،

يا راوروسته باپسکيل، موټرسايکل، موټر،

يا تر هغو قيمته بېړۍ، الوتکه،

يا د اوس زمانې سپورمکی،

دا ټول لېږدونکي خره دي، چې لاره لنډوي.

خو د خوب سپورمکی په شېبه کې،

له مادي حواسو او ذهني عقله هاغاره، نااشنا جهانونه راباندې وړيا گوري.

دې بې شانه سفرونو ته مو، څومره پام ور غلط کړی؟

يووازې ميينان زړونه، دومره وس لري.

ميين واوسئ،

ويښه او خوب به مو د هستی، د تازه اړخونو کشف او پېژندل وي.

## د نفس وړی لیونی

چې له دې څلوبيښت کلن «اور- بحران» فصله، وتي وای!

او داسې يوه گوښه کې مو، ډډه وهلي!

او بيا مو د اوبو پر ډډو،

او د ونو- بوټو پر رنگينو کاکولونو،

د لمر د مچکو نڅاه ته،

د زړه غوړونه سپارلي وای.  
ووايي، د چا کور به وران شوی و؟  
اخ! ژوند، خوښي، ارامي،  
آزادي او هوسايي،  
د چا د بخل خوراک شوه!  
اه، دا نفس څه ازدها، وړی دی!!

### مینه او ذهن ټکاني

افکار مو د سبا ورځې درمند دی.  
اوس نو دا ووايي څه شی ارزي، چې ذهن کې ځای ورکړو؟  
آیا ځانونو سره دومره مینه لرو، چې سبا ورځ،  
د مينې حاصلات، ټول کړو؟  
نو وخت يې نه دی، چې يوه ښه،  
«ذهن ټکاني» وکړو؟

### د لمر طلايي روپی

مور هره هره ورځ،  
دا طلايي سکه- له خدايه- ډالی ترلاسه کوو!  
د لمر روپی، د ژوند د کروندې جنت دی.  
مینه، يعنې د مينې ورکړه- پرته له څه توپير او حساب نيونې!  
لر وړيا اوري؛ ځکه نو «شته!»

### سهارنی ډالی

هر چا و شي او هر منظر کې، راتوله ښکلا،  
تنوع جوړه کړې.  
گلان او بې شعوره بوتې،  
کولای شي د يو بل له تنوع سره، ښاد ژوند ولري،

خو زما بنيادم ورور،

نه شي کولای، خپل څنگ کې، د فکروخیال،

تنوع وويښي!

له څلوېښت کلنې غمیزې،

ددغې ذهني-نفسی، نژادپالنې، خوسا بوی پورته دی.

څه فکر کوي، څه وخت به،

د فکرونو تنوع، پر دغه (ډبرزمکه) رواښت مومي!؟

## ژوند آسماني څاڅکی

ژوند، آسماني څاڅکی دی،

راشي، د زمکې پر اتشفشانونو-سیندونو،

هماليا څوکو،

او ساحل شگو کې پټ شي.

د بزگر د لاس تڼاکې غنم شي،

وربشې شي،

او يا د چا د شوق په اور کې،

خمخانو ته، ورولوېرې!

ژوند له آسماني کوره را وغورځي،

د پسرلي غاټول شي،

يا د واخان د مارکوپولو غرڅي،

ښکلا راوړي.

ژوند، زمکنی څېره راوړي:

د زرگر تر زیرک نظر لاندې،

«کوهې نور» شي، يا د بدخشان لعل ومرجان!

ژوند د غېروړنیا بې متنه، بې غېره،

او بې شکله شعر دی.

او خاورینه دنیا کې، د «رومي» په ژبه، «مثنوي» شي،

يا د ليوني «غني» له زړه نه،

د (وجودكعبه)، فواره وكړي،

يا ساده سپين سپين، گلان شي.

ژوند؛ خدايي برکت.

بايد له ځان او نورو سره، روغه وكړو: همدا نن، همدا اوس!

كولاى شو، ميبنان يې، كولاى شي!

## طلایي رنگ او منی

منی، د فصل د پخیدو رنگ دی.

الماس، طلا، نقره...

د مادې د اوږده درد او زحمت محصول دي.

نو چې څه وخت به، زموږ دا نیمه پېړۍ غځېدلې اورنی درد،

د سپين عقل، حاصل راوړي!؟

آيا اماده ياستو، چې د هر بل وگړي،

(سر، ازادي او مال) ته، د درنښت په سترگه وگورو!؟

ذهن وايي:

زه اماده يم؛ خو نور «بد» دي!

زړه وايي: «هو!»

لويه خدايه!

د بل چا سر، ازادي او مال، پر ما حرامه وگرځوي!

## وخت يې دی؛ له يو بل ډډه كول

که خپله دغه ليونۍ او له کنترول و تلې انرژي،

د شخړې او بحران د جوړولو له کاره،

د اقتصادي او فرهنگي توليد خوا ته، راوگرځو،

دنیا به مو گلستان نه شي!؟

آيا خانونه د يوه داسې ژوند وړ نه گڼو، چې  
د ټولو [سر، فکرومال] په کې خوندي وي؟  
که داسې وي؛ نو دا نيمه (انقلابي!) پېړۍ،  
په ځناورتوب نه ده مصرف شوې؟!  
راځئ، مينې، پخلاینې او د يوه بل له سر، ازادۍ او مال،  
ډډې کولو ته، ملا وتړو!

### انسان د نفس مستعمره

ولې نه شو کولای، د طبيعت دغې ارتې غېر ته، گام کښېږدو؛  
د وښو پر ځڼو ډډه ووهو؛  
د ځړوبي، بې شعره موسيقۍ ته، غور کښېږدو؛  
او ددې هرڅه شکر ادا کړو؟!  
نيمه پېړۍ وشوه، چې ايډيالوجي، د ژوند او ژوندو ترمنځ، (ذهن دوزخ) ودرولی، دی.  
د انسان له هر قتل، د هغه پر فکر پابندي لگولو او مال چورتالان څخه؛  
د ذهني نفس، ککړ بوی راځي.  
خدایي ژوند، د نفس په مستعمره بدل شوی!  
هی هی، مينې ته څومره تېري يو!  
خو د مينې قانون وايي، چې د مينې ترلاسه کولو له پاره به،  
لومړی خپله مينه کوې.

### کتاب هم دوزخ کېدلای شي

نننی تمدن تقریباً ټول له کتاب او د انسان له خلاق تخيل نه راوتی دی.  
خو دا د تېرې نيمې پېړۍ شخړې او ناوړينو نه هم له کتابو راوېرېدل.  
داسې ورځ هم شوه، چې پر کاغذ د توپ او ټوپک رسمونه،  
راشته او د ماشومانو پر زړونو او ذهنونو،  
ور واکسين شول.  
د داسې ورځ په هيله، چې کتاب د فرهنگ، مدنيت،

او ژوندي روحانيت متنونه،

شعرونه او لارنقشې، شي!

## ذهن د فيل خرطوم چټل نويس

خني زړونه د لوستلو وړ دي.

مينې اکادميسن ته چې گوري،

گنې چې د اوبو شعر څښې،

او د عشق ورحمت له اقيانوس سره، رازونياز، لرې:

«لويه خدايه!

غواړم ټولې هستۍ ته وقف واوسم!

غواړم دا نن؛ دا اوس ورته خوله وژبه شم،

لاس او پښه شم او د ځان په نامه، هېڅ ونه وايم!

ستا هستي دې، ما خپله لاره کړي،

له ما دې وغرېږي،

او خپل ژوندی کتاب دې،

د يوه يوه ژوندي، د زړه غور ته ورسوي!»

هستي د عشق له مسوليتنه ډکه-زما، ستا، هغه-

په بڼه څرخېږي.

خو؛ زموږ د کارخانگي کتابچه، د مولانا رومي،

د فيل د خرطوم<sup>1</sup> په چټل نويس، ډکه ده!

## د ازادۍ وږمه

ژوند، څه رنگينه نقاشي ده!

نن په زړه عجب خوند راگرځېدلی دی؛

---

<sup>1</sup> مولانا رومي، د تمثيل په بڼه تياره کې د يوه ودرول شوي فيل کيسه راوړي، چې څوتنه يې نندارې ته وروستل کېږي. ليدونکي، چې په تياره خونه کې يې- د چا لاس د فيل په خرطوم، د چا د فيل په لکۍ، د چا د فيل په سترگه... لگېدلی و، رڼا کې د فيل په اړه خپلې تجربې بيانوي. يو وايي فيل غټه سترگه ده. بل وايي چې فيل خرطوم دی، بل وايي چه نه فيل غټه پښه ده... له دې تمثيله د مولانا رومي مقصد، د يوه خدای په اړه د بېلابېلو ذهني واصولي مذهبونو، د نيمگړو تصوراتو او انگيزنو ته اشاره وه.



لکه چې زما گاونډ کې د یو لوی ولس،  
پر ذهن او روح راتاوی شوي ځنځیرونه،  
د ازادۍ د وړمې په وړاندې، ایمان بایلي!  
(ایران کې د بنزینو په بهانه راولاړی شوی ولسی پاڅون په یاد)  
خدایه، ستا اراده دې د د ټولو له پاره، د ژوند پسرلی شي.

## هرڅه د خدای په خاطر خوشې کول

شپه ده.

او د هر راز فزیکي، ذهني او حسي فعالیت پرېښوولو شپه.  
نو د غبروړنا د استاد په خبره: « هرڅه چې لرم، ټول د خدای په خاطر، خوشې کوم. »  
شپه مو د غبروړنا په بې شکله دنیاگانو کې،  
له مینې ډکې غورځې پرځې واوسه!

## روح د خدایي مینې په غېږ کې

هغه څه چې خدایي سپري، د غبروړنا له غسل وروسته، ترلاسه کړل:  
«خدای تعالیٰ په هرڅه پوه ؤ.»  
ځکه نو د خدای د مینې ځواک، زما افکار اداره کول.»  
کاپي

## ډالی!

هغوي ته چې هېڅ مهال یې، د چا د تن، ذهن، روان،  
او عاطفې په قتل، لاس نه دی پورې کړی.  
ډالی؛ هر هغه انسان ورور ته، چې ځان پرې گران دی،  
خپل خلک پرې گران دي،  
ژوند پرې گران دی.

او د ژوندو عاشق څښتن ورباندې گران دی!

## شکر خدای ته نېردي عبادت

خدایي سړي ووبل:

«زده مې شول، چې په هر حالت او هرځای چې اوسم، خوښ او راضي واوسم.»

کاپي

## بيخي نوې ورځ

زه د خدای په غوښتنه، خوښ يم.

آیا بله غوښتنه شته؟

خدایا، ستا غوښتنه غواړم!

ذهن، خوله، دریځ او کړنې،

لاس - پښې،

ستا، غوښتنې ته سپارم!

## د روح تل جاري نغمه

«هغه داسې خاموشه همسفر ؤ، چې د خولې سازونو، د بې اهنګه غږولو،

یا ګډو وډو سندرو په خاطر یې، شکایت نه کاوه.

هغه زما د زړه زمزمې ته غوږ ایښی ؤ .

ما د هغه خالص روح، د هغې مینې په خاطر، ژوندی کاوه،

چې د هغه له دننه را وتله.»

## په شېبه کې هرڅه نوي دي

نوی او دغه تازه سهار مو،

نوی او دغه بې جوړې ورځ مو،

نوی او دغه تازه پیل شوی برخلیک مو،

د ژوند، خوښۍ او مینې-لورینې، له نغو ډک اوسه!

## اوس د هرڅه د پېلېدلو زمان

«دغه نن، دغه اوس؛

سر له دې اوسه؛

داسې يو ژوند جوړ کړه،

چې خوښېږي دې!»

## اوس، نوې زمانه

ورځ نوې ده، دغه شېبه نوې ده؛

نو ټوله هستي نوې ده.

## د هرکار له پاره مينه مخکېنه کړه!

خو آيا زه او ته هم نوی يو؟

فکر، انگېرنې، اخلاق، دريځ او چلند مو، نوی دی!

او که دودپال، بې-روحه او ناخوښه!؟

اجازه راکړئ، چې دغه نوې ورځ کې، ځان او تاسو ته،

د يوه نوي فکر،

نوي دريځ،

او نوي چلند، مبارکي ووايم.

په یاد مو وي؛

که مينه را په کې مخکېنه وي،

نو هرڅه به مو نوي، ځوان او له انرژۍ ډک وي.

## ځان ورخوشې کړئ، د کیهان غېږه پرانستې ده

شپه ده.

او د خيال بېړۍ، د خدايي زمکو په ناپايه قلمرونو کې،

الوت ته آماده.

مور- د روح په توگه- ددې وس لرو چې

د خوبونو کړکۍ له لارې،

د زمان و مکان له اقلیمونو،  
د غږورنیا جنتونو ته، ور وغورځوو.  
له ذهني-حسي ککړتیاو او بارونو خوشې شئ!  
او غږېږې خلاصې کړئ،  
چې د لېرې زمکو کوهنوردان مو،  
(خدایي کور) په لور، د لوړولو مسؤلیت، په غاړه واخلي!  
په دې چلند سره موږ یوازې، د ویرې ذهني طلسمونه له لاسه ورکوو.  
که مېښ واوسئ، هرڅه شوني دي.

### قاتل حواس او د زړه نغمې دوا

هر یو څومره ستړي یو!  
په خوله، په احساساتو، په دریځ او په کړنو مو،  
د یو بل گریوان څېرې څېرې غورځولی؛  
شهید پروت دی!  
زموږ ذهني، عاطفي، رواني-حتا دا غوښتن لاسونه،  
د «بل» د ژوند او حیا په وینو، سره دي!  
نو!  
اوس، دغه اوس؛  
څومره مو زړه غواړي، تېر هرڅه پرېږدو او هېر یې کړو!  
او د طبیعت آبی غږې ته ورووځو؛  
خادر وغوړو او ډډه ووهو او غور شو،  
چې د طبیعت ستره کورنۍ:  
مرغان، کبان، ځڅندې، چنچي، چونگینې او بادوباران...  
او د غره له اوږو، را الوتې ورمه،  
په خپله بې‌متنه ژبه، څه سندره وايي.  
ښایي دا سندره، زموږ د زړه زاړه زخمونه را ټکور کړي.  
اورئ؛

د داسې يوې خوبسۍ انگازې زموږ له زړونو،

د چا غور ته ورځي!؟

## په دې سپين سهار

«لويه ډالۍ داده، چې ژوند راکړل شوی.

له دې وروسته، چې هرڅه سرته رسو، زموږ مسوليت دی.»

کاپي

## نن، برکت وگنځي

زما انسان وروره- خورې!

نن تر ټولو بې جوړې ورځ ده.

زه، ته، هغه،

ټول هغه خبر- نېنگينه، چې ټول عمر مو ځنډولې،

دا نن تر سره کولای شو!

نو؛

نن برکت وگنځي!

او ژوند ته په نوي نظر او نوی هوډ راووخئ!

نوي ورځ، نوی فکر او نوی هوډ مو مبارک شه!

زما له خوا تاسو يوه يوه ته،

جلا جلا يوه يوه دښته،

يو اسمان گلان ډالۍ.

تاسو هم کولای شئ هر انسان ته، (زړه گلان) ډالۍ وبخښئ.

څکه واييم نن بې جوړې ده.

## خالص زړه، طلايي زړه

«په خالص زړه، د خدای په لټه اوسه،

نو هغه به ومومي.»

## مینه سرزوري غواړي

نوې ورځ، نوی سهار مو، د ریاگانو په ورنښتونو؛

او د ژوند د همیشني سمفوني، په بې شمېره ریتمونو،

عطراگین واوسه!

کاش کولای مو شواي، یوازې دا نن ورځ،

یوه بل ته مینه ډالی کړو!

آه، کولای شو؛ خو که وغواړو!!!

نو لویه پوښتنه داده:

ولې نه غواړو- په پوره خلوص سره، یو بل ته مینه- لورینه ورکړو!؟

ځکه چې مینه، لیونتوب دی، سرزوري ده،

د ناپایه سمندرونو مایو کېدل دي،

تر (تیریح میر) او (اورست)، لوړ څو څو غرونو تر پښو لاندې کول دي،

او دا تر انساني مروجہ کارونو- عادتونو، پورته انسان غواړي؛

لکه زه، ته او هغه!

## زما له خوا سهارنی ډالی!

مور کولای شو- پرته له دې، چې د هېڅ یوه گل څانگه زخمي شي،

یوبل ته د گلانو نالیدلې تازه گېډی، ډالی کړو!

په اخلاص یوبل ته غېږې او لاسونه ورکول،

پر شونډو او ټنډو،

د خدا فصل را زرغونول او یوه ساده- خو له خلوص ډکه- «جان- قربان»،

یو بل ته نذرانه کول؛ تر ټولو عطراگین گلان دي.

وگورئ، څومره شمتن یاستو؛

خو چې لږ زړه وکړو!

پام مو شو: مینه زموږ یوه یوه، ویده زړورتیا ده.

## د جمله ومخلوقات پلار

څه ښه وايي:

«روح تل په جاودانگي کې هستوگن دی.

روح تل په حال زمانه کې اوسي، او هستي يې هم ابدی ده؛

ځکه چې خدای ورباندې عاشق دی.»

نو خپله ورځ په دې بنسټ ورغوی:

زه نه؛ رحمان بابا فرمایي:

«دا دنیا ده خدای له عشقه پیدا کړې

د همه ومخلوقاتو پلار دی دا.»

## تلیاتي ژوند موندل

«روح، نه په ترلاسه کولو؛ بلکې په بڅښلو، تلیاتي ژوند مومي.»

دغه حقیقت د خپلو کلمو په کنډولیو کې واچوی او ورپسې يې عمل ته راوباسئ!»

کاپي

## روانه تجربه خدای ته رسي

څه جالبه يې وېلې:

«د خدای په لور سفر، د ژوند حقیقت دی.

په بل عبارت دا یو سفر نه؛

بلکې روانه تجربه ده!»

کاپي

## د هرې شېبې دعا

یوه یوه انسان او هر ژوندي او ټول ژوند ته،

خدایي مینه ورحمت، غواړم.

## د ژوند له رنگه جوړ زړه، ذهن او حواس

څه ښه وايي:

«هغه څه، چې لټو يې،

د اسماني قلمرو په لاس راوړل دي.

يعني غواړو په دې فزيکي کالبوت کې، د اوسېدلو په ترڅ کې،

برتره اگاهي، يا خدايي هونښياري، ترلاسه کړو.»

نو:

«د خدايي ارادې له پاره پاکې وسيلې جوړېدلو له پاره، اړتيا ده، چې تر وسه وسه،

په خپل هر کار او چاره کې،

تر ټولو غوره واوسو.»

زړه، ذهن او حواس مو د ژوند له عشقه خمار واوسه!

## يو نوی پيل

دا د يوې نوې ورځې، نوې ژوند او نوې برخليک پيل دی.

خو دا ټول به ستاسو له فکرونو، خيالونو، پنځېږي!

څنگه دا تومنه لرئ؟

لږ خپل زړه ته د غږ اوچتولو فرصت ورکړئ!

سپين زړه، د خدايي عشق ورحمت جام دی.

دغه جام پر خپلو افکارو، حواسو وڅښئ!

که غواړئ جسمي، ذهني، عاطفي، رواني او مالي خونديتوب ولرئ.

نو دا وضعيت ځانته مجسم کړئ.

د غږ سرلاری وايي:

«څه چې مجسموو، هغه حقيقت لري.» يعنی حقيقت مومي.

## مينه زړه، ذهن او ژوند تازه ساتي!

دا روانه نوې ورځ، نوی ژوند،

ځان او نورو له پاره، يو نوی پيل وگڼئ.



يعني هرڅه ته په ماشومانه معصوميت وگورئ!

څه ښه وايي: «هرکله، چې د ماشومانو په شان شئ.

نو د اسماني قلمرو-ښکلاوې به- ووينئ.»

په دې توگه به تېر زاړه فکرونه، ستاسو په وړاندې نه شي خنډ کېدلای،

او د «راتلونکې» په اړه هم هېڅ شی تاسو نه شي اندېښمنولای.

زړه، ذهن او حواس مو په مينه تازه اوسه!

## شپه او د پوهې د اوقیانوس لامبوزني

څومره مو ذهن تېز دی، چې بند دی نه وي، بنديخانې دې نه وي،

او بندي دې نه وي!

خو ايا کله مو دې ته هم پام شوی،

چې خپله خو به د خپلو ذهنيتونو او ذهني معلوماتو- باورونو؛

اسيران نه ياستو!؟

خوب يو فرصت دی، چې انسان،

ځان له ذهني- رواني سانسور دباندې وويني!

په دې هيله، چې شپه مو له ذهني خيرو د ازادېدو،

او د سوچه پوهې په اقيانوس کې،

د يوه پوره غسل، فرصت واوسي.

## د ژوند ذهن

که کېدلای، چې ذهني زيرمې مو، د پسرلي په شتو شتيلو،

او غاټول دښتو،

او د آسماني زانو، د زړونو په الوت،

تومنه کړي وای،

نو بيا به مو تاريخ، دا توره کتابچه نه و!

ويښ بايد اوسو؛ ځکه چې زموږ چاپېريال، زموږ د فکرونو او اندېښنو کرونده دی.

## ژوند د خدایي ارادې رنگین کتاب

هر ژوندی، د خدایي ارادې، د بې پایانه کتاب،

یو غږ- یوه کلمه دی.

هېڅوک، هېڅ موجود، عبث نه دی.

ځانته، بل ته،

او ټول ژوند ته،

د قدر په نظر وگورئ!

## له تاسو مې څار کړې

له خپلو پاکو زړونو ټول هغه عطر،

چې ددې ژوبلې ژوبلې خاورې،

یوه یوه دردمن انسان ته،

مینه، لورینه، خواخوږي او خوشحالي ورکولای شي،

دباندي راوباسئ!

مور او تاسو یو یو دي،

د مینې بهانده چينې واوسو!

## د زړه نذرانه

زما نښاغلو او اغلو!

تاسو یوه یوه ته،

یوه رڼه، لمرینه،

له آرامش، خوشحالی،

مینې او اگاهی،

ډکه ورځ او بخت غواړم!

## له ثمره ډک ژوند

کاپی:

«تاسو اروا یاست. خانگړی او خاص.

نو پر ځان مهربانه اوسئ.

خدای سره مینه وکړئ.

او نورو ته هم مینه ورکړئ.

همدا دلیل دی، چې تاسو دلته یاست.

او دا ستاسو له زده کړې سره مرسته کوي.

نو خپلې شاوخوا ته نظر واچوئ او د ټولو برکتونو په خاطر،

مندوی واوسئ او شکر وکارئ.

ډاډ ولرئ، چې دا ژوند له ثمره ډک دی...»

## هستي د خدایي مینې ستره کرونده

د زمانې سپری:

هغه څوک چې د هر وگړي له پاره ددې فرصت شي،

چې په همدې ژوندانه کې،

«آزادي، خرد او مینې» ناپایه قلمرو کې هستوگنې،

ناپیدا لارې وپېژنې او راه بلد شي.

هغه ټول ژوند سره مینه کوي.

خو هیڅ شی نه غواړي!

مینه، يعني د هرڅه ورکړه!

مینه د خدای ده او بې له څه ځنډه؛

له الهي سرچینو را اوري.

## خدای د اروا هرڅه

«مینه کول، خدای ته رسېدل دي.»

کاپی

## روح د غږورنا بحر، لامبوزن

«د خدای رنا، جهل له مینځه وړي

او د خدای غږ، مور (اسمان کور) ته رسوي.»

کاپي

## روح د خدایي ارادې سرتیری

راځئ،

روانه شپه،

یوه یوه انسان ته،

یوې یوې اروا ته،

د مینې، ارامۍ،

روښنایی او بقا په هبله پیل کړو.

او ورسره په خوا کې،

ځانونه او ټول کارونه، خدایي ارادې ته وسپارو!

## یوه یوه ته یوه یوه دنیا مینه ډالی

ددغې نوې ورځې او تازه سهار په شکرانه کې به دغه طلايي کرښې ولولو:

«غږورنا، له خدای سره زموږ، د اړیکې مخامخ لارې دي.

هغه زموږ خلاقیت را روزي، څو خدایي مخلوقات شو.»

لیدلي مو دي چې کابل یو ځلانده او روښانه لمر لري؛ دا په رښتیا چې یوه نوې ورځ ده.

خو دا چې دا ورځ په څه ډول فکرونو، اندونو او خیالونو، عطراگینه کوو،

زموږ فردي کار دی.

زما له خوا تاسو ته- چې دغه شپه- دغو بې سا کلمو ته، په خپلو مینه گرو سترگو، ساه ورکوی،

یوه دنیا رڼایی، آزادي او مینه ډالی!

## د خدای لته د خدای له پاره

د حق لاروی:

«خدای باید د خدای په خاطر ولټوی،

او هېڅ مهال شخصي انگیزو ته پام ور غلط نه کړی.»

## ټولو ته دعا!

لویه او بې نیازه خدایه! ستا مینه، ټولو ته کافي ده.

مرسته راسره وکړه، چې یو بل ته،

ستا د بې قیده او شرطه مینې څېرې،

ویناوې، لنډۍ او ټوله راکړه ورکړه، شو!

## خپله د خپلې خیالي دنیا غوره انسان یاست

ټولو ته زیری!

تاسو یوه یوه ته، یوه نوې ورځ درکړل شوې!

دا ورځ د خپل ټول عمر، په ترټولو بې جوړې ورځ، بدلولای شئ!

دا نن کولای شئ، هغه غوره «انسان» واوسئ،

چې ټول عمر مو ارمان ؤ او ارمان مو دی!

هو!

ددې پر ځای، چې انتظار شئ،

چې (احمد، قلبي، محمود یا...) هغه انسان جوړ شي،

خپله جوړ شئ!

دا انعام، دا عزت او دا ستروالی، چې خپله نه شئ او خپله جوړ نه شئ،

بل یو هم نه شي جوړولای او نه شي جوړېدای!

نو بسم الله کړئ!

## زما ژمنه

د هر فکر، وینا، دریځ او چلند پر مهال به، له ځانه پوښتم:

«ایا دا خو به د بل انسان ورور/ خور،

(سر، ازادي او مال) ته، تاوان نه وي؟»

زموږ يوه يوه هغه ارمني انسان؛  
«زه يم. ته يې. هغه دی.» خو چې وغواړو!  
څنگه؛ غواړو يې؟  
هو! جار مو شم؛ غواړو يې!

## شپه او د لېرې زمکو باغستانونه

شپه مو، له آرامتيا او د زمان-مکان  
هاغاره جهانونو له مرغلينو تجربو ډکه اوسه!  
شپه، د خوبونوخيالونو، د فصلونو توکېدلو موقع ده.  
نو؛

لېرې خدايي زمکو- تاسو يوه يوه ته چمتو زمکو، ته ښه راغلاست!

## د خدايي مینې خواړه او اوبه رسول

ای د لیدلو او نالیدلو جهانونو عاشق سلطانه!  
داسې له مینې ډک زړه او ذهني رڼايي،  
او نور وس راکړه،  
چې يوه يوه افغان او بل هر انسان-چې تا ژوند ورکړی-  
او ټول ژوند ته،  
ستا د بې شانه مینې، پوهې،  
او معنوي ازادۍ،  
اوبه او خواړه ورسوم!

## دا مې هم دعا ده

لویه خدايه!  
غواړم ټولې هستۍ ته وقف واوسم!  
غواړم د ټول روح له پاره  
سوچه خوله او ژبه واوسم!

## هرچا او هرشي ته د ميني نظر

ټول - هغه که زموږ خونبېري، يا نه خونبېري - د خدای تعالی،

د بې قیده وشرطه ميني، په کبنتی کې،

پیدا کېږي، پالل کېږي او د «خان» و «خدای» له پېژندلو سره،

بېرته خپل خدایي ابدی کور ته، ستنېږي.

نو لویه خدایه!

وس راکړه، چې ټوله ورځ او هره ورځ،

ټول ژوند او ژوندو سره، د ميني نظر، وينا او چلند ولرم.

## سهارنی نذرانه

دا اوس مې پر دې کرنو سترگې را تازه شوې:

«اوس څه لرم، چې ويې بخښم؟»

ډېری مهال، دغه څه د صبر، ميني او درک په څېر، ساده څه وي!»

## د خدای غوښتنې ته غاړه ږدم

ددې په ویلو کې هېڅ ستونزه نه شته، چې:

«خدایه! زما په حق کې، خپله غوښتنه سرته ورسوه!»

دا ډېره ښه خبره ده؛

ځکه چې د خدای غوښتنه - په هر حال کې - په پلي کېدلو ده.»

## ژوند، د خدایي ارادې گلستان

نوې ژوند، نوې ورځ، یوازې همدا نن شونې ده!

خو دا څنگه کېدای شي؟

اسانه او ارزانه لار:

لویه خدایه! ژوند ستا د بې شانه ارادې رنگین گلستان دی؛

او ژوندي انسانان، ستا د نوم ناپايه ترانې،

رنگارنگ غزل سرايان!

نو دومره وخت راکړه،

داسې فکروځواک راکړه،

چې دريځ او کړه وږه مې،

د يوه يوه انسان، د (سر، ازادۍ او مال) خونديتوب جهان جوړولو، ته گټور شي!

## بقا په مينه کې

«هېڅ شکايت نه لرم؛

ستړی ژوند، خدای پورې ستېدلو زمانه ده.»

«بې مینې توب، شېبه شېبه ځان وژنه ده!»

«زه پر روح ځان، تاسو يوه يوه، او ددې ټولو په عاشق سلطان مینې يم؛ مینې واوسئ!»

(مینی اکادمیسین سهارنی مسېج)

## زه، د تيارو د سلطان ذهني هېواد!

خوب نه راته؛ له ځانه ناراضه، راپاڅېدم او ځان ته مې کړل: خدای چې شته؛ نو بل څه ډاډ غواړې؟!

دې سره په زړه د غږورنا رحمت راوورېد:

«غواړم په مينه کې دې وسوځم؛ خاورې- ايرې شم!

د مینې څېره دې شم؛

د مینې اراده دې شم.

د نه بیانېدونکې مینې له پاره دې،

شعر شم، نثر شم،

مثنوي او د کوچی د خولې لنډۍ دې شم.

غواړم ټولې هستۍ کې، ستا پټه مينه ووينم او لاره و کنډولی يې شم.

او ددې ابدې جاري سپينې مینې،

د ترټولو ژوندي غزل وکتاب په توگه،

ټول ژوند ته شپيلۍ ورباب شم.

غواړم ستا او ستا له پاره، هرڅه واوسم؛ خو نه «زه»!

«زه» د تيارو د سلطان، مجسمه څېره ده، چې غواړي په دې نوم او شهرت،

د خدای حضور بل ځای، ونييي!

او دا د زړه وذهن، ناروغ باور وگرځوي!!

نه! ټول حقيقت ستا سمندر نور وکلام دی.

او «زه» پرته له ذهنه بل هېڅ قلمرو نه لري.

«زه-ايگو»، د تيارو د سلطان، مادي- ذهني هېواد دی!!

زه هېڅ نه يم او هېڅ نه شم کېدلای؛ پرته له دې چې د سپېڅلې ارادې له پاره دې،



يو توری (الف) واوسم.

□ □ □

پر تاسو يوه يوه دې برکت وي!  
نور بيا؛ که خدای تعالی غوښتي و.

**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)  
Ketabton.com: The Digital Library**