# د حال ابدیت

لیکوال: محمد انور وفا سمندر

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

# څنگ سره ایښي کتابونه (۵)

دا یو غړپ غږورڼا، (د حال ابدیت)

تاسو (          ) ته، په ټول درنښت ډالۍ شو؛

د زړونو او ذهنونو، د روښنايۍ په نيت يې وڅښئ!

مینه اکادمي

(c) ketabton.com: The Digital Library

**د خدای تعالی په نامه؛**

**چې له نامه نه يې، د خالصې مينې ورحمت عطر، زموږ پر زخم زخم زړونو، را اوري او بقا راکوي!**

(c) ketabton.com: The Digital Library

**ډالۍ!**

و هغه ته، چې (تېره) او (راتلونکې) یې په خدای سپارلې؛
پر (اوس)، ویښ‌واګاه دی.
او ځان‌ونور وګړي، د خدای ګڼي؛ ځکه نو د چا (سر،
آزادۍ‌ومال) ته نیت نه کړوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مینه اکادمی

(c) ketabton.com: The Digital Library

# د خدای تعالی په نامه،

چې له نامه نه يې، د خالصې مينې او رحمت عطر،
زموږ پر زخم زخم زړونو، را اوري!

(c) ketabton.com: The Digital Library

**کتاب پېژندنه:**

**د کتاب نوم:** د حال ابدیت

**لیکوال:** محمد انور وفا سمندر

**ډیزاین:** هېوادمل ګرافیکس (۰۷۸۶۷۸۵۷۲۰

FB.com/hewadmal.graphics

**چاپشمېر:** ۵۰۰ ټوکه

**خپرندوی:** مینه اکادمي

**د خپرونو لړۍ:** (٦)

**لومړی چاپ:** د ۱۴۰۰لمریز لېږدیز کال پسرلی

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

## حال
## ۱

خدای شته.

د غږ ابدي سندره شته.

د رڼا ناتمام بحر شته.

زه د څه شاهد یم!؟

حال، د حقیقت بحر دی.

## حال
## ۲

«هرڅه دا اوس شته!

خدای شته.

دنیا شته.

دنیاګانې شته!

(c) ketabton.com: The Digital Library



هر هغه څه، چې خدايي خلاق غبر (کلمې) پنځولي، دا ټول شته!
زه هم يم!
نو ولې دغه شېبه، دا هرڅه؛ نه وينم،
نه اورم او ترې خبر نه يم!؟
ارواوې، د خدايي اروا تبعيد شوي بڅرکي دي،
چې په بېلابېلو شکلونو، نژادونو، انواعو
او خېلونو کې، را بربنډېږي!
اروا چې له خپلې سرچينې سره يو شي، ژوندۍ به شي...
ښايي بيا به په (شېبه) کې هرڅه ويني،
اوري او د ټولې هستۍ پوهه او خبرتيا به ورسره وي.»
دا يې ووېل او راته کړل يې: «دې ته (اوس) وايي؛
نو ووايه: زړه يې لرې!؟»
مينې اکادمېسن خو هماسې چې بې دليله را ښکاره شو، بې دليله ولاړ؛ اوس ځان سره وايم:
«رښتيا چې مينه لوی زړه غواړي!»

## حال
## ۳

«حال ومومه، پرته له دې، ته هېڅېږې نه يې!
ټوله زمانه او هرڅه په حال کې راټول دي.
هغوی چې روانه شېبه يې موندلې،
په ټوله معنا ژوند کوي.»

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۴

آینده، د اوس مرګ دی!
څوک، چې د «راتلونکې» په انتظار وخت تېروي،
«اوس» له لاسه ورکوي!
یوازې اوس حقیقي ده.
اوس ټوله زمانه ده.
یوازې هغوی د ژوند عطر ښني، چې اوس یې موندلې.
دا ډول وګړي، چې پام یې پر حال راټول دی،
ځانښوونکي (selfmaster) ، دي.
اوس زمانه کې، خپلې ټولې واګې، زړه ته ورکړئ!
پرېږدئ، چې زړه مو له هر چا او شي سره، مینه وکړي.
شاوخوا وګړي او هر څه مو، د خدایي ارادې الفبا دي.
مینه، خدایي ده،
څومره، چې نورو ته ورکول کېږي،
چاپېریال مو، لا مینه‌ګر کېږي.

## حال
## ۵

حال، یعني له هېچا او هېڅ شي سره نه تړلتیا.
ته د هېچا او هېڅ شي، فرعي برخه نه یې!
نو هر راز ذهني، عاطفي او احساسي تړلتیا، وشلوه!
د چا پر ښووېدو هم، قضاوت مه کړه؛
ځکه خدای شته؛ نور نو څه غواړې!؟

(c) ketabton.com: The Digital Library



حال همدا دی.

ابدي زمانه، همدا ده.

حال حاضر ابدیت دی.

## حال
## ٦

حال، یعني دا اوس چېرې یو؟

دغه شېبه باید تنفس کړو.

شېبه باید واورو.

او که وایو څه؛

نو ددغې شېبې، سندره به وي.

شېبه، له ژونده لبریزه ده.

شېبه کې اوسئ او د (ځان) او (هغه)،

د تازه پوهې، جام وڅښئ.

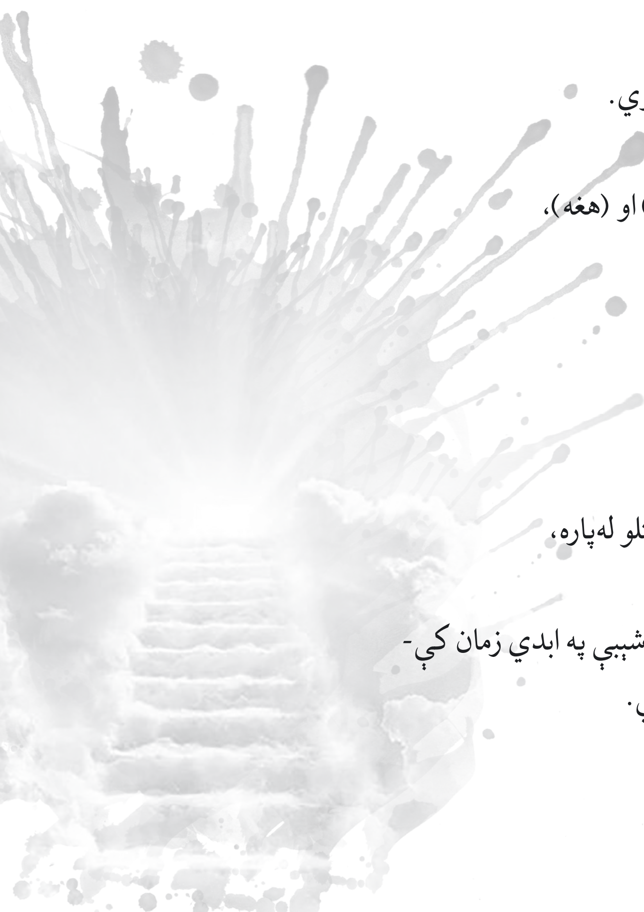
## حال
## ۷

د غږ د ژوندي جریان لوستلو لهپاره،

شېبه کې دېره شئ.

غږ د خرد رود دی، چې د شېبې په ابدي زمان کې-

لکه وینه په رګو کې، ځغلي.



(c) ketabton.com: The Digital Library



شېبه، د ټولې پوهې زمانه ده.

څه شی مه‌لټوئ،

فقط شېبه، په‌خپل اکسیجن، بدله کړئ.

## حال
## ۸

خدای دغه شېبه، هرځای-هرچا سره شته.

فقط دغه شېبه!

څه شی مه‌لټوئ.

هېڅ شی، له دغې شېبې، دباندې نه‌دی.

## حال
## ۹

دغه شېبه، دنیا شته.

زه او میلیاردونه-په فکر-باور، رنګین وګړي، شته.

بې‌شمېره نور، ژوندي سري شته.

ځمکه، ستوري، کهکشانونه شته.

د هستۍ نالیدلي او له اندازې وتي، قلمرونه شته.

خو چېرې؟

دلته، دغه شېبه هرڅه شته!

نو دا ټول د (ځان) دننه شته؛ اګاه باید واوسم.

(c) ketabton.com: The Digital Library



# حال

## ۱۰

تیتانیک ولاړه،
اتللو ولاړه،
دسدمونا ولاړه؛ ادبیاتو او خاطرو کې مجسمه شوه!
خو «اوس» ژوندۍ کیسه ده.
ته یې پنځونکی،
ته یې لوبغاړی،
ته یې لیدونکی!
دا ژوند ده.
او ژوند، ژوندۍ کیسه ده.
دا ته پنځوې او ته یې ترلاسه کوې!
دا کیسه ستا د فکر، ارادې او هڅو، د منې درمند دی.
شهکار همدا دی؛ خو چې دغه شیبه داسې ژوند وکړې،
چې د تخلیق اراده یې غواړي.
دا شیبه بې جوړې ده.
دا شیبه همدا اوس شته.
په معجزه یې واړوه؛
خدایي اراده حاضره معجزه ده.
خلقت ته یو تازه، یو نوی، یو مینه‌گر، نظر وکړه؛
که غواړې، د ټول تخلیق ښېښتن ووینې،
نو د ټول تخلیق لیدلو ته، خپل زړه، بې کاره کړه!

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۱۱

هرڅه دغه شېبه شته.

پلرونه، میندې، نیکونه...

دا ټولې څېرې ولاړې؛ خاورینې شوې!

خو اروا هره شیبه-دغه شېبه- شته.

«اوس»، د ابدیت زمانه ده.

اوس، همیشه، «اوس» شته؛ او دا ابدیت دی.

دباندې نه‌شې وتلای؛

له اوس دباندې هېڅ نه‌شته.

اوس د حقیقت قلمرو دی.

د حقیقت (سا) په اوس کې چلېږي.

## حال
## ۱۲

**د پیرېیو په عمر وینا:**

«هېڅ‌مهال، پرته له حال څخه، بل څه نه‌شته؛

او که موږ ونه‌شو کولای، په دغه وضعیت کې ژوند وکړو،

په هېڅ ځای او هېڅ بل مهال کې یې، نه‌شو کولای!»

حال ستاسو دی. او پرته له حال څخه، نه ځای شته، نه زمان!»

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۱۳

ډوډۍ،
د عشق په اور پخه سنځله ده.
بانکونو ته لاس مه نیسئ؛
له ګاوصندوکونو یې،
سنځلې د ګرد په شان ځنډلي!

## حال
## ۱۴

په دې شنه سهار مې زړه را ډک شو:
«ما نو ژوند او ژوندو ته څه کړي!؟»
بېرته مې د زړه له خاموش سخنور نه واورېدل:
«ته څه لرې، چې ویې کوې!؟»
ما ویل: رښتیا وایې!
دی نه‌دی؛ «هغه» دی.
باید ارام، تسلیم او مشکور واوسم؛
چې د عشق نګه اراده، را میدان ته شي.
راځئ یو کار وکړو:
د ساري په توګه- دا اوس
کومه ځېره، یوه ونه، یو ګل، یوه پاڼه...وینئ!
دا هرڅه چې دي، هغه د ابدیت له خاطرو، یوه جلا ښکلا، په یاد راوړي.
مینه حضور لري؛ خو چې زه (ځان) ورته لاره کړم: دا اوس.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۱۵

«یوازې حقیقت شته.
او موږ په هغه کې سا باسو؛ خوندي یو.
او دا ټول همدغه شېبه روان دي.
شېبه، د ټول ژوند، ژوندۍ زمانه ده.
شېبه حس کړئ؛
شېبه واورئ؛
شېبه درک کړئ؛
ټول حقیقت همدا دی.»
(د مینې اکاډمېسین له مسېج څخه)

## حال
## ۱٦

ژوند، د حقیقت د کشف زمانه ده.
حقیقت شته؛ همدا اوس یې واوره او ووینه!
حقیقت پرون او سبا نه‌لري؛
حقیقت دا اوس شته.
اوس، د ټول حقیقت، ژوندۍ زمانه ده.

## حال
## ۱۷

هرڅه دا اوس شته.
ستا حقیقت، ستا د اګاهۍ په اندازه، ارت او پراخ دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



حقیقت، په متر او په زمان، نه اندازه کېږي.
د حقیقت زمان اوس دی.
زموږ ذهني پوهه، د پرون او د سبا په هوس او لوږه، ډکه ده.
پرېږده، چې (اوس)، تا له خپلو ذهني محدودیتونو ووینځي.

## حال
## ۱۸

د حقیقت د لوستلو شېبه، دغه ده.
اوس، ابدي زمانه ده.
دغه اګاهي باید له ذهني حالته، عیني حالت ته راولو.
د حقیقت ثبوت همدا دی.

## حال
## ۱۹

مینه ګره ښتنه!
هرڅه سپارم او سر په پوره تسلیمۍ، د خوب پر بالښت ږدم.
زه څه نه یم او نه یې نه‌لرم، چې ویې ساتم.
ستا په غوښتنه راضي یم.
غواړم ټول وخت، ستا غوښتنه ووینم!
ټول وخت ستا غوښته واورم!
او تل په دې درک کی واوسم.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۲۰

د خدای د حضور زمانه،
خدای شته؛ نو بل څه شی وغواړو!؟
خدای شته او هغه زموږ له ویلو او غوښتلو دمخه؛
زموږ پر اړتیاوو پوهېږي.
خدای شته او هرڅه په‌خپل طبیعي وخت را سره شته.
خدای شته او بل هېڅ شی، د غوښتلو له‌پاره نه‌شته!
نو؛ حال خپل کړئ،
حال له حضوره ډکه، بډایي ده.

## حال
## ۲۱

پرانستې لیدلورې:
«د اګاهۍ داسې وضعیت دی، چې هغه کې موږ هم‌مهاله، کولای شو،
هرڅه ووینو او وپوهېږو!»
مینه همدا ده؛
د هستۍ په ابدیت کې هستوګنه!

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۲۲

حقیقت شته. حقیقت دننه دی؛ نه بهر له موږه.
باید درک یې کړو؛ دغه شیبه او همدلته.
هغه زموږ -یوه یوه- یوه برخه دی؛
لکه سا راکښل مو،
خوړل او څښل مو.
اوس کې هستوګنه، ټوله پوهه کې لامبل دي.

## حال
## ۲۳

موږ بې له ځنډه، دغه روانه شیبه، په‌خپله خوښه،
ځان د «هغه» له‌پاره پرانیزو.
ټوله هوښیاري همدغه ده.
څه شي پسې لاس او پښې مه اچوئ؛
یوازې یو مېن زړه راته په کار دی.

## حال
## ۲۴

زړه مو مرغۍ مرغۍ کېږي؛ غواړو همدا شیبه- ټوله نړۍ- خبره او بدله کړو!!
څکه موږ د حقیقت اوبه څښلي!!!
خو د حقیقت استادان داسې نه‌کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



ځکه هغوی پوهېږي، چې د وګړي له اجازې پرته،
د هغه فردي اګاهۍ ته ورننوتل، د هغه پر آزادۍ تیری دی.
نو زه وایم: د هستۍ عاشق سلطانه!
ستا له بشپړې هوښیارۍ څخه-دغه شیبه،
نورو ته څه زیری راوړلای شم؟
بیا څه چې د زړه خاموش معلم څه راته ووېل،
هغسې کوم.

## حال
## ۲۵

د کمپیوټر کړکۍ ته ناست وم؛
د ونې یوې پاڼې سره مې لیدل!
پاڼې، خپله ټوله ښکلا او ځلا د خدای په نوم خوشې کړې وه؛
پاڼه تشه جالۍ وه، نه شنه او نه هم ژوندۍ!
د پاڼې کالبوت تار تار سره نښتی و، ژوند یې نه و!
ژوند خدایي دی، خدای ته ورځي!
خدای چې نه وي، دنیا وچ، تیاره
او تار تار کالبوت پاتې کېږي.
خدای شته؛
خو چې ذهن مرګ ونه ویني.
خدای دی؛
خو چې ذهن (ځای) خوشې کړي؛

(c) ketabton.com: The Digital Library



خو چې زه خپل کارونه،
له تاريخه، راټول کړم!

## حال
## ۲٦

...
دومره څه و، چې پرته له دې درې ټکو، په هېڅ ځيز کې نه ځايدل.
ټکي، نه ويل شوې کلمې دي.
ټکي، د کلمو له شکله، له حالته الوتي!
ټکي، په خدای خبر دي.
ځکه کرښې، هندسې او تبصرې نه جوړوي.
خدای شته؛
نور څه دي، چې بايد وويل شي!؟
خدای شته؛
زه څوک يم چې توضيح ورکړم!؟
خدای شته؛
نو هېڅ ځيز نه‌شته!!!
ما څه ونه ويل؛
هغه تش ځايونه وغربېدل،
چې د پاڼې، د وزن او شکل په تللو سره،
ما د مړو تارونو، په تشيال کې وليدل.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۲۷

خدای شته.

خدای مینه دی،

مینه یې را په مخه کړې،

او مینه؛ لکه خدای یې چې دی!

خدای خپله وینا سپي!

نو چېرې ولاړ شو؟

خدای هغه څه وایي، چې دی.

خدای چې دی، نو څوک یې نه‌شي پېژنلای؛

نه‌شي معنا کولای؛

نه‌شي را زده‌کولای.

خدای شته؛

نو څه شی رازده‌کوئ؟!

لمر شته؛

عکسونه څه کړم.

ژوند شته؛

متن به څه ووایي؟

خدای وایي؛

نو مه‌غږېږئ!!

خدای چې غږېږي؛ نو له ځانه مه‌غږېږئ!

وګړی، خدای هغسې وایي، چې ویني یې!

هغه هومره شته،

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې پوهېدلای یې شم.
هومره یاد ته راځي،
چې په نېږدیوالي یې مومن یم.
هومره مینه راسره کوي،
چې مینه یې ځلولای شم.
هومره لوی او ښیوونکی دی،
چې زړه ورته پرانستی شم.
هومره زما دی،
چې زه ورته ځار شوی یم.
هومره مې په خوله راځي،
چې ورته خوله شوی یم.
هومره یې اورم،
چې غوږونه مې ورته سپین کړي.
...
څه و، پرېږده چې همدا تکي یې په ځان کې خوندي کړي.
خدای دغه اوس شته،
خو چې زه هېڅ ونه وینم.

## حال
## ۲۸

د ځنګله ونو ته مې کتل او ورسره ویښ شوم:
«دا ونې-دا نومونه دي، چې کرل شوي!»
ونې رواني دي، خېژي!

(c) ketabton.com: The Digital Library



ونې، ځانته پښې کېږي!
ونې، خپل سرنوشت پېژني!!
ونې، په‌خپل قد وښکلو سره،
خپل سرنوشت ښکلوي!
ونې، فضا ډکوي!
تشه چې خدای پیدا کوله؛
چېرې وه؟
تشه چې خدایي ده؛
نو پر څه شي ډکه شوې؟
تشې، څه شی تمثیل کړي.
په تشه کې هرڅه شته،
خو د هېچا پر انځور ډکه نه‌ده.
تشه سپینه؛ هومره چې یوه کلمه یې نه شم لیکلای.
تشه یوه کلمه هم نه‌ده.
هغه بې‌متنه کتاب ده.
هغه څه ده، چې دا شي، هغه شي؛
کتاب هم شي.
همدا اوس؛ غټه کلمه همدا ده.

## حال
## ۲۹

دغه گل چې زه یې وینم،
ولې مري؟

(c) ketabton.com: The Digital Library



ایا زه هغه ګل نه‌یم،
چې هغه مې مړینې ته اوښکې تویوي؟
ایا کاڼی ددې وړ نه‌دی،
چې سنګ‌شکن، اوښکې پرې تویې کړي!؟
ایا زه د یوه بل جنس ډبره نه یم،
چې سنګ‌شکن مې، په اوښکو- تل کې، زړه را شین کوي؟

## حال
## ۳۰

زه څه شی افشا کوم!؟
څه شی پټ دي، چې په دې شکلي کرښو را بربنډ شي.
خدای په څه شي وژباړم؟!
په رښتیا چې ذهن یم وژلی!
دا زما زوکړه ده؛(...)
زه په هغو دریو ټکو کې پټ شوم،
چې حتا خپل ذهن مې هم نه‌پرې پوهېږي!!
سپینه پر ما ډکه ده.
په هر شي چې نه یم غربېدلی، هغه ډک دي.
خدای شته او ذهن په نومونه کې،
ما مات ګوټ خوځوي،
چې خدای لېرې شي!
ذهن بلا ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library



ذهن د شیطان لویه بلا ده.
ذهن په‌خپلو ویناوو سره، یوازې فاصلې اوږدوي.
خو زما او (زه) فاصله، یو وېښته ده.
وېښته هم نه‌شته؛ وېښته هم یوه بله تیاره ده.
څومره چې زده‌کوو، یا یې ورزده‌کوو،
نومونه او واټنونه ډېرېږي.
خدای، له هغه وخته شته،
چې زما په ذهن کې لا د (خدای) نوم، نه و!
لکه چې همدا اوس زمانه ده!!

## حال
۳۱

زه خدای غواړم؛
هغه پیشی چې شړپه شړپه اوبه څښي، خدای غواړي؛
خو لږ یې غواړي؛ ځکه اوبه څښي.
او اوبه خدای رالېږلي.
پیشی اوبه نه ځنډوي.
پیشی زه په خونه او پر دسترخوان او بالښت نه پرېږدم؛
ککړه پیشی!!
پیشی ککړه ده،
حتا دومره لیونۍ چې خپل څو ورځنۍ بچی هم خوري؛
بچی خدای رالېږلي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



پشی خدای رالېږلي شیان خوري، څښي
او یا وربانديې اوږده غځېږي؛
غواړي له خدای سره یوازې شي.
«هغه» نه کتاب لري،
نه شناخته او نه د خاطراتو کتابچه!
ټوله پشی- حتا یو ځلی- نه لري،
پشی چې مړه شوه، سپیان یې خوري؛
پشی په‌خپل مردار کالبوت پسې نه‌ژاړي.
پشی هلته روانه ده، چې خدای وربللې.
نو زما دومره خدای غوښتل څه شول؟؟؟
خدای شته؛ آه ه ه...خو ما وغوښته!

## حال

## ۳۲

دا څېره مې چې اغوستې،
شیبه په شیبه خاورې- دوړه کېږي!
هره ساه چې را کاږم،
بې‌شمېره اټومونه زما سرو او بدن غړو ته ننوځي!
دا اټومونه، هګل هم را ښکلي، فیثاغورث او
د خواجه اسحق زیارت[1] په سوزنده غولي؛

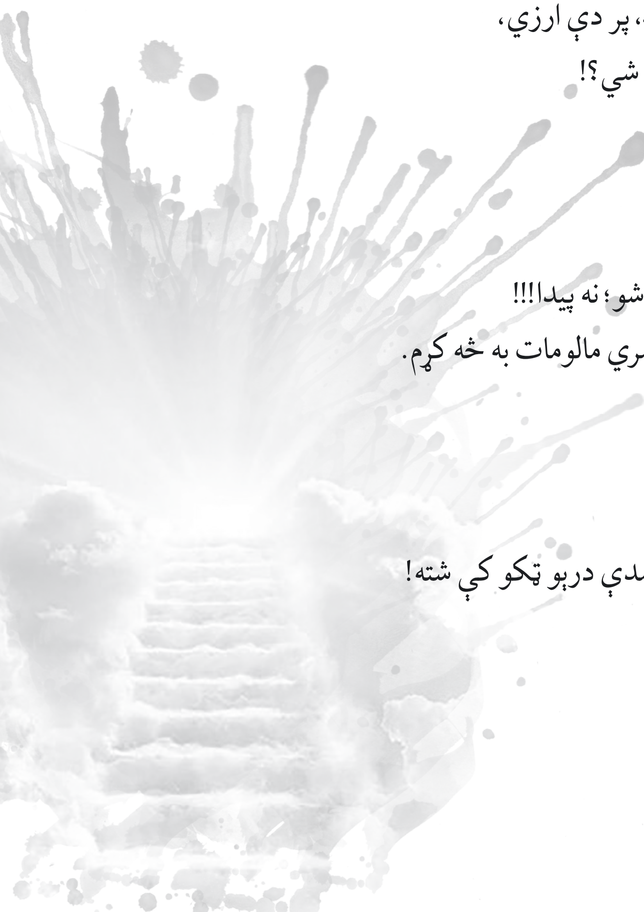
---

۱ - خواجه اسحاق زیات، د میدان درې بره برخه کې، د میدانوالو د هدېرې پر لمنه موقعیت لري. د پلرو او نیکونو له خولې مو اورېدلي، چې هغه د خپلې زمانې مشهور ولي ؤ. سیمه وال یې هره ورځ زیارت ته ورځي، دردمنې پیغلې او مېرمنې هم هلته زړونه د اوښکو په ژبه تشوي!

(c) ketabton.com: The Digital Library



پروت سپي هم را ښکلي!
زه د چا يوه برخه يم؟
که دا ميليونونه واړه او زاړه فيلسوفان او نقاشان چې
څېرې او دبدبې يې خاورې دوړې شوي،
زما برخې دي!
چا راوړی يم؛ څوک مې راوړي دي؟
يوازې يو شته!
يو د هېچا نه‌شي کېدای؛
ځکه يې ټول لري.
ايا ټولې بشري تمدني لړۍ، پر دې ارزي،
چې يو «زه» خاورې- دوړه شي؟!
مونږ چېرې ورکېږو؛
کومه خوا لېږې کېږو؛
پر څه شي ورټولېږو؟
چېرې به ځو چې نه ورک شو؛ نه پيدا!!!
زه چې پر دې نه‌پوهېږم، بشري مالومات به څه کړم.
زه هغسې چې يم، کېږم
راټولېږم...
په وېلو نه‌شوه؛
ټول مې پرېښول چې په همدې درېو ټکو کې شته!

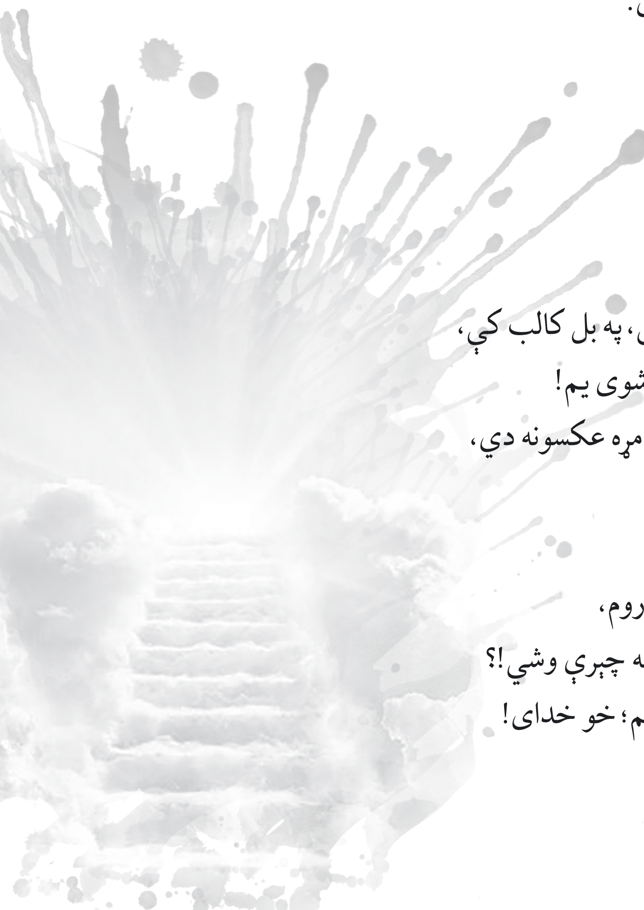


(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۳۳

دغه هوا چې زه یې را کاږم، د کوم نژاد ده؟
دغه اتومونه چې بدن ته ننوځي او بېرته وځي،
په څه یادېږي؟
ژوند کوم جنس دی، چې آدم او ښامار یې لري...
ژوند اصل دی،
که دا ذهني نومونې چې ټول تاریخ یې،
د وژلو قصه دی!!
اوس، د ټولې پوهې باغ دی.



## حال
## ۳۴

د زمان له شیبو؛
شیبه، شیبه په یوه کالب کې، په بل کالب کې،
را وتی او ورځخه «پورته» شوی یم!
د بدن کالب نه‌شته؛ یوازې مړه عکسونه دي،
چې په (تمدونونو) کې،
سره جنګېږي!
که یو ځل فزیکي زمان ودروم،
په ښت ولاړ شم، زما لاره به چېرې وشي!؟
بل څه نه‌شته چې ویې مومم؛ خو خدای!

(c) ketabton.com: The Digital Library



زه ښځې ته ځم، له متن څخه دمخه کېږم؛
له «اوسپنې» «برنز» «مس» «ډبرې» وتلی، وتلی
یوازې خدای موندل کېږي...

## حال
## ۳۵

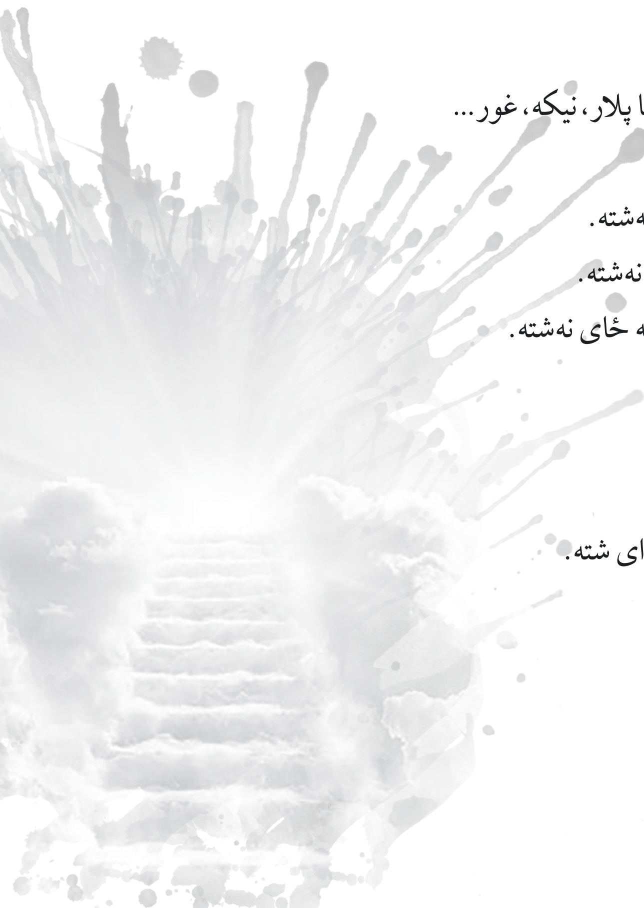
دا کرښې هم عجیبه سترګې دي!
زه په کرښو لګیا یم؛ غواړم (ښځې) ووینم!
ښځې که ښ ښ ښ ښ...ځې وي،
په دې خولې کې به څنګه ځای شي!
ښځې د خولې نه‌دی.
ښځې د متن او کرښو نه دي.
ښځې (ټول) دی؛ خو یو هم نه‌دی.
ښځې دی؛ خو نه دغه څېره،
خبره او وچه د حروفو صندوقچه!
ښځې شته.
ښځې بهېږي؛ غړېږي؛ څرګندېږي!
ټوله هستي یوه په نومونو، نژادونو، باورونو...
داغ کړې خوله ده، چې (ښځې) غړوي.
هر غړ، او آه، او مینه‌ګره اوښکه،
هماغه غړ ده چې ښځې غړوي.
خو، خو، خو؛
دا ټول همدا شیبه شته!

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ٣٦

څوک نه وم، چې ځان پيدا کړم،
نوم پيدا کړم، سيمهوال او فکروال شم؛
قوم او ژبه او پالنځی يې پيدا، پيدا...
شم!
زمکه نه وه، چې پاتې شم.
معبدونه او زمکني خدايان نه وو،
چې ژوندي واوسي!
مړه دي؛ کاڼي مړه دي.
په کاڼو که ورمنډه کړم، حتا پلار، نيکه، غور...
لر او بر نيکه ورک کوم.
زما څوک نه‌شته؛ څه شی نه‌شته.
خدای شته؛ خو څوک يې نه‌شته.
خدای شته؛ ځکه دروغو ته ځای نه‌شته.
دا څوکۍ، مېز، کمپيوټر...
خونه، ودانۍ، ښار...
هيواد، زمکه، کيهان...
هستي او نيستي نه‌شته؛ خدای شته.
لکه دا اوس چې شته!



(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۳۷

دا ورځ څه شوه،

دا شیبه څه شوه!؟

زه د شیبې، ورځې، میاشتې

او کال یم، که واړه زه یم؟!

زه دغه شیبه یم، څومره چې وینبه په ځان کې لرم-تېروم!

نن مې په‌خپلو ساه را ښکلو، ویناوو، چلندونو،

سره- پره کړه!!

وینې زما وې؛ ما تویې کړې.

ما (هغه) ونه لید.

ما خپلې کړې، وړې خواوې،

دلته-لکه هالته...

په سړي او مانفستې یا عقل کې لیدې؛

رنګې کړې!

لا کوړ، لا تیاره شوم؛ لا ډک لا جاهل شوم!

یوازې اوس شته؛

اوس د زمانې مور ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۳۸

تبتي راهب به هر سهار خپلې نارې داسې څوابولې:
-بوکوجو!
-آورم ښاغلیه!
-هوښیار اوسه! دادی یوه بله ورځ هم درکړل شوه!
-ښه ده ښاغلیه! زه به خپل ټول وس کوم!»
مریدانو ګڼله، چې راهب زیاتي بوډا شوی، لیونی شوی؛
خو دننه یې ځانونه نه کتل، چې خپل غبر یې دی، خپل څواب یې دی!
تبتي راهب، ویده مریدان په «اوس» راویښول!
په رښتیا چې په اوس راوېښېدل هم، تر قیامت کم نه دي!
په اوس چې راویښ شوې،
د ذهني زمان ټول ویشونه خاورې-دوړه کېږي!

## حال
## ۳۹

غوړې په دواړو غوږو را پرتې دي او یوه هغه شپېلۍ غږېږي،
چې ټوله څواني یې د (زاړه ښار) په سرپټو کوڅو کې بورا شوه؛
له وچو لرګو-وسو سره والوته
او دلته کسټ په غله ژبه،
ما د غږونو په کاغذونو کې اوبه کوي!
غږ شته؛ کاغذ خنګه اورم!

(c) ketabton.com: The Digital Library



غر نه ښتېږي، نه ودرېږي، نه وچېږي!
غر نه مري؛
ترڅو «غر» ته ورسېږي.
رښتيا چې اوس د ټول زمان هستوګنځی دی.

## حال
**۴۰**

ژوند په يوه کالب کې راويښېږي، الوزي،
ژوند ته ځي.
ژوند شته؛ خو نه وېل کېږي.
ويل، کړل، جوړول، ورانول...زمکني دي.
زه يم؛ نو څه شی جوړ شي؟؟؟
چې خدايي نه وي، په کومو سترګو به پاتې شي!!!
هی!
څومره مې زمکه، هوا،
اور، اوبه، باد
باد، باد متن کړل؛ خو نه شوم!
زه هغه يم، چې يوازې خدای ته معلوم دی.
خدای دا اوس اوس کامل دی،
هی هی!
دا مې څومره زده کول.
ها خو هرڅه کې دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



دا لکه چې کتابونه او ډبرې، له یوه جنسه شول.

...

نه به یې وایم، کنه کتابي ډبرې، بل نژاد راباسي.

## حال
## ۴۱

شیبه کې داسې ویښه پېښېږي:
خدایه، دومره شتوالي ته څه وکړم؟
وناڅم، آوازونه ووایم، که سپین پاتې شم، چې دا کاروان غږونه،
دا ګلان ګلان رنګونه،
دا سمندر سمندر مینه را باندې تېره شي.
دا «...» راته وايي، چې لومړنی حرکت، نڅاه ده!
لومړنی غږ، سندره،
او پیلنی انځور هغه دی، چې لا په خوله نه راځي!
زه به هغه ژبه را ژوندۍ کوم، چې «هغه» ورباندې سندره شي.
زه به هغه غوږ را ویښوم، چې «غږ» او «رڼا» یې ورباندې را دننه‌شي،
ما پاک یوسي؛
د ذهن او حواسو له غلاوو مې ووینځي.
هاااای! اوس څه بختور وخت دی!

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۴۲

هرڅه دا اوس شته.

نوره زمانه، زما حافظې جوړه کړې.

اوس یوازینی دی. یو همدا اوس دی.

تللې لاړه، نه راغلې نه‌شته، رښتیا همدا اوس ده.

واټن همدا دی. واټن هغې زمانې جوړ کړی،

چې ما ته د عمر شیبې، ورځې، میاشتې او کلونه را شمېري!

زمانه مې مرګ ته ورولي.

زمانه هغه کپس دی، چې ما پر ځان را تاو کړی.

دا ختین، لرګین، ژیړ او سره او سپین شیان دي، چې تللي یا راځي.

هغه نه ځي نه راځي؛

هغه همدا اوس شته؛

نو د پرون او سبا خبره یې دروغ ده.

د بې‌خدایۍ ټوله فاصله، د زمان په کپس کې ده.

## حال
## ۴۳

اوس؛

دنیا خدای پیدا کړې او خدایي ژوند په کې ځغلي،

منډې وهي.

سړي، رنګونه، قومونه،

(c) ketabton.com: The Digital Library



وچې دښتې او شنيلي غرونه،
ټول د خدای په سندره ډک دي.
چېرې نه‌دی؛ همدلته پټ دی.
همدا يې پوله، همدا يې ځاله.
زه يې له لومړۍ ورځې سر پورې ولاړ وم؛
زه وم، پرې تېروتلم.
چې ويې وينم، بيا مې د چا وژلو، اېلولو،
بدلولو او سمولو پسې، نه‌شي لېږای.
چې ويې وينم،
بيا ټول اورونه، او سيوري،
ټولې فاصلې او دامونه،
همدلته، نېږدې په نېږدې-لکه دا اوس،
په ځان کې وينځم!
او (يوه) ته، نغد ورگورم.
هر ژوندی يوازې، يوازې، په هغه غږ چې
خدای ورکړی،
نارې وهي: خدای يو دی.
نو زه په چا چاره، ور تېره کړم!

## حال

**۴۴**

راځئ يو نوی پېل ولرو!

(c) ketabton.com: The Digital Library



راځئ، یوه بې ګیلو ورځ ځان‌ته-یعني ټولو ته- جوړه کړو.
راځئ، په ټولو څېرو کې، خپل ورک دوستان، دا نن کشف کړو!
راځئ یوه داسې ورځ- په دې زخم زخم ټول تاریخ کې-
دا نن ثبت کړو!
راځئ ځانونه- او نور- وړیا وګټو!
پر زړونو، باورونو او ټولو تفاوتونو مو، برکت شه!

## حال
## ۴۵

درک یوه لحظه دی. او ناڅاپه پېښنه کوي.
او بیا په اوږده مثنوي کې وربېږي، وربېږي، وربېږي...
او ورپسې د متشریعینو، وړیاخور ټولګی، لیکه کېږي؛
زمان همدې ته وایي.
رښتیا!!! (زمان) هم، د (فزیک) جنس دی.
اکاډمیک فکر لګیا دی، هستي تشریح کوي!
خو هستي هماغه یوه شیبه درک کې دننه ده.
لکه دا اوس!

## حال
## ۴۶

درک، خرد را څرګندوي. خرد لومړنۍ پوهه ده؛
نه جوړېږي او نه یې حسي-ذهني ابزارو ته اړتیا شته.

(c) ketabton.com: The Digital Library

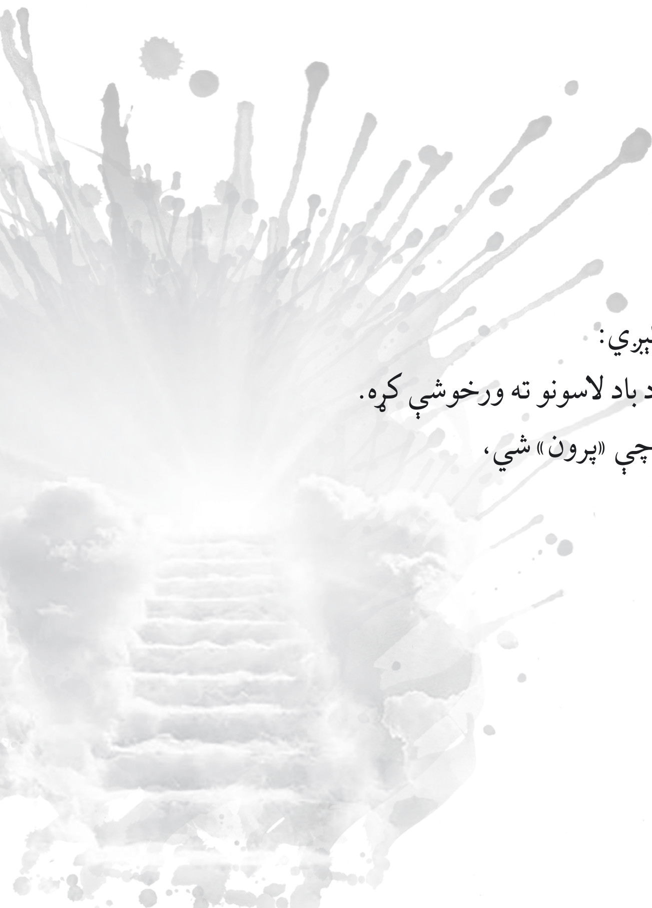


دا د ټول حقیقت زده کړه ده.
دادې حقیقت ژبه ده.
خرد، ټوله زده کړه ده؛
خو ټوله نړۍ چې چاڼ کړې؛
ټولګی او ښوونکی به یې ورځخه دباندې راونه وځي.
خرد دننه راوینښېږي. دا ژوندۍ پوهه ده؛
همدا شیبه، همدا اوس!

## حال

**۴۷**

اوس (حال)؛
مطلقه زمانه،
اوس د ابدیت زمان دی.
نن، دا شېبه،
د سبا ورځې پرون، پاتې کېږي:
نو پرون پورې ټوله تړلتیا، د باد لاسونو ته ورخوشې کړه.
دغه شېبه- مخکې تر دې چې «پرون» شي،
در خپله کړه.



(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۴۸

حال؛ یوازنی زمان دی.
نه پرون شته، نه سبا شته؛
ټول په حال کې راټول دي.
د تېرې ورځې، د تللو شېبو، باد او باران وښلو توکو،
او مستعملو ویناو او کلمو ځای،
تازه شېبو، توکو او ژوندیو ویناوو نیولی؛
همدا نغد در خپل کړه؛
چې بیا «سبا» ورځ،
د «پرون» د ارمان کولو غم، در غاړې نه‌وي!

## حال
## ۴۹

شیبه ټول ابدیت دی.
ساعت، ورځ، کال، پېړی: آیا همدومره عمر غواړو!؟
آیا ټوله هېله مو داده، چې زریزه،مېلیونیزه...او بله بله...ییزه دې،
زما عمر وي!؟
آیا په رښتیا دا منو چې عمر دې-ولو که یو میلیون کاله هم وي-
پای دې ولري!؟
شیبه، «شیبه» ده؛
خو په ټول زمان پوره ده.
لویه ستونزه، د شیبې کشف دی!

(c) ketabton.com: The Digital Library



یعني داچې په ټول درک او شعور او عاطفي-رواني حضور سره،
شېبه کې را ټول واوسو.
دا چاره یو شخصي-عملي، زیار غواړي.
نه‌پوهېږم، څه نوم ورکړم!؟
ښایي (تسلیمي):
ځان، ذهن، هیلې، غوښتنې، اندېښنې او هرڅه، د خدای په نامه خوشې
کول!

**حال**
**۵۰**

**د خرد هسکې ۱**

-مینه غواړئ؟
-هو!
تاسو ټول مینه غواړئ!
نو چې مینه غواړئ، لومړی نورو-بل یوه ته-مینه ورکړئ!
او نورو ته مو چې مینه ورکړه، مینه درگرځي.
مینه د خدای ده او هغه د هېچا پوروړی نه پاتې کېږي!
راځئ، یوځل یې تجربه کړئ.
بې ضرره خندا، د مینې لومړی کلمه ده؛
هغه هم دا اوس.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۵۱

### د خرد هسکې۲

څه ښه وايي «د خدايي مينې لوی تناقض دادی؛
مينه، ستا د ژوند تر ټولو ستر بری دی.
او ور سره په خوا کې، دا تاسو له نورو را جلا کوي!
ځکه نو لږ شمېر وګړي، اورلنې يا تودې مينې ته رسېدلي دي.
او؛
زموږ د ژوند اساسي دليل، د خدای تعالی سوزوونکې مينې پر مخ، د غېږې پرانستل دي.»
راځئ دا نوې مبارکه ورځ، دغې مينې ته د غېږې، د پرانستلو په ژوندي فرصت واړوو!

## حال
## ۵۲

### د خرد هسکې: ۳

که غواړئ يو کار تر سره شي؛ نو په مينه ورته وګورئ!
مينه، هېڅ سيال نه‌لري.
راځئ! يوازې دا نن يو بل ته،
او خپلو چارو ته، د مينې له دريڅه وګورو؛
پای کې به موږ هر يو، د مينې درمندونه ټولولو!
مينې ته را زړور شئ!
شخړه، جګړه، ښکرجنګول، د غوا او غوايي او هر څاروي زده دي!

(c) ketabton.com: The Digital Library



مینه، زړور زړه غواړي!
لکه خدای تعالی چې په‌خپله هره چاره کې، زړور او بې‌مانند دی!
په مینې سره، سوچه خدایي رنګ خپل کړئ: هلئ دا اوس بنیېم!

## حال
## ۵۳
## له اوس پرته بل وخت نه‌شته!

دا ورځ څه شوه؟
هاااا! دا شیبه څه شوه؟؟
زه د شیبې، ورځې، مېاشتې
او کال یم که واړه زه یم؟!
زه دغه شیبه یم، څومره چې ویسنه په ځان کې لرم-تېروم!
نن مې په‌خپلو ساه را ښکلو، ویناوو، چلندونو سره-پره، کړه.
وینې زما وې؛ ما تویې کړې.
ما (هغه) ونه لید.
ما خپلې کړې، وړې خواوې؛
دلته-هالته...
په سړي او مانفستې یا عقل کې لیدې؛
ړنګې کړې!
لا کوږ، لا تیاره شوم؛ لا ډک لا جاهل شوم!!

(c) ketabton.com: The Digital Library



## یادونه:

***پوره دولس کاله دمخه، له نوا راديو سره د کار په مهال، ما د سبا تلويزيون له‌پاره(شين سهار) په نامه د خپرونو يوه لړۍ وليکه، چې په پروګرامونو واورې؛ خو د برخليک غوښتنه دا وه، چې زه هلته له کار سره مخه ښه وکړم، او دا متنونه ترننه، خاموش پاتې شي.***

***اوس يې په يو څه لنډون سره له تاسو سره شريکوم.***

## حال
## ۵۵

ژوند څرک وهي.

رڼا اوريږي.

هستي د خپل ناپيدا سرنوشت په لور، لاره نيسي.

شيان، څيرې، څيزونه، کاڼي، غرونه...

د خدای له کوره راغلي څراغ کې،

سپينيږي؛

رنګ او شکل پيدا کوي.

او موږ په‌خپلو سترګو کې، دغه ټوله دنيا پيدا کوو؛

نمانځو.

خدايا شکر!

برکت دی وي پر هستۍ چې د ستا له مينې، ساه اخلي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۵٦

ورځ شوه.

زه ويښ شوم.

دنيا مخ لوڅ کړ.

زه هر خوا چې ګورم، ښکلا ده،

رنګ دي، غږ دی، رڼا ده،

او دا هرڅه له مينې جوړ شوي.

دنيا له مينې جوړه ناوې ده.

هر انسان د مينې شهزادګی،

يا يې شهزاده دی.

دنيا او کائينات يو مخ د مينې له څراغونو ډک دی.

## حال
## ۵۷

**ژوند** څغلي!

زموږ زړونه ټوپونه وهي،

فکر کې خاطرې را ويښيږي.

سترګې مو په رنګونو  او څيرو پسې ګرځي راګرځي.

او دا ټول ژوند دی.(د چوپتيا دمه)

ژوند همدا حرکت دی.

ژوند هر حرکت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



مور په ژوند ډک یو.
هستي پر ژوند ډکه ده.
او څه چې سترګو ته راځي، یوازې ژوند ښکاره کوي.
نو اصلي شی ژوند دی.
څیرې او رنګونه او وزنونه،
هغه لباسونه دي، چې ژوند اغوندي.(د چوپتیا دمه)
مور یوازې هغه وخت ژوند وینو، چې په یوه څیره کې، را ښکاره شي.
نو دغه تشه او خلا چې مور یې وینو،
ټوله د ژوند له تومنې ډکه ده. (د چوپتیا دمه)
راځئ خپل لاسونه، پښې، سترګې، غوږونه،
خوله او ذهن... هرڅه ژوند ته ورکړو!
راځئ، چې د ژوند چینې؛ له ځانونو وبهوو.

## حال

## ۵۸

ژوند ته ښه راغلئ!
خدایي غږ او رڼا جوړې کړې دنیا ته، ښه راغلئ!
جهان ښکلی دی.
جهان سپین دی.
جهان تش دی.
جهان په تشیال کې غځېدلی، چې
مور زده کړو خدایي مینه.

(c) ketabton.com: The Digital Library



راځئ، خپلې سترګې د خدايي، پريمانه ليدلو ته پرانيزو!
راځئ خپل زړونه د دوستۍ باغونه کړو،
هلته خپلوان دوستان،
هېوادوال او نړيوال او
ټول ژوند را ميلمه کړو!
راځئ وښيو، چې مور خدای له‌پاره، د خدايي مينې رنګين باغونه ياستو!
ټوله مينه دې خدای ده.
خدای يو؛ خو د هرچا دی.
هستي، د خدايي مينې د سمندر،
راوړي ځګونه‌ومرجانونه دي.
مور يو يو، د خدايي عشق او رحمت د اقيانوس،
رنګين ځاځکي او عطرونه يو!
پر هستۍ دې برکت وي. پر مور- ګلستان زړونو- دې برکت وي!

## حال

## ۵۹

مينه، راچاپيره ده.
زمور دنيا مينې جوړه کړې.
دغه سباوون مينې راليږلی.
دا تازه هوا، د مينې خبر را ته اوروي.
دا سپينه ورځ، د مينې نښه ده.
د ونو دا شنه رنګونه، مينه ښيي.
د مرغانو دا تازه غږونه، د مينې سندره وايي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



دا کور، دا اور، دا مالت،
دا کوڅه او دا کلی،
ټول، مینې جوړکړي.(د چوپتیا دمه)

## حال
## ٦٠

موږ په هره ښکلا کې خپله ښکلا وینو.
موږ په هر تازه شي کې، د ځان دننه تازه شیان راویښنو.
ټوله ښکلا دننه ده، چې زما
او ستا له‌خوا راویښه شي.
راځئ، دغه ښکلا، په ټوله ورځ کې، راوباسو.
او هستي او مخلوقات وربانديې ونازوو.
هو! موږ د خدای ټولې هستۍ ته، په‌خپلې مینې سره،
میلمستیا ورکولای شو!

## حال
## ٦١

ای دنیا!
ته څومره ښکلې یې!
دنیا! نن دې بیخي تازه وینم!!
دنیا! ته هغه څه یې، چې پخوا مې نه یې لیدلې!

(c) ketabton.com: The Digital Library



دنیا! ته د نن دنیا یې؛ نوې، تازه، له عطرونو ډکه!
دنیا! ته ددغې شېبې دنیا یې؛ نوې یې.
او زما زړه په څېر معصومه یې!
دنیا! ستا هر بچی،
هر کاڼی او سمندر څاڅکی،
«کوه‌نور» یا «آب‌حیات» کېدلای شي!
دنیا!ته د خدایي ارادې، نوی، تازه او ددغې شېبې،
کوچنۍ لنډۍ‌وجاپانۍ (هایکو) کېدلای شې؛
خو چې زه د خدایي ارادې، د لیدلو سترګه واوسم!
هو! دنیا خدایي خط دی،
هر خدایي مین له‌پاره.

## حال
## ٦٢

هستي څومره چوپه او خاموشه ده! ژوند څومره آرام او ساده دی. دنیا څومره آرامه او بې‌غرضه ده!!!
هرڅه چوپ او خاموشه دي.
زموږ جسم هم ارام دی.
زموږ احساسات او عواطف هم آرام دي.
زموږ زړه هم آرام دی.
موږ له ټولې هستۍ سره، پخلا او آرام یاستو.
شیبه، د ابدیت ژوندی اقیانوس دی. (د چوپتیا دمه)

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ٦٣

هااااا...ى! جار جار چوپتيا!
چوپتيا چې نه وي، خدايي غږ به څنګه واورو!؟
د دنيا له اختراعي غږونو بايد بيتړۍ ووېستل شي،
چې سپينه خدايي سمفوني، روح ته شيدې راکړي!
مورږ ددغې سمفونۍ مادي څېرې ياستو!
موږ کې د جنت نغمه پټه ده.
دا بايد را ښکاره شي؛
دغه نن؛ دغه اوس!
يوازې مينه کولای شي، د جنت رباب، په سروکې او لنډۍ غزل،
يا مولانا رومي غوندې مثنوي، ترجمه کړي.
خدايا شکر، هرڅه مې زده وه!
هرڅه مې په زړه کې وه.
او اوس زړه دمخه دی،
زه د زړه په ګامونو، دنيا ته ور وځم.

## حال
## ٦۴

سلام، ای نوي سهاره!
سلام، ای ګلانو، چې له خاورو راټوکېدلي ياست؛

(c) ketabton.com: The Digital Library



خو جنت پر حواسو راپاشئ!
سلام، ای د ونې بې‌شمېره پاڼو!
سلام، ای صبح نووتازه!
تاسو ټولو شکر ادا کولو په‌خاطر،
لویه نڅا جوړه کړې، چې ژوند زموږ حواسو ته،
ښایسته شي!

## حال
## ٦٥

هرڅه پرېږدئ، یوه، واړه شي؛
لکه گل ته وگورئ!
موږ باید د ژوند ښایست له دغه گله واورو!
موږ باید د ژوند معصومیت،
د شبنم په یوه څاڅکي کې، وگورو!
موږ باید د مینې کیسه، د یوې مرغۍ،
په (غوچ غوچ) کې، واورو!
مرغۍ، کور-کوډله جوړوي،
چې د مینې تخم، تیغنه ووهي!
گل، له ځانه راوځي، چې د مینې باغ شکل پیدا کړي.
موږ یو بل ته خاندو، چې د خدایي عشق‌ورحمت اقیانوس،
شکل‌وهندسه، پیدا کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ٦٦

د خدای انسانانو!

گورئ، موږ په یوه نوي او تازه ورځ کې، ساه باسو.

موږ نوې دنیا ته راغلو.

دا یوه نوې ورځ ده.

هر ځل، د خوب له بستر راپورته کېدل، نوی ژوند دی!

زه، هغه څوک یم چې پرون نه وم.

(زه، ته، هغه) نوی،

زمان‌وشیبه نوې،

هستي او دنیا نوې،

هرڅه نوي او تازه دي؛ خو چې په مینه ورته وکتل شي.

ژوند، همیشه نوی او تازه دی.

موږ، په دغه نوي زمان (اوس) کې هغه کارونه کولای شو،

چې دمخه مو نه‌دي کړي.

موږ ازادیو چې نوې ورځ څه ډول پیلوو؟!

راځئ یوه له ریښتیاو او مینې ډکه ورځ پیل کړو!

## حال
## ٦٧

نوې ورځ، نوې شیبې

نوی عمر، نوې هیلې،

(c) ketabton.com: The Digital Library



نوی فکر، نوی باور
او حاضر خدای... (د چوپتیا دمه)
ټول زموږ دي؛ خو چې موږ د خدای واوسو.
ژوند پاک دی. سپین دی. هیڅ نه لري.
ښه ده ځان وپوښتو:
ایا زموږ افکار، هیلې او غوښتنې،
پردې ارزي چې د ژوند په رود سپرې شي؟ (د چوپتیا دمه)

## حال
## ٦٨

ژوند تک سپین دي.
ژوند رود دی.
د رود رنګ د اوبو رنګ دی. په اوبو کې طلایی کبان، ښه ښکاري.
ماشومان چې د اوبو له غاړې ودرېږي؛ نو د ګلانو پاڼې اوبو ته ور ډالۍ کوي.
لویان د ماشومانو پر دې اصراف خاندي؛
خو ماشومان د اوبو پر اوږو د ګلانو په شیندلو سره،
د اوبو د ژبې له شعر سره، د خپلو خنداګانو ساز ملګری کوي.
راځئ که ژوند ته ګلان نه ورکوو؛ نو له خپلو زړونو یو سپین احساس ور خوشې کړو.
له خپلو فکرونو یو څه سپین فکرونه ور وبخښو.
راځئ ژوند مچ کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library



ژوند هغسې بې غرضه تجربه کړو،
لکه ماشومان يې چې تجربه کوي.

## حال
## ٦٩

دا چې يو؛ همدا ژوند دی.
او همدا مو ژوند دی.
خدای ژوند را اوروي.
ژوند، يو مينه ناک غبر دی، چې نيستي په هستي ترجمه کوي.(د چوپتيا دمه)
ژوند، په موږ کې دی.
ژوند، په گلانو کې دی.
ژوند، په اوبو کې دی.
ژوند، په ونو او ډکو ويالو کې دی.
ژوند، په هر شي کې دی. او هر شی ژوند دی.
او ژوند د ستر مينه گر، د مينې او رحمت د اقيانوس،
له باغونو او رودونو را پياده کيږي.
مينه گر، خپل د گلانو او بلبلانو باغ يادوي،
مينه گر، يو يو څاڅکی روح،
يادوي.
او له همدې خاموش غبره،
د باغ هره ونه،
هره پاڼه او هره لښته،

(c) ketabton.com: The Digital Library



ښوري او ناځي او د لوی مینه‌گر،
مینه، په ستره ننداره بدلوي.
نو موږ په‌خپلو لاسو، پښو، سترگو، غوږو
او راز راز خوځیدو سره،
مینه، څومره څرگنده،
او اوس څرگندوو؟
راځئ له خپل فکر، حرکتونو
او فعالیتونو، دغه خالصه مینه، خوشې کړو.

## حال
## ۷۰

هاااای، شکر خدایه، ژوند راغی او زه یې را ویښ کړم.
زه ژوند وخوځولم. ژوند ښوري او ما زنگوي.
زه، د ژوند په جنتي غیږه کې، آرام کوم،
څملم، هوسا کیږم.
او ژوند دادی ما په مینه‌ناکو وږمو سره را ویښوي. (د چوپتیا دمه)
هو، دا بختور ژوند دی.
زه بختور یم، چې د ژوند یو اتوم یم.
څه چې وینم ژوند دی؛ د ژوند رنگین خپلواک اتومونه دي.
څه چې شته دي ټول ژوندي دي.
ژوند، په راز راز بڼو او څیرو او نومونو، خپل ژوند تازه کوي.
یوازې د ژوند ارته زانگو ده، چې دومره ستره نړۍ یې، خوځنده ساتلې.

(c) ketabton.com: The Digital Library



خدایا! موږ بل څه نه‌لرو، بل څه نه‌شته، بل څه نه ګورو،

یوازې ته یې، ټول حقیقت ته ته یې.

## حال

## ۷۱

**که** خدای نه‌وای؛ نو به څه ؤ؟ ژوند او دومره له شمېره وتي ژوندي به، له کومه کېدل؟

که ژوند نه وای، خدای به مو څنګه پیژانده؟

نو، چې خدای ونه پیژنو، اوسیدل په څه ارزي؟ (د چوپتیا دمه)

خدای شته. ژوند شته. زه یم. هستي شته. نور هم شته.

یوازې هغه څه شته، چې خدای غوښتلي.

ژوند او ژوندي، د خدای د ارادې ځرګندېدل دي.

راځئ، ژوند ته لاره شو.

ژوند ته سترګه شو.

ژوند ته خبره شو.(د چوپتیا دمه)

یوازې هغه کسان ژوندي دي چې ژوند پکې روان وي.

او ژوند ورنه روان وي. (د چوپتیا دمه)

ژوند زموږ فکرونه او خبرې دي.

ژوند زموږ ارادې او خواږه- ترخه کارونه دي.

او؛ ژوند زموږ په سترګو کې رنګین، او راز راز ځیرې او تصویرونه دي.

(د چوپتیا دمه)

راځئ، خپل ذهن، خپلې خبرې، خپل غوږونه،

(c) ketabton.com: The Digital Library



خپلې سترګې، له ژونده ډکې کړو.
راځئ، ټولو ته، (ژوند ژوند) ووایو.
راځئ، ټول ژوندي ژوندي ووینو.
راځئ، د ټولو ژوندیو له خولې، د ژوند ټوله ترانه واورو.
همدا نن، همدا اوس.

## حال
## ۷۲

ورځ شوه. دنیا رڼا شوه.
دنیا زما په سترګو کې، پیدا شوه. (د چوپتیا دمه)
دنیا، زما په سترګو کې ځای ونیو.
دنیا، زما په غوږ را ننوته.
زه، د دنیا له غږ او له رنګه ډک یم.(د چوپتیا دمه)
دنیا غږ ده. دنیا ترانه ده. دنیا له خبرو جوړه ده.
موږ د دنیا، رنګین غږونه اورو (د چوپتیا دمه)
موږ غږونه اورو؛ ځکه دنیا را ته شته. که غږ نه وي؛ دنیا مري.
دنیا د غږ دنیا ده.
دنیا یوه لویه سندره ده.
راځئ په ښایسته او مینه‌ناکو غږونو، د دنیا سندرغاړي شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۷۳

دنیا، د غږونو ویاله ده. هره خوا چې ګوروو؛
غږونه را اوري.(د چوپتیا دمه)
آدمیان غږیږي، مرغان غږیږي؛
د هغو ژبه، زموږ لهپاره، ترانې جوړوي.
باد غږیږي؛
د باد غږ موږ د وریځو، په حرکت کې وینو!
ونې، بوټي، شنبلي، وږي، پالیزونه، ګلان
او میوې هم، خپل، خپل غږونه لريِ(د چوپتیا دمه)
ټول طبیعت غږونه او غوږونه لري؛
کنه لمرګلي، د لمر په لور نه ور کتل.
کنه اوبه په وچو زمکو نه ورتلې؛
کنه په ژمي پسې پسرلی او ورپسې اوړی،
او ورپسی منی او ورپسی بیا ژمی نه راتلل.(د چوپتیا دمه)
ټول څه هم غږ لري، هم رنګ او هم یو بل اوري.
ټول طبیعت یو د بل لهپاره ترانې او سندرې وايي؛
ځکه خدای داسې سندربول پیدا کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۷۴

واه واه! ښه خوږ سهار دی!

څه سپینه ورځ ده.

دنیا د مېلیاردونو انسانانو او بې‌شمېره موجوداتو، ژوندی گلستان دی.

دا ستره سمفوني باید واورو؛ کنه ژوندي به نه ؤ!(د چوپتیا دمه)

دنیا غږ ده.

دنیا د ناتمامه خدایي غږ، نقاشي ده.

هرڅه ددغه بې‌متنه غږ له اتومونو را پنځېدلي.

(د چوپتیا دمه)

## حال
## ۷۵

غږ د ژوند سا ده. دنیا په خدایي غږ او رڼا ودانه ده.

له بې‌غږۍ سره، هرڅه مري.

هرڅه هیریږي، هرڅه ورکیږي.

غږ، د هستۍ نوم دی(د چوپتیا دمه)

زه له هغې شیبې یادیږم؛ چې ونومول شوم.

گل له هغې شیبې شته؛ چې گل ونومول شو.

دنیا له هغې شیبې شته، چې ونومول شوه. یاده شوه.

موږ د غږ له لارې دنیا مومو.

موږ چې د هر غږ لاره ونیسو؛ یو شی مومو.(د چوپتیا دمه)

د غږونو باران دی بختور وي.   (د چوپتیا دمه)

(c) ketabton.com: The Digital Library



**حال**
**۷۶**
**رڼا ۱**

ژوند پرک وهي.
نور اوريږي.
سیمه، چاپيريال، دنيا ځليږي. (د چوپتيا دمه)
موږ د نور په وړانګو کې لامبو.
موږ د نور د سمندر لامبو زن یو.
نور د روح خوراک او څښاک دی.(د چوپتيا دمه)
نور پرک وهي.
څيرې، شکلونه، رنګونه؛ ټول د نور له وړانګو جوړ
بيتونه او شعرونه دي.(د چوپتيا دمه)
دا خدايي نور دی چې شيان شته.
دا نور دی چې شيان را ښکاري.
که نور او رڼا نه وي،
هرڅه پټ او ورک پاتې کيږي.



**حال**
**۷۷**
**رڼا ۲**

ورځ ده.
رڼه ده، شيان، څيرې

(c) ketabton.com: The Digital Library



او انسانان رانه دي.(د چوپتیا دمه)

که رڼا نه وي، زموږ پښې به کوم مزلونه ووهي؟

که نور نه وي، ښکلاوې به څنګه ووینو؟

که لمر نه وي، ورځ به له کومه کړو؟(د چوپتیا دمه)

د رڼا رودونه له لمره را بهیږي.

زموږ د ګلانو او نیالګیو او فصلونو په لور را روانې چېنې،

او ویالې او لښتي؛ ټول له لمره ډک دي.

ګلان هغه وخت اوبه څښي چې لمر وي. (د چوپتیا دمه)

لمر له مینې ډکه مور ده.

لمره له شنه سهاره، تر زیړي مازدیګره،

خپل نباتي او حیواني اولادونه، د نور په تیو، ماړه ساتي.

## حال

## ۷۹

## رڼا ۳

نور-لکه غبږ، زموږ له‌پاره ساه ده.

نور، زموږ له‌پاره ژوند دی.

نور، ساه ده. نور ژوند دی.

نور، خدایي مینه ده؛

له ټول ژوند او مخلوق سره.

نوروغبږ، د خدای خبره ده.

نور، زموږ فکر دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



زموږ نړۍ لید دی.

نور، د خدای نښه ده.(د چوپتیا دمه)

## حال

## ۸۰

## رڼا ۴

رڼا، زیرۍ دی.

رڼا، ورځ ده.

موږ هره ورځ، د رڼا په لوی او ابدي څراغ کې، ګورو.

شمعې، ډیوې، لاټینونه، الیکینونه،

لمپې، ګیسونه،

او ډول ډول څراغونه ټول،

د رڼا واړه واړه، څاڅکي دي.

موږ د رڼا په باران کې ژوند کوو،

او ټوله رڼا له خدای څخه راځي.(د چوپتیا دمه)

رڼا، د خدای ده.

موږ د رڼا په قلمرو کې، د الهي برکاتو میلمانه یاستو.

خدایا شکر!

دا اوس، موږ ټول ستا د رڼا میلمانه یاستو.

موږ ټوله ورځ، ستا د نور له څاڅکو د ژوند سا اخلو.

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال

## ۸۱

## کائینات ۱

سهار شو.

کائینات را ویښ شول.

ژوند منډه واخیسته!(د چوپتیا دمه)

زه یم.

دا زما کور-زما اور دی.

کور، د زمکې پر اندام، دیوال او دروازه شوی.

او د زمکې لوی خاورین مرغه، په تشه فضا کې،

په الوت و په نڅا ده.(د چوپتیا دمه)

کائینات نفس باسي.

کائینات ژوندي خدایي هېوادونه دي.

کائینات، د غږ په بې‌متنه ژبه، د ژوند نغمه غږوي.(د چوپتیا دمه)

هستي له غږ ډکه ده. کائینات د غږ لوی (نیبستان) ده. چوپتیا دمه)

## حال

## ۸۲

## کائینات ۲

کائینات زما زمکه ده. کائینات د ټولو مخلوقاتو،

رنگین کلی دی.

کائینات سپین متن دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



چې غږ او رڼا - دا اوس - په کې اکسیجن شړي او موږ عمر کوو.(د چوپتیا دمه)

موږ د کائیناتو د ابدیت په عمر کورنۍ،

غړي یاستو.

ټول مخلوقات، د کائیناتو واړه - زاړه،

سپین و خړ،

لوړ او ټیټ، غړي دي.

هرڅه د خدایي ارادې په معنا سنبال دي.

هرڅه د خدای دی او خدای یوازې یو!

هرڅه د خدایي علم‌وحکمت، ژوندي اتومونه دي.

هرڅه د هستۍ د سترې او ابدي همغږۍ،

تالونه او خپلواک بیتونه دي.(د چوپتیا دمه)

**حال**

**۸۳**

**کائینات ۳**

اه، شکر خدایا!

شکر دنیا ټوله نوې او تازه ده.

زه نن هغه دنیا گورم چې هیڅ‌مهال نه وه.

دا نوې دنیا، نوې نړۍ، نوی اوس،

او نوی ژوند دی!(د چوپتیا دمه)

زه نن نوي کائینات گورم.

(c) ketabton.com: The Digital Library



دا کائینات ټول نوي او تازه دي.

دا کائینات ژوندي دي.

کائینات له ژونده ډک دي.

کائینات خدای پیدا کړي.

کائینات له غږه ډک دي.

کائینات نه پرانستل شوي کتابونه دي.

(د چوپتیا دمه)

ټول خبرې کوي.

**حال**

**۸۴**

**کائینات ۴**

ورځ نوې ده.

شیبه نوې ده.

فضا نوې ده.

د خدای هستي او کائینات نوي دي. (د چوپتیا دمه)

کائینات ځکه وینم، چې د خدای د قدرتونو زده‌کړه وکړم.

کائینات ځکه مخ لوخوي، چې زه د خدای رحمت ووینم.

دا ټول کائینات، د عشق‌ورحمت د اقیانوس څاڅکي دي.

کائینات زما د زده‌کړې ښوونځی دی(د چوپتیا دمه)

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ۸۵
## کائينات ۵

زه د زمکې اوسيدونکی يم.
زه په زمکه اوسم.
زه په زمکه کور او کلی لرم.
زه په زمکه کار او ژوند کوم.
او زمکه د کائيناتو يوه څانگه ده.
زمکه د هستۍ يو گل دی.
او زه په ويښه له زمکې سره يم؛
خو چې شپه شوه،
زه پريوتم،
حواس مې ويده شول، ذهن مې ارام شو؛ زه بيا
چيرې را ويښيږم؟
زه په خوب کې کوم ځايونه گورم؟
موږ په خوب کې د کومو زمکو ميلمه يو؟
زه څنگه دا تازه او نااشنا زمکې گورم.
هغه څوک دي چې زه په خوب کې ورسره اوسم،
ورسره مينه کوم،
ورسره ناسته او ولاړه کوم،
او ورسره زده‌کړه کوم؛
دا د ابديت د نژاد څوک او څه شی کيږي!
نن لوی کار را له غاړې شو!(د چوپتيا دمه)

(c) ketabton.com: The Digital Library



## حال
## ٨٦

حال، د زمان ژبه ده.
او تر هغو چې د اروا برخليک، په زمکه کې جوړيږي،
حال به سا کاږي.
که ژوند ؤ،
او که د خدای تعالی اراده وه،
د حال سمفوني به نوې څپې او تالونه راوړي.
تر هغې مو ژوند له برکتونو ډک اوسه!

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