

وقتی خودم را در تو می بینم

As I See mySELF Like You

وقتی خودم را در تو می بینم

As I See mySELF Like You

امیر علی سیاسی

AMIR ALI SIASSI

ترجمه: حسن کتیبه

Translator: HASSAN KATIBEH



سرشناسه	:	سیاسی، امیرعلی، ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور	:	وقتی خودم را در تو می بینم = /As i see myself like you
تالیف و تدوین امیرعلی عباسی؛ ترجمه حسن کتیبه.	:	
مشخصات نشر	:	تهران: اتاق آبی، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	:	۱۹۲ ص؛ ۱۴×۵/۵×۲۱ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۵۵۹۰-۱۱-۱
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	فارسی - انگلیسی.
موضوع	:	کلمات قصار انگلیسی
موضوع	:	Quotations, English
موضوع	:	نکته‌گویی‌ها و گزینہ‌گویی‌ها
موضوع	:	Aphorisms and apothegms
موضوع	:	کلمات قصار
موضوع	:	Quotations
شناسه افزوده	:	کتیبه، حسن، ۱۳۰۷ - مترجم
رده بندی کنگره :		۱۳۹۵ ۷و۹/۶۰۸۱PN
رده بندی دیویی :		۸۰۸/۸۸۲
شماره کتاب‌شناسی ملی	:	۴۵۳۲۳۴۹



انتشارات اتاق آبی

وقتی خودم را در تو می بینم

امیرعلی سیاسی

ترجمه: حسن کتیبه

طرح جلد: بیتا امین پور

چاپ اول: ۱۳۹۶

چاپ و صحافی: ندا، تیراژ: ۲۱۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۵۹۰-۱۱-۱

ناشر: اتاق آبی

Email: blueroomads@yahoo.com

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

فهرست CONTENTS

۱۱.....	Serenity Prayer دعای آرامش
۱۲.....	Endless Prayer دعای بی پایان
۱۳.....	Everything is Energy همه چیز نیرو است
۱۵.....	The Process of Creation فرآیند آفرینش
۱۶.....	Creative Process فرآیند خلاقیت
۱۸.....	Love Evolves the World عشق دنیا را می گرداند
۱۹.....	Love Everyone Unconditionally عشق همه بدون قید و شرط باش
۲۰.....	LOVE is Oneness عشق یکی بودن است
۲۲.....	LOVE & Attachment عشق و وابستگی
۲۳.....	Giving & Taking دادن و گرفتن
۲۵.....	Quality's more than Quantity کیفیت بیش از کمیت است
۲۶.....	Life's 2 Balances دو تعادل زندگی
۲۷.....	Pleasure & Pain لذت و درد
۲۸.....	Being & Becoming بودن و شدن
۲۹.....	PEACEful Purpose هدف صلح آمیز
۳۱.....	ManifestO بیانیه
۳۳.....	Need to be Led نیاز به هدایت شدن
۳۴.....	Right State of Mind ذهن حق طلب
۳۶.....	Volunteer داوطلب
۳۷.....	Utopia آرمانشهر
۴۰.....	The Law of Higher Consciousness قانون آگاهی بالاتر

۴۱.....	Earth is a School دنیا مدرسه است.....
۴۴.....	Higher Learning آموزش عالی.....
۴۵.....	Highly Evolved Society جامع بسیار تکامل یافته.....
۴۷.....	EDucation تحصیل.....
۵۰.....	Foundation of Truth بنیاد حقیقت.....
۵۴.....	Life's Truths حقایق زندگی.....
۵۶.....	A Purposeful Life زندگی هدفمند.....
۵۸.....	Dharma دارما.....
۵۹.....	Good Living زندگی خوب.....
۶۱.....	Solutions راه حل.....
۶۴.....	Life Tips راهنمایی زندگی.....
۶۵.....	Useful Advice توصیه‌های مفید.....
۶۶.....	Insight بینش.....
۶۸.....	Beautiful Insights بینش زیبا.....
۷۰.....	5 Insights of LOVE پنج بینش عشق.....
۷۲.....	The Alchemy of LOVE کیمیای عشق.....
۷۴.....	Mysticism is Alchemy عرفان کیمیاست.....
۷۵.....	Mysticism the Soul of Religions عرفان روح ادیان.....
۷۸.....	Mystical States حالت‌های عرفانی.....
۷۹.....	2 Ways of Mysticism دو راه عرفان.....
۸۲.....	A Mystic's Thoughts افکار عارفانه.....
۸۵.....	A Mystic's Sayings گفتار عارفانه.....
۸۹.....	Sayings of Sri Sri گفتار شیری شیری.....
۹۱.....	Sayings of Buddha گفتارهای بودا.....
۹۴.....	Sayings of Lao Tzu گفتارهای لایو تزو.....
۹۵.....	Patanjali's Sutras سوتراهای پاتانجالی.....

وقتی خودم را در تو می بینم ۷

۹۸.....	Rumi's 4 Techniques چهار روش مولانا
۱۰۰.....	The 4 Ways to Immortality چهار راه به زندگی دائمی
۱۰۳.....	Purpose of Spiritual Practices هدف تمرینات معنوی
۱۰۵.....	Self-Improvement اصلاح خود
۱۰۷.....	Methods روش‌ها
۱۰۹.....	The Tree of Life Meditation تعمق درخت زندگی
۱۱۱.....	Golden Bubble of Protection محافظت حباب طلایی
۱۱۳.....	Kouros Kabir's 7 Jewels هفت اصل کوروش کبیر
۱۱۴.....	Hugging Benefits فواید بغل کردن
۱۱۶.....	Identities Bridge پل هویت
۱۱۷.....	The Law of Attraction قانون جاذبیت
۱۱۹.....	Mindful Walking آگاهانه راه رفتن
۱۲۰.....	3 Steps of Growth سه پله رشد
۱۲۱.....	Mindful Eating هوشیارانه غذا خوردن
۱۲۳.....	Addictions & Preferences اعتیاد و ترجیح
۱۲۴.....	Recovery بهبودی
۱۲۶.....	Will Power قدرت اراده
۱۲۷.....	Divine Will brings Joy خواست الهی لذت بخش است
۱۲۸.....	Awareness Overcomes Anxiety آگاهی بر اضطراب غلبه می کند
۱۲۹.....	Alertness Transforms Energy هوشیاری نیرو را تبدیل می کند
۱۳۰.....	Trust & Doubt اعتماد و شک
۱۳۲.....	Emotional Debt بدهی عواطفی
۱۳۳.....	Emotional Freedom آزادی عاطفی
۱۳۵.....	3 Kinds of Freedom سه نوع آزادی
۱۳۶.....	The Law of Detachment قانون کناره گیری
۱۳۷.....	From the Outer to the Inner از برون به درون

۱۳۹.....	Essence at Ease ذات در آرامش.....
۱۴۰.....	Who is theBELOVED? معشوق کیست؟.....
۱۴۱.....	What is LOVE? عشق چیست؟.....
۱۴۲.....	LOVER عاشق.....
۱۴۳.....	REVeLation وحی.....
۱۴۴.....	Enlightenment = Intelligenc+Inocence روشنایی آگاهی و.....
۱۴۶.....	Enlightenment is Conscious Sleep روشنایی خواب هوشیارانه است.....
۱۴۸.....	Physics Discovers Awareness فیزیک آگاهی را کشف می کند.....
۱۵۱.....	BEING بودن.....
۱۵۲.....	The Human Condition شرایط بشریت.....
۱۵۳.....	ForGive ببخش.....
۱۵۵.....	Happiness شادی.....
۱۵۷.....	3 Qualities of Happiness سه صفات شادی.....
۱۵۸.....	Qualities of No-Time صفات بی زمان.....
۱۵۹.....	Righteousness تقوا.....
۱۶۰.....	Saintliness قداست.....
۱۶۲.....	True IDentity هویت حقیقی.....
۱۶۳.....	As I See myself Like You وقتی خودم را در تو می بینم.....
۱۶۴.....	Real Self خود واقعی.....
۱۶۶.....	Co-Exist هم زیستی.....
۱۶۸.....	The Solution of Relationships راه حل روابط.....
۱۷۰.....	Holy Relationships روابط مقدس.....
۱۷۳.....	SoulMates to SoulMates معشوقان پیش معشوقان.....
۱۷۵.....	Marriage Vows خطبه عقد.....
۱۷۷.....	Cipher Session جلسه رمزنگاری.....
۱۷۹.....	Personal Legend افسانه شخصی.....

وقتی خودم را در تو می بینم ۹

۱۸۱.....Forever One همیشه یگانه

۱۸۲.....3 Points of Knowledge سه نکته دانش

۱۸۴.....3 Basic Wisdoms سه پایه و اصول خرد

۱۸۵.....7 Stages of Illumination هفت مرحله روشنگری

۱۸۶.....Enlightenment روشنایی

Serenity Prayer

GOD grant me the Serenity to accept the things I cannot change,
The Courage to change the things I can, and the Wisdom to
know the difference.

دعای آرامش

خدایا متانتی به بنده ده که بپذیرم چیزهایی که نمی‌توانم تغییر دهم
شهامتی ده که بتوانم تغییر بدهم چیزهایی که می‌توانم
و خردی فرما که تفاوتی بین این دو حالت

Endless Prayer

The highest form of prayer is thought control
Therefore, think only loving thoughts, O Soul
even in moments of darkness see only perfection,
express only gratefulness, then choose your next reflection
In this process is found tranquility, peace and happiness
Know the song of the soul may be sung in many ways
and the sound of silence may be heard many times
Life's a meditation and we're contemplating the Divine
This is called true wakefulness or right-mindfulness
Everything in life is blessed experienced as witnesses
Those who attain choose to name it perfection
They use all of life's events as a meditation

دعای بی پایان

عالی ترین شکل دعا کنترل افکار است
بنابراین فقط افکار مثبت و عاشقانه داشته باش
حتی در لحظات ناامیدی فقط کمال گرا باش
شاکر باش، و انتخاب کن هستی خودت را
در این فرایند صلح، صفا و شادی به دست می آیند
در خیلی راهها ترانه جان خوانده می شود
و صدای سکوت به دفعات شنیده می شود
چون تمام زندگی تعمقی است در تفکر آفریننده
این بیداری واقعی نامیده می شود یا تفکر صحیح
تجربه کن و شاید باعث برکت زندگی شد
آنهایی که کسبش می کنند می گویند کمال است
زندگی و پیش آمدهایش را صرف تعمق می کنند

Everything is Energy

Everything in the Universe is energy
E=MC², Mass & Light equals energy
We are living in an ocean of motion
Everything seen with physical senses is vibrational interpretation
We hear because our ears translate vibration
We see because our eyes translate vibration
We smell because our nose translates vibration
We feel because nerves translate vibration
We taste because our tongue translates vibration
And that's the reason for our perception of the environment
All energy has a vibration, it emits a frequency
Thought is the most potent form of energy
Because it penetrates all space and all time
Every thought has a frequency
And can be measured, actually
Our jobs as humans are to hold onto the thought of what we want
And from that we start to invoke one of the Universe's greatest laws

همه چیز نیرو است

همه چیز در کائنات نیرو است
حجم و نور مساوی با نیرو است
ما زندگی می کنیم در اقیانوس حرکت
همه چیز دیده می شود با حس فیزیکی، تفسیر نیرو است
می شنویم چون گوش های مان ترجمه می کند نوسان را
می بینیم چون چشم های مان ترجمه می کند ارتعاش را
بو می کشیم چون بینی مان ترجمه می کند فرکانس را
احساس می کنیم چون اعصاب مان ترجمه می کند لرزش را
مزه ها را می فهمیم چون زبان مان ترجمه می کند ارتعاش را
و به همین دلیل این طور می بینیم محیط مان را

۱۴ وقتی خودم را در تو می بینم

تمام نیرو حاوی ارتعاشی است که فرکانس ساطع می کند
فکر قوی ترین نوع نیرو است
چون به تمام فضاها و زمانها نفوذ می کند
هر فکر یک فرکانس دارد
و می تواند اندازه گیری شود
وظیفه ما انسانها در پندار، گفتار و کردار نیک است
و بر این قرار فرا می خوانیم یکی از برترین قوانین جهان را

The Process of Creation

Most people really believe if they "have" a thing
like more money, time, love or any other thing
only then can they "do" a thing
like work at a job , take up a hobby, or undertake a relationship
which will finally allow them to "Be" a thing
happy, peaceful, conscious, or loving
Actually, in the Universe the reverse is true showing
it begins with "Being" the thing called happy, knowing
then you start "doing" things from this place of being
soon you'll find your doings are bringing in the things you're
"having"
In life you don't have to "do" anything
it's all a question of what you're "Being"
to get, let's set into motion the process of creating

فرآیند آفرینش

بیشتر آدم‌ها بر این باورند اگر چیزی را "داشته" باشند
مانند مال، زمان، عشق یا هر چیزی دیگر
فقط آن زمان می‌توانند "کاری" را انجام دهند
مثل شغل، سرگرمی، یا حتی رابطه موفق
که نهایتاً اجازه می‌دهد برای "بودن"
مانند شادی، صلح، هوشیاری یا عاشق بودن
در واقع، کائنات نشان می‌دهد بر عکسش
شروع می‌شود با بودن دانایی و شادی
سپس از این جای بودن "کارها" انجام می‌شوند
به زودی می‌بینی کارهایت باعث چیزهای هستند که "داری"
در زندگی مهم کار و شغل نیست، سوال این است که چه "هستی"
پس بگذار این روند خدمت به خلق را به جریان بگذاریم

Creative Process

There are three steps in the creative process
First step, request something from the universe
Second step is to believe it's already yours
You don't have to know just how it's going to come about
Doubt brings about disappointment, trust and let the universe
figure it out
Begin to feel as if it were here, now
When you feel good you put yourself in the frequency of what
you need
which must lead to your request being met
Step three is to receive that which you requested
there are powerful processes for our universal progress
The attitude of gratitude brings more into your life
and what you visualize will materialize in actual life
When you're visualizing always and only dwell upon the result
at the end
this is such a holographic experience so real in the moment
that you don't even feel like you need it, because you got it
It's the feeling that creates the attraction, not just the thought
because the thought alone may not bring about the feeling
and the feeling brings about the power of attraction
So sense perception is the preview of life's coming attractions

فرآیند خلاقیت

روند خلاقیت سه مرحله است
اول، چیزی را درخواست کردن
دو، باور کن که مال خودت هست
نباید بدانی که چطور خواهد آمد
شک ناامیدی می‌آورد، اعتماد کن به هستی
حس کن که اکنون این‌جاست
وقتی حس خوب داری نیازت هماهنگ با فرکانس است

که باعث برآورده شدن درخواستات است
مرحله سوم دریافت کردن خواسته های شماست
روندهای قدرتمندی هستند در پیشرفت کیهانی
شکرگزار بودن برکت را بیشتر می کند
و آن چیزی که تجسم می کنی خلق می شود
وقتی داری تصور می کنی تمرکز کن روی نتیجه خواسته
این تجربه هولوگرافیک واقعی در لحظه است
که حس نمی کنی که نیازش داری چون مال خودت است
جاذبه از طریق احساس به وجود می آید نه تنها با فکر کردن
چون فکر به تنهایی شاید حس را ایجاد نکند
و حس است که باعث قدرت جاذبه می شود
ادراکات حسی پیش درآمد جاذبه های آینده است

Love Evolves the World

No one is so poor that they can't give a smile
and no one is so rich that they don't need a smile
Love not money makes the world evolve and be worthwhile
Love matures boys and girls into husbands and wives
Love between man and woman brings about child
Children who get enough attention are less likely to commit
offenses
and become victims of the political world systems need to live in
defense
Hoping they can understand fears senseless pretense
fearing the unknown, fill your moments with involving
experiences
it'll disappear when we come to know our lovingly conscious
essence

عشق دنیا را می گرداند

هیچ کس آن قدر فقیر نیست که نتواند لبخند هدیه بدهد
و هیچ کس آن قدر دارا نیست که نیاز به لبخند نداشته باشد
عشق و نه پول جهان را می گرداند و ارزشمند می کند
عشق به ثمر می رساند همسری پسران و دختران را
عشق بین مرد و زن فرزندان را به وجود می آورد
فرزندانی که با عشق تحت توجه قرار می گیرند کمتر خطا کاراند
و کمتر قربانی سیستم سیاسی جهان می شوند
امیدوارم که بتوانیم بی معنی بودن ترس را بفهمیم
از ناشناخته ها می ترسیم، لحظه همامان را با تجربیات مشترک و جدید پر کنیم
ترس از بین می رود زمانی که به حضور عشق هوشیارانه برسیم

Love Everyone Unconditionally

When we begin to increase the number of people
for whom unconditional love we feel
we become aware of the many security, sensation
and power dramas that each of them are playing
we realize that we don't have enough energy and time
with a "bleeding heart" to respond to the problems in their life
Our life works best when we love, serve and flow positivity
from the consciousness that the Universe gave this energy
and it feels wonderful to pass along this energy
As we become more conscious, increasing is our energy
and less of it will be drained by our own security,
sensation and power addictions
Then we will liberate a continuous stream
that will flow into loving yourself
and serving people around yourself

عاشق همه بدون قید و شرط باش

زمانی که ما تعداد آدم‌هایی را بدون قید و شرط
که عاشقشان هستیم افزایش می‌دهیم
از نمایش‌های قدرتی، حسی و امنیتی
که هر کدام بازی می‌کنند آگاه می‌شویم
می‌فهمیم که به اندازه کافی نیرو و زمان نداریم
با احساس همدردی که مشکل‌های دیگران را حل کنیم
ما زندگی بهتری خواهیم داشت وقتی
هوشیاریم از نیروی ارایه شده از جهان هستی
در خدمت به دیگران به کار برده و انرژی مثبت را به آنها منتقل می‌کنیم
و ان نیرو کمتر صرف امنیت و احساس قدرت‌طلبی ما خواهد شد
در نتیجه، هم عشق به خودمان و خدمت به دیگران به کار خواهد رفت

LOVE is Oneness

A miracle is a return to love
Or a shift in our perception
& a willingness to keep our heart open
Reality is subjective
Truth is objective
Our Truth is Love & Oneness
Our falsity is fear & separateness
Heaven is Being in Love & Oneness
Hell is being in fear & separateness
Faith is an aspect of consciousness
We're on the earth to love
To "sin," is to have a loveless thought

عشق یکی بودن است

معجزه برگشتن به عشق است
یا تغییر در ادراکمان
و تمایل به باز گذاشتن قلبمان
واقعی شخصی است
راستی حقیقت است
حقیقتمان عشق و یگانگی است
توهم ما ترس و جدایی است
بهشت، بودن در عشق و یگانگی است
جهنم، بودن در ترس و جدایی است
ایمان، صفات هوشیاری است
ما این جا هستیم برای تجربه عشق
گناه یعنی ادراک تهی از عشق

Love & Attachment

Due to the subtle fear of freedom
everyone wants to be a slave
Of course we all talk about freedom
but to be really free we need to be brave
because when you are really free you're alone
If you are courageous enough to be alone only then can you be
free
and very few are brave enough to be alone
for the great majority need someone to not feel lonely
so they occupy themselves with others to not get bored with
themselves
since we can't live for ourselves, we live for others
the same is the case with the someone else
he or she can't live alone, hence the search for the other
Since they are searching for attachment, commitment, bondage
sooner rather than later they will get married
then the two persons to each other become slaves
next they start struggling to become free
Normally whatsoever we get, we get bored with
and whatsoever we don't get, becomes an obsession
Real Love doesn't become attachment, it's a natural progression
the mechanism for love to turn into attachment is possession
We must remain individuals and be independent
we can come together, unite, but no one possesses
then there'll be no bondage and no attachment
when we know who this being is which is in us
and what this consciousness is which is us,
we'll not be attached only then can one really love
while sharing with no conditions and expectations
we overflow, in this overflowing of ourselves is love

عشق و وابستگی

به خاطر ترس مزمن از آزادی بردگی را انتخاب کردند
معلوم است که همه صحبت می کنیم از آزادی
ولی باید برای آزادی شجاع بود چون تنهایی واقعاً آزادی
اگر شهامت تنهایی را داری می توانی آزاد باشی
و افراد کمی برای تنهایی شهامت دارند
چون اکثریت دیگران نیاز دارند که تنهایی را احساس نکنند
پس خودشان را با دیگران مشغول می کنند که در بیابند از تنهایی
چون ما برای خودمان زنده نیستیم، برای دیگران زندگی می کنیم
چون دنبال وابستگی، تعهد و اسارت هستیم زودتر ازدواج می کنیم
بعداً این دو نفر به هم اسیر می شوند و مبارزه می کنند که آزاد بشوند
معمولاً آن چیزی که داریم قدرش را نمی دانیم
مخصوصاً طالب آن چیزهای هستیم که نداریم
عشق واقعی پیشرفت طبیعی است نه وابستگی
مکانیزم برای تبدیل کردن عشق به وابستگی مالکیت است
ما باید افرادی مستقل باشیم در زندگی
می توانیم با هم در رابطه باشیم، عهد ببندیم ولی مالک هم نباشیم
آن وقت هیچ اسارت و وابستگی نیست
زمانی که بشناسیم درونمان را که هوشیاری است
وابسته نمی شویم، فقط آن زمان واقعاً عاشقیم
زمانی که بی شرط و توقع تقسیم می کنیم
سرریز می شویم، عشق در همین سرریزی است

Giving & Taking

To many it seems a greater pleasure in taking
than there is in giving
But the pleasure that is had in giving
can never be found in taking
Whenever you've given, that giving has given you pleasure
and whenever you've taken, you've missed out on that pleasure
The more we're interested in taking then more thoughts will
crowd the mind
If you understand it correctly, you'll see greed is mind
where there is no greed, there is meditation and charity
The scriptures say there's no greater sin than greed and no higher
virtue than charity
The reason is that the charitable mind will become meditative
and when the day comes that you're ready to give
everything, seeking to gain nothing
then you will receive everything

دادن و گرفتن

برای خیلی‌ها لذت بیشتری است در گرفتن تا بخشیدن
ولی لذتی که در بخشش هست، در پذیرش نیست
هر وقتی که بخشیدی، آن بخشش لذتبخش بوده
و هر وقتی که گرفتی، از آن لذت بخشش دور بودی
هرچه بیشتر تمرکز کنیم روی گرفتن بیشتر می‌خواهیم
اگر درست ببینی می‌فهمی که طمع از ذهن است
جایی که طمع نیست، نیکوکاری و تعمق هست
کتاب‌های مقدس می‌گویند گناهی بزرگ‌تر از طمع نیست
و تقوایی بالاتر از نیکوکاری نیست چون ذهن نیکوکار به تعمق می‌رسد
و آن روزی که حاضری همه چیز را بدهی، و هیچ چیز نگیری
آن موقع همه چیز را به دست می‌آوری

Quality's more than Quantity

You know when we do our best
we are going to live life very intense
which will be filled with positivity & productivity
giving ourselves to our family and community
It's the action that makes us feel joyous
Doing our best is acting for and from the joy of it
not because we're expecting a reward
Most people only take action when they expect a reward
and that takes away from the joy of the action
That's the reason they don't do their best in their actions

کیفیت بیش از کمیت است

زمانی که به بهترین شکل تلاش می کنیم
خیلی مشتاقانه زندگی می کنیم
که پر از مثبت بودن و بهره وری است
واگذار کردن خودمان به خانواده و اجتماع
فعالیتی است که باعث لذت‌مان است
بهترین حرکت آنی است که از شادی و برای شادی است
نه حتماً به خاطر پاداشی
اکثر آدم‌ها به خاطر پاداش کار می کنند
و آن از لذت فعالیت کم می کند
به همین دلیل آنها بهترین را در فعالیت‌های‌شان ارایه نمی دهند

Life's 2 Balances

There are 2 balances on the Scale of Life
One is of who you are the other of what you do, right
Your being or nature is already the case
While doing is not already the case
True to survive we had to do much and achieve
But our activity can lead us away from our being
That whatever you have or can do is not "you"
Being precedes even succeeds all you have or can do
Activity or Achievements are the circumference or outer
Whereas, Being is our true innermost center

دو تعادل زندگی

دو تا تعادل در ترازوی زندگی هست
یکی آن چه هستی و دیگری آن چه انجام می دهی
وجود یا بودنت طبیعتت است
ولی برای انجام دادن باید خارج از ذات رفت
واقعیت این است که برای زنده ماندن باید تلاش کرد
ولی همان فعالیت می تواند ما را دور از وجودمان کند
چیزی که می توانی انجام بدهی یا مالکش باشی خود ذات تو نیست
چون وجودت مقدمه و دنباله تمام مال و اعمال است
فعالیت تو ظاهر قضیه است
ولی باطن اصل ماجراست

Pleasure & Pain

Being happy is liking the way we feel
not being happy is not liking the way we feel
There are only two feelings: pleasure and pain
The way we experience pain
and its name depend on when the pain occurs
Pain in the present is experienced as hurt
or sadness experienced
as the realization of loss or disappointment
Pain in the future is perceived as anxiety
Pain in the past comes up when we get angry
Guilt, redirected and held within, is anger unexpressed
requiring energy to redirect, its depletion leads to being
depressed

لذت و درد

شاد بودن دوست داشتن حسی است که داری
شاد نبودن دوست نداشتن حسی است که داری
فقط دو احساس وجود دارد: لذت و درد
دردی را که تجربه می‌کنیم
بستگی دارد که کی اون درد پیش بیاید
وقتی آزار و غم را تجربه می‌کنیم
به خاطر مرگ یا دل شکستگی درد احساس می‌شود
درد در آینده نگرانی و دلواپسی است
درد در گذشته به صورت خشم و عصبانیت بروز می‌کند
گناه که در درون پنهان بماند خشم و عصبانیت عرضه نشده است
برای تغییر جهت به نیرو نیاز دارد و حذفش باعث افسردگی می‌شود

Being & Becoming

Life is built from our actions
Our Being is a result of past actions
What we Become is due to our future actions
Our advantage is in the actions
which have not yet happened
Our life is composed of two states
Being and Becoming
which result from our thinking
Promises result to decisions
Actions are the product of decisions
Actions have reactions
which create our Fate
And our thoughts or mindstate
Can help solve what did or didn't take place

بودن و شدن

زندگی از کردارمان ساخته می شود
آن چه هستیم نتیجه کارهای گذشته مان است
آن چه می شویم بستگی به کارهای آینده مان دارد
امتیازمان در کنش هایی هست که پیش نیامده اند
زندگی ما دو حالت دارد
بودن و شدن که حاصل تفکرات است
عهدها باعث تصمیم گرفتن می شود
پیش آمدنی ها از تصمیم ما به وجود می آید
هر کنش واکنشی دارد
که سرنوشت ما را می سازد
و طرز تفکر یا سطح فکر ما
می تواند کمک کند به حل رخدادها یا چیزهای که رخ نداده

PEACEful Purpose

The human spirit to thrive, be alive
has to naturally live not just survive
it needs to be present in its atmosphere
tuned in to the time and place of Now, Here
To touch the well-spring of the creative soul
We have to act on possibilities known
We need to experience how our actions affect the planet
We receive a feeling of personal power as that happens
I perceive what I believe leads
to conceiving, achieving deeds
Involvement in love by showing it
is growing up and evolving us
from the presence's essence like holy instruments
in each and every of life's moments and seconds
All for our deepest wishes and hopes to surface
Aren't most of us seeking peace and its purpose?

هدف صلح آمیز

روح بشریت برای پیشرفت و زنده بودن
باید به طور طبیعی زندگی کند نه صرفاً زنده بماند
لازم است که در شرایط زمان و مکان حال حضور داشته باشد
برای تماس با سرچشمه خلاق باید نسبت به امکانات شناخته شده فعال باشیم
بایستی اثرات رفتار خود را در جهان هستی تجربه کنیم
ما از آن احساس قدرت و اعتماد دریافت می‌کنیم
دیده می‌شود که اعتقادات مان منجر به دستیابی اعمال ماست
ثابت قدم بودن در راه راست باعث رشد و تکامل مان است
همچون انعکاس ذاتیم یا ساز الهی در همه لحظه‌های زندگی
که رخ بدهد عمیق‌ترین آرزوها و امیدها
مگر اکثرمان جوینده صلح و اهدافش نیستیم؟

ManifestO

I don't now or ever want to be an emperor
Nor do i ever want to rule or conquer
If I could I would rather empower
Than live a life of a selfish coward
everyone if possible should be happy, not in misery
We need love and to be loved not despised
In this world there is enough room for everyone
As this good earth is rich enough to provide for everyone
The way of life can also be free and beautiful
We lost track on that path as greed has poisoned our soul
Has blockaded the world with hate
Has made wars for resources our fate
We have developed speed but we are slaves to those very
machines
That mass produces, not abundantly enough, to fulfill
consumer's needs
Our knowledge has made us cynical
Our cleverness makes us hard and unspiritual
More than cleverness, we need to reward kind acts and being
gentle
We are far too cerebral, rather than emotional
Much, much more than machinery or technology
we desperately need to come together as a family: Humanity

بیانیه

هرگز نمی خواهم امپراطور باشم
و هیچ گاه هم نخواستم تسخیر کنم
ترجیح می دهم به شماها قدرت و قوت بدهم
تا زندگی خودخواهانه و نامردی داشته باشم
همه کس در صورت امکان بایستی شاد باشند و نه بیچاره
همه نیاز به عشق دارند و عشق بورزند نه مورد انزجار قرار گیرند

این دنیای پهناور برای همه بندهای خدا جا دارد
این زمین آن قدر برکت دارد که اگر درست تقسیم بشود برای همه بندهای خدا
کافی است

راه زندگی هم می تواند آزاد و زیبا باشد
و ما به خاطر مسموم شدن روحمان از طمع گمراه شده ایم
طمع دنیا را با نفرت محاصره کرده
برای منابع جنگ های سرنوشت ساز راه به راه انداخته
در انجام سریع کارها پیشرفت داشته ایم
و در واقع برده ماشین آلات شده ایم
که تولید انبوه می کند نه به حد نیاز مصرف کنندگان
دانشمان ما را بدبین کرده
زرنگی مان ما را مادی، سخت و غیر معنوی کرده
بیشتر از زرنگی باید به نیکوکاری و مهربان بودن پاداش بدهیم
ما بیش از حد فکر می کنیم تا حالت عاطفی بودن
خیلی بیشتر از تمرکز کردن روی پیشرفت تکنولوژی
ما خیلی زیاد نیاز داریم که به هم بیونندیم به عنوان فامیل انسانیت

Need to Be led

We have a deep need to be led
We also really want to be led
For our responsibility to be less
Our responsibility, the leader gets
Let love be the leader, it's beyond law & lawyer
There are no rules & regulations for Love or Lover
Rules & regulations exist since we haven't loved
We theorize, philosophize when we don't know
As actions speak louder, we show what we know

نیاز به هدایت شدن

ما شدیداً به راهنمایی شدن احتیاج داریم
در ضمن علاقه مند به راهنمایی شدن هم هستیم
زیرا برای کم شدن مسئولیت مان
اختیار را به راهنما می سپاریم
پس بگذار عشق راهنمایت باشد
عشق فراتر از قوانین و وکیل است
چون برای عاشق قانونی و مقرراتی وجود ندارد
قانون وجود دارد چون ما عشق نورزیدیم
ما نظریه پردازی و فلسفه بافی می کنیم وقتی نمی دانیم
ولی عمل مان گویاتر از الگوی علمی که داریم

Right State of Mind

Thinking with the right state of mind we start illuminated
witnessing
To transcend negative ego, fear-based, dualistic, selfish thinking
Life's difficulty isn't in the outer things that happen
The difficulty is in people's beliefs and interpretations
We either think with our fearful negative ego or Loving God
Mind
As our thoughts create our reality and thoughts create our
feelings
It's not circumstances but our interpretations that imprisons or
frees us
We've got to think with our God Mind to become an Integrated
Ascended Master
Everything is a Spiritual test for our Soul growth and everyone
our Master Teacher
Seeing Life through the God Mind all negative emotions become
transcended
We live in constant unconditional love, inner peace, joy,
forgiveness, nonjudgment

ذهن حق طلب

با ذهن حق طلب حضور نیروی نور را درک می کنیم
فراتر می رویم از نفس منفی، ترس، دوگانگی، و تفکر خودخواهانه
مشکل زندگی در رخدادهای خارجی نیست
بلکه در برداشت و تصویری است که از آن ها داریم
افکارمان یا با ذهن منفی ترس است یا با ذهن عشق الهی
چون افکارمان واقعیت مان و حس های مان را ایجاد می کند
پیش آمدها نیست بلکه برداشت مان از آن هاست که ما را اسیر یا امیر می کند
با بینشی که همه چیز آزمایشی است و همه معلم مان
تمام عواطف منفی رها می شود، چون در عشق بی قید و شرط هستیم

Volunteer

One who comes to help

Without being asked to help

One who is inspired, self-motivated

Who aspires for others, work dedicated

From spiritual practices a volunteer gains integrity

Acknowledged needs to be authority

From accepted challenges comes the strength of a volunteer

Moving beyond boundaries finding he/she is able to do more is a volunteer

A true volunteer does not expect appreciation or reward

A volunteer has such a joy-that joy, itself, comes as the reward

Realizing this filled with gratitude is the volunteer

Waivering from within, the support system is knowledge & good friends to the volunteer

داوطلب

شخصی که کمک حال است

بدون این که از او درخواست کمک شود

کسی که الهام بخش و به صورت خود جوش است

پذیرش مبارزه و عبور از حد و مرزها از نیروی داوطلبی سرچشمه می گیرد

که خود باعث انجام وظایف بیشتری می شود

داوطلب واقعی توقع پاداشی ندارد

چون در ارایه خدمات لذتی است که در دریافت وجود ندارد

دوستان خوب حامی شخص داوطلب هستند

Utopia

Fundamentally, the proposition of Utopia or an ideal state in Platonic philosophy, before Christ and prior to Islam, is a style of philosophical development

4 pillars of an ideal state were propounded by Plato, justice, chastity, wisdom, and bravery are in themselves a sign of positive futurism

Of these 4, wisdom accompanies chastity or knowledge with ethics and bravery with justice.

Asking why is the world limping today?

The reason is because 1 or 2 of these pillars are missing

These 4 bases are the factors for perfection for an individual as well as a society

An illiterate person, a coward scholar, a courageous scholar devoid of chastity,

a courageous chaste scholar unjust and oppressive are all examples of imperfect persons

The presence of only one or few and not all the four pillars does not lead to perfection

But if these four attributes are available in an individual such a person is deemed to be a perfect

And if these were found in a society it would be considered as an ideal state

آرمان شهر

اساساً قضیه آرمان شهر در فلسفه افلاطون یک ایده آل است

قبل از مسیحیت و اسلام یک روش توسعه فلسفی است

که چهار محور در آن مطرح شده

عدالت، نجابت، حکمت و شجاعت نشانه های آینده مثبت اند

در این چهار محور خرد همراه نجابت، دانش با کردار و شجاعت با عدالت است

می پرسیم چرا این دنیا می لنگد امروز؟

به خاطر وجود نداشتن دو تا از این ستون ها
این چهار اساس عامل های کمال یک فرد و جامعه است
شخص بی سواد، محقق ترسو، محقق شجاع بدون عفت
محقق شجاع و با عفت ولی بی عدل و ستمگر تمام نشانه های نقص است
حضور یک یا بعضی از این ها و نه تمام شان به کمال نمی رسد
ولی اگر این چهار صفت در یکی باشد او به درجه اعلا رسیده است
و اگر این ها در یک جامعه پیدا شود آن جامعه ایده ال محسوب می شود

The LAW of HIGHer Consciousness

In order to grow and develop into higher consciousness
one needs to fully understand the importance
of becoming one with the Law of Higher Consciousness:
“Love everyone unconditionally--including yourself.”
Now how can you love others, if you don't love yourself?
The internal love of self and others is integral
to making the external space loving in general
Learning to love unconditionally is stepping toward the eternal
it means getting free of interference from our programmed
addiction
or those emotion-backed demands commanding the brain
instructions
this enables us to receive signals clear perceive clearly what is
now here
Also evaluate more wisely, widely for effectively affecting the
cause more near
The key is instant emotional acceptance of the now and here
or the emotional acceptance of the previously unacceptable
situation
When emotions are stimulated we can't perceive clearly our real
life situation
our bio-computer or brain sends a flow of info emphasizing
alienation and separation
creating a twisted evaluation of the here based on program
addiction
causing expression of differences and suppression of similarities
amongst ourselves and others destroying our ability to love
unconditionally
The world knows that from lack of love comes global
unhappiness
some fine advice for our time in The Law of Higher
Consciousness:
“You add just as much suffering to the Universe
when you take offense as when you give offense.”

قانون آگاهی بالاتر

برای رشد و توسعه به آگاهی بالاتر
باید کاملاً درک کنیم اهمیت یکی شدن با قانون آگاهی بالاتر
"بدون قید و شرط عاشق همه باشید از جمله خودتان"
چطور عاشق دیگران هستید زمانی که عاشق خودتان نیستید؟
عشق درونی خود و عشق به دیگران، عاشق ساختن فضای خارجی مان است
آموختن بی قید و شرط عشق، گام برداشتن به معشوق جاودان است
یعنی رها شدن از وابستگی به برنامه ریزی مان
یا آن تقاضاهای عاطفی که امر و فرمان می دهد به مغزمان
این باعث می شود سیگنال ها را شفاف و روشن دریافت کنیم
و خردمندانه تر و دقیق تر ارزیابی کردن موقعیت برای گرفتن بهترین نتیجه
نکته کلیدی آن است که دریابیم لحظه حال مان را
یا پذیرش عاطفی موقعیت قبلی که غیرقابل تحمل بوده
وقتی عواطف تحریک می شوند نمی توانیم موقعیت زندگی مان را واضح ببینیم
مغزمان پیغام هایی می فرستد که تاکید می کند بر بیگانگی و جدایی
که به وجود می آورد ارزیابی پیچیده به خاطره وابستگی به برنامه ریزی
ندیدن شباهت ها در دیگران توانایی عشق بی قید و شرط را در ما از بین می برد
دنیا خوب می داند که بدون عشق ناخوشی عالم می آید
پند و نصیحت خوب برای این زمان می گویم:
"شما همان قدر رنج به دنیا اضافه می کنید،
هم زمانی که رنج می بری و هم زمانی که می رنجانی"

Earth is a School

Thinking the thought 'Earth is a school'
Is essential for spiritual growth & inner peace
A school is a place of learning
Learning means to get knowledge
Earth is a school to learn about ourselves
Right now we don't know ourselves
We think we are our body, our emotions, our thoughts
We ultimately are a spark of divinity, an extension of source, an
expression of cosmic intelligence
even though we don't always act intelligently since we don't
know ourselves
We are here to show ourselves in thoughts, speech & deeds
And through our daily lives we go through all kinds of
experiences
Experience means knowledge gained through tests
Every experience in life is a set of tests
To demonstrate our divinity in thought, words & action
As we become more aware of this we realize it's what
incarnation is about
And if we pass the test which is thinking, speaking & acting with
love, self-mastery, wisdom
We get to know ourselves and others on a deeper, closer level.
The more we pass these tests the more we identify with our
divine self
Until the degree of total purification where we finally graduate
from this Earthly school.

دنیا مدرسه است

اندیشه‌ای که جهان را یک مدرسه می‌داند
لازمه رشد معنوی و صلح درونی است
مدرسه مکانی برای یاد گرفتن است
یادگیری یعنی دانش آموختن

جهان جایی است که راجع به خودمان یاد می گیریم
اکنون خودمان را نمی شناسیم
فکر می کنیم که فقط جسم، عواطف ما و یا افکار ماست
نهایتاً جرقه الهی، ادامه منبع و نماد هوش کیهانی هستیم
گرچه همیشه عاقلانه رفتار نمی کنیم چون خودمان را هنوز نشناختیم
ما این جاییم که خودمان را در پندار، گفتار، و کردار نیک نشان بدهیم
و در زندگی روزمره تجربیات مختلفی را به کار می بندیم
تجربه یعنی کسب دانش از طریق آزمایش
هر تجربه در زندگی یک دسته آزمایش است
که نمایانگر پندار، گفتار و کردارمان است
هر چه هوشیارتر از این می شویم دلیل خلقت را می فهمیم
زمانی که پس بدهیم آزمایش پندار، گفتار و کردار عاشقانه را
به خودمان و دیگران نزدیکتر خواهیم شد
هر چه در این امتحانات بیشتر قبول می شویم
به روح الهی مان نزدیکتر می شویم
تا تصفیه کامل روحمان، سپس آموزش مان در این سیاره به پایان می رسد

Higher Learning

In a Highly Evolved Being society there's no such thing as a "school system"

offspring are reminded what's so and what works as their process of education

Offspring aren't raised by parents but by their elders though they aren't necessarily separated from their parents who may be with them whenever they wish and spend as much time with them as they like

What we call school is translated as "learning time"

Offspring choose the skills they would like to acquire as opposed to being pressured to learn what others require

Intrinsic Motivation is thus at its highest level or peak and so skills are gained quickly with joy and ease

They have a Triangular Code of Awareness, Honesty, Responsibility

this isn't something that is forced into the Highly Evolved Being rather it's received almost by osmosis

through behaviors modeled by adults for kids

because in Highly Evolved Cultures adults are knowing that their children do what they see others are showing

The main difference between a Highly Evolved Being Society is that they have truthful observation as opposed to human societies

where many deny what they see or don't do what serves them

Furthermore we have health-care that's more like a disease-care system

spending one-tenth on preventing diseases and nine-tenth on managing them

and then deny that profit motive is what stops any real progress on educating people on how to act, eat, and live in optimal health and success

آموزش عالی

در یک جامعه بسیار تکامل یافته چیزی به نام سیستم مدرسه وجود ندارد
در سیستم آموزشی به کودکان تعلیم داده می شود که این چیست و آن چه جور
کار می کند

آموزگاران بچه ها را بزرگ می کنند و نه والدین آن ها
ولی لزوماً از والدین جدا نمی شوند
والدین هر وقت بخواهند در کنار فرزندانشان
مدرسه یعنی وقت آموزش برای شان
فرزندان انتخاب می کنند مهارت هایی را که می خواهند
برخلاف در فشار بودن برای آموختن چیزهایی که دیگران می خواهند
بنابراین انگیزه درونی در بالاترین حد است
و مهارت ها را سریع به راحتی و با علاقه یاد می گیرند
آن ها از مثلث نظام نامه که شامل آگاهی، صداقت و مسئولیت است، برخوردارند
این نظام نامه بر موجود بسیار تکامل یافته تحمیل نمی شود
ولی گرفته می شود از خاصیت نفوذ و حلول
از طریق رفتارهای بزرگسالان برای بچه ها
چون در فرهنگ های بسیار پیشرفته می فهمیم که بچه های شان آن چه می بینند
انجام می دهند
بیشترین تفاوت بین جامعه بسیار تکامل یافته این است که مشاهده صادقانه دارند
برخلاف جوامع تکامل نیافته
چیزهای را که می بینند انکار می کنند و چیزهایی را که به نفع شان است انجام
نمی دهند

علاوه بر این مراقبت های پزشکی داریم که بیشتر مانند مراقبت مرض است
که یک دهم برای پیشگیری و نه دهم برای معالجه آن ها خرج می کند
و انکار می کنند که سودجویی است و مانع اصلی پیشرفت در آموزش مردم
و آن بر آداب، خوراک و زندگی بهتر تاثیرگذار است

Highly Evolved Society

Highly Evolved Beings do the daily tasks or jobs that must be done for a society to exist and function they're the most highly rewarded workers in the service of All and this to a highly evolved being isn't considered work at all but the highest form of self-fulfillment, the ideas and experiences humans have created around self-expression are simply not part of the highly evolved beings culture to them success' definition is foreign for there is no failure Their experience of accomplishments or achievements comes from understanding what real value is and it's appreciation "Achieving" is defined as doing what brings value the highly evolved beings do have a system of values they value that which produces benefit to All We see greater benefit in games played with balls than in leading offspring to remember life's greatest significances or sourcing members of society's necessary spiritual sustenance Highly Evolved Beings honor those who minister or teach because it's what works and that's of value for society There are no have-nots in a highly evolved society because they apply two basic essential principles, First, We are All One and Second, there is enough for All Beings Being conscious of the interrelatedness of all things none of the natural resources are destroyed or wasted on the Highly Evolved Beings home planet

جامع بسیار تکامل یافته

افراد پیشرفته وظایف خود را برای بقا و پیشرفت جامعه انجام می دهند
آنهایی که در خدمت همه هستند بیشترین پاداش را می گیرند
و این برای یک انسان والا کار عادی است
عقاید و تجارب افراد در جامعه مرفعی همان فرهنگ پیشرفته است

و برای آن‌ها موفقیت و شکست معنا ندارد
تجربه آن‌ها از اعمال‌شان آن است که تنها چیزی که ارزشمند است
و باید به آن ارج نهاد فهم و درک پیرامون‌شان است
موفقیت یعنی انجام کاری با ارزش
انسان‌های والا سیستم ارزشی دارند
و به چیزهایی که به نفع بشریت است ارج می‌نهند
افراد عادی بیش از آن که به راهنمایی و یادآوری اصول مهم زندگی به
فرزندان‌شان بپردازند، توجه خود را معطوف امور پیش پا افتاده کرده‌اند
انسان‌های پیشرفته به معلمان افتخار می‌کنند
آن‌ها کارهایی می‌کنند که به نفع همه است و ارزشمند برای جامعه
در جامعه متعالی همگان دارا هستند
و این دو اصول را رعایت می‌کنند
وحدت وجود را عینی می‌کنند و منابع جهان‌شان را مساوی تقسیم می‌کنند
آن‌ها از روابط متقابل همه چیز در هستی آگاهند
در دنیای انسان‌های متعالی منابع طبیعی بی‌پرده تباه و نابود نمی‌شود

EDucation

Humans are born as a potentiality
We are not born as an actuality
This is very special and extraordinary
The animals are all born perfect instinctively
Humans are the only imperfect animal
Thus growth and evolution are possible
Education is the bridge between our potential and the actual
The Art of Living isn't being taught in universities, colleges, and schools
They only prepare you to get a good job and a sum of some income
Maybe give us a better living standard not a better standard of life, they're not synonymous
The so-called education prepares us to earn bread in the world
And Jesus says, "Man cannot live on bread alone."
Real education is to give us outer and inner wealth
Right education is to bring us more health
True education teaches you to be yourself
Education, essentially, actualizes our potentials

تحصیل

آدمها با عاملیت بالقوه به وجود می آیند
ما خود به عنوان واقعیت به وجود نمی آییم
این خیلی مخصوص و خارق العاده است
حیوانها به طور غریزی کامل آفریده می شوند
آدمها تنها حیوان ناقص هستند
بنابراین رشد و تکامل ممکن است
تعلیم، پل بین بالقوه و بالفعل است
هنر زندگی را در دانشگاهها و مدرسهها درس نمی دهند
آنها فقط یک شغل و درآمد خوب فراهم می کنند

شاید استاندارد زندگی بهتر بدهند نه استاندارد بهتر زندگی کردن
ما با علم می توانیم نان به سفره بیاوریم
ولی عیسی گفت: "مرد فقط با نان زنده نیست."
تعلیم واقعی، ثروت باطنی و ظاهری می بخشد
تعلیم درست سلامتی بیشتر می دهد
تعلیم حقیقی یاد می دهد که خودت باشی
در اصل، آموزش بالقوها را بالفعل می کند

Foundation of Truth

We are the product of all our thoughts
Positive thoughts lead to positive thoughts
Hatred changes through love, the follower of this law
Even if he can recite only a little of it at a time
Renouncing the profane attains serenity attainy serenity mind
Earnestness is the path of immortality
Thoughtlessness the path of fatality
When thoughts are focused with mental clarity
Beyond ideas of good/bad we transcend fear through meditation
No parent, siblings or any other relatives
But a well-directed mind will do us greater service
Neither perversities nor sins of commission or omission of others
But his own misdeeds & negligences should a sage discover
The fool who knows his foolishness is wise so far at least
But a fool who thinks himself wise, he is called a fool indeed
As a solid rock by wind is not shaken
Wise people do not change amidst praise and blame
One whose appetites are controlled
Who in enjoyment is not absorbed
Who have perceived bare & unconditioned freedom
Their path, like flying birds, is difficult to fathom
Better than a thousand senseless words
Is one word that brings peace to the world
It is better to conquer yourself than to win outer conquests
Better than years of commotion Is a day in contemplation
Better than years of regression is one day spent in reflection
Better than years of procrastination is a day in perseverance
The outcome of goodness is happiness
The outcome of evil is miserableness
A seeker of happiness
That doesn't punish happy, will receive the happy state
If one practices what he preaches, mastering himself acquires the
qualities of a master
Once realizing our calling, we have to fulfill our calling

بنیاد حقیقت

ما نتیجه مجموعه افکارمان هستیم
مثبت واکنش مثبت دارد
و منفی باعث منفی می شود
عشق نفرت را متوقف می کند
پیرو حق حتی اگر فقط کمی بتواند راز هستی بگوید
اگر رها کند احساس هوس، نفرت و حماقت را، حاوی دانش و آرامش ذهن
می شود
اشتیاق راه جاودانی است
بی فکری راه نابودی است
وقتی فکرها روی شفافیت ذهن متمرکز می شود
با دست کشیدن از فکر خوب و بد، آن وقت در تعمق ترسی نخواهد بود
به جز از یک ذهن خوب هدایت شده هیچ چیز ارزشمندتر نیست
والدین، اولاد و خویشاوندان به ما خدمت بزرگ تری نمی کنند
یک فرد عاقل بایستی رفتار غلط و بی توجهی خودش را کشف کند
نه انحرافات و گناهان دیگران را
احمقی که حماقت خودش را می داند اقلأ تا حدی عاقل است
ولی احمقی که خودش را عاقل داند به معنی واقعی احمق است
مثل سنگی که با باد تکان نمی خورد
در مقابل ستایش و سرزنش خردمندان تغییر نمی کنند
کسانی که میل شان تحت کنترل است
که در لذت غرق نشدند
که درک کردند آزادی بی حد را
مانند پرندگان که عمق سیر آنها را نمی توان اندازه گیری کرد
بهتر از هزار حرف بی خودی
کلامی است که به جهان صلح بدهد

۴۸ وقتی خودم را در تو می بینم

بهتر است بر نفست غلبه کنی
تا در هزار نبرد پیروز شوی
یک روز بودن در تعمق خداست
بهتر از صد سال رنجاندن دیگران است
بهتر از صد سال چهل
یک روز بودن در تفکر است
بهتر از صد سال بیهودگی
یک روز گذراندن در ثبات قدمی
نتیجه خوبی خوشحالی است
نتیجه بدی بدبختی است
وقتی کسی دنبال خوشی خودش است
تنبیه نمی کند دیگرانی را که دنبال شادی هستند
از حالا تا ابد شاد خواهد بود
اگر کسی حرف و عملش یکی باشد
وقتی خودش تسلیم شد می تواند دیگران را تسلیم کند
نگذار کسی مسئولیتش را به خاطر شخص دیگری فراموش کند
بعد از این که هدف تعیین شد حواست را جمع وظایفها کن
دنبال راه گناه نباش بلکه راه تقوا را
آرامیدن در این و آن جهان نعمت است
آدمهایی که بی ملاحظه بودند و حالا سر عقل آمده اند
جهان را روشن تر تمام می کنند

Life's Truths

Knowledge has to become responsibility
Meaning is always strong but affiliations are weak
Some hardships are the beginning of growth and completion
Anticipation of problems are commonly overlooked
The main reason for stress and depression is not being active
In two things a person forgets himself: pleasure and pain
In life we are left with no choice but to accept hardship's pain
And if we are smart from life's beauties attain pleasure
To the extent that we become dissolved or absorbed in them
Things become serious when they attract our attention
Excessive attraction to material is irrational extends to lust carnal
The time life turns cold is when the soul is not satisfied
Then the body starts eating itself (self-destruction)
The solution is in healing yourself with meaning
By becoming cultured the soul gets built
The price of good living is expensive
We must be modest in the presence of The Most High
Surprise is a state of suspended reason
A key element in mysticism is attraction
Always positively occurring from events full of magnitude
People from the words they use are always recognized
Speech is the manifestation of thought
And thought is the manifestation of soul
There are 3 kinds of healing: speech, meaning, and mysticism
Management should first start from our own words
In mysticism until one doesn't pass the state of conversation
One doesn't reach the Master of Religion
Words are the house of the psyche
But schools introduce our thoughts
Mysticism is a moment to moment evolution, not a pause
The spirit in man and woman is one
We have to have self-esteem and self-respect
The disciple has to stay healthy in the presence of negatives
The time that solutions come naturally is called favor
Anywhere that there isn't foresight, accidents become more
Our hopes are more profound than our words

حقایق زندگی

دانش بایستی به مسوولیت گراییده شود
مفهوم همیشه قوی است ولی وابستگی ها ضعیف اند
بعضی سختی ها شروع رشد و تکامل است
آمادگی برای رو به رو شدن با مشکلات کم هستند ولی جزئی از زندگی اند
دلیل اصلی افسردگی و اضطراب فعالیت کم است
در دو چیز انسان در زندگی به فنا می رسد: درد و لذت
در زندگی ما باید درد را قبول کنیم
و از زیبایی ها لذت ببریم
در آن حل شویم یا در آن ذوب شویم
مسائل وقتی جدی می شوند که ما را به خودشان جذب می کنند
جذابیت اگر نه با عقل بلکه اشیاء باشد تبدیل به خواهش های جسمانی می شوند
وقتی زندگی سرد می شود روح راضی نیست
بدن خودش را می خورد (خودآزاری)
راه حل، موضوع را با معنا حل کردن است
روح با فرهنگ ساخته شده است
خوب زیستن گران است
در حضور خداوند متعال فروتن باش
تعجب یک حالت دلیل در حیرت است
جذابیت در عرفان یک حالت مهمی است
که از حوادث پر حجم و همیشه مثبت به وقوع می پیوندد
آدم ها از حرف های شان شناخته می شوند
گفتار نمایانگر افکار است
و افکار نمایانگر روح است
کلام، معنا و عرفان سه نوع مداوا هستند
مدیریت را اول از کلام شروع کنید

وقتی خودم را در تو می بینم ۵۱

در عرفان تا شخص از حالت مصاحبت عبور نکند به پیر دین نمی رسد
کلمات خانه روان است
ولی مدارس افکار را معرفی می کنند
عرفان سیر تکاملی لحظه به لحظه است نه توقف
روح در مرد و زن یکی است
ما باید حرمت و اعتماد به نفس داشته باشیم
مرید باید در حضور منفی ها سلامت باشد
وقتی راه حل های طبیعی پیدا می شوند سعادت است
هرجا که پیش بینی نباشد تصادف بیشتر رخ می دهد
آرزوهای مان عمیق تر از کلام های مان هستند

A Purposeful Life

Begins by going within to discover that purpose
is about unconditional love and being of service
by making contact with the presence present
can and does alter our worldvision in essence
Less focused or fixated on personal problems
knowing necessary are our experiences
even if you don't understand what's happening
you still go on with it, nevertheless
Quiet Acceptance of what is, or Enlightenment
Also called the state of "Lightening UP"
Not having hostility, anger, remorse nor judgement
But just a willingness to go with it not fighting it
being unconcerned about gain we go beyond outcome
behaviors focus more on the fulfillment of your purpose
transcending success, achievement and performance
as indications of your holy life's mission
Children of the Moment, only love giving

زندگی هدفمند

شروع می شود با رجوع به درون مان و فهمیدن این که هدف زیستن
عشق بدون شرط ورزیدن در خدمت به خلق است
و با ارتباط داشتن به آگاهی مان
که می تواند نظر ما را نسبت به جهان در بسیاری موارد تغییر دهد
درد و رنج کاهش می یابد چون نمی گویم چرا به سر من آمده
آگاهی بر این که آن چه به سرمان می آید لازم است
حتا اگر ندانیم چه می گذرد، در صورتی که با آن سازش می کنیم
روشنایی را سکینه می نامند
روش فکری را می توان این طور معنی کرد
قبول آرام آن چه که است یا حالت رهایی از نادانی

بدون خصومت، خشم، پشیمانی یا قضاوت
نوعی رضایتمندی که می پذیری
تمرکز کردن روی انجام دادن وظایفها
نه لزوماً به خاطر منفعتات
وراء رفتن از کارایی و موفقیت
به عنوان نشانه های ماموریت زندگی مقدست
فرزندان لحظه ها فقط عاشق بخشیدن اند

DHARMA

Dharma says physical manifestation
Also has a spiritual destination
It states that you have a unique talent
With a unique way of expressing this talent
And you do this better than any other on the planet
For these skills there are also unique needs, granted
Supplying our demands with your talents
And creative expression translates into affluence
Generating unlimited wealth and abundance

دارما

قانون دارما می گوید که مخلوقات

مقصد معنوی دارا هستند

می گوید که شما استعداد منحصر به فردی دارید

و روشی منحصر به فرد برای عرضه کردن این استعداد

کاری که بهتر از دیگران انجام می دهید

برای این مهارت‌ها، نیازهای ویژه است

هنرها نیازها را برطرف می کنند

و مولد ثروت و فراوانی نامحدودی می شود

Good Living

We are alive so we should live good
Good living is an expression of our behaviors
From our thoughts come our behavior
Reflection with certainty leads to decisions
Till a thought isn't chosen, frozen is decision
Decision brings into play our will, or energy for activity
Good behavior breeds good personality creating a good destiny
Living good is compulsory like our air intake
A sign of completion is security like a serene mindstate
Our actions are the reflections of our thought process
Mysticism is a purification & refinement process Definition is
given after something is created
Potential is something which has not yet surfaced
Existence always arises from existence
The non-existent can't be defined because it doesn't exist
Everything originates from potential
Part of the potential which surfaces we call objective
Like a fetus which can't be seen at first, but can after birth
Consider both occurrences and what didn't occur
Civilization's Pillars are Science, Philosophy, Behavior, Art &
Mysticism
not being bound by the chains of negativity means Freedom
The afterlife means the result of our life in this world

زندگی خوب

ما زنده ایم پس باید خوب زندگی کنیم
زندگی خوب بیانی از رفتارمان است
رفتار ما از افکار ما نشات می گیرند
تفکر با یقین موجب تصمیم گیری می شود
تا فکری انتخاب نشود، تصمیم هم نمی گیریم
تصمیم، اختیار یا نیروی فعالیت ما را به وجود می آورد

رفتار خوب، شخصیت خوب به وجود آورده و مولد آینده خوبی است
خوب زندگی کردن مثل نفس کشیدن اجباری است
یک نشان کامل از امنیت مثل ذهن آرام است
کردارمان فرآیند پندارمان است
اصولاً عرفان روش تصفیه و تزکیه است
وقتی چیزی ساخته می‌شود معنی می‌بخشد
نیروی نهفته چیزی است که هنوز ظهور نکرده است
هستی همیشه از هستی بروز می‌کند
نیستی چون نیست قابل توضیح هم نیست
همه چیز از نیروی نهفته سرچشمه می‌گیرد
بخشی از نیروی نهفته را که ظهور می‌کند هدف می‌نامیم
مثل جنین که در ابتدا دیده نمی‌شود ولی پس از زایمان دیده می‌شود
ستون‌های اصلی تمدن علم، فلسفه، رفتار، هنر و عرفان هستند
معنی آزادی اسیر زنجیر منفی‌ها نبودن است
زندگی بعدی یا دنیای دیگر نتیجه زندگی ما در این جهان است

Solutions

Speak with integrity say only what you mean
Don't back-bite and gossip with your words
In the direction of truth & love use the power of your Word
Nothing others do is because of you
A projection of their own reality is what others say & do
When immune to others actions and opinions
To needless suffering you won't be the victim
Have the courage to question and express your needs
Communicate clearly to avoid misunderstandings
Your best depends on your state of health, the healthier the better
Always do your best to avoid self-judgement, self-abuse & regret
Work for a cause, not for applause
Live life to express & not to impress
Don't strive for others to notice your presence
Just be sure to make felt your absence.
If you don't pursue what you desire you'll never acquire it
If you don't ask, 'No' will always be the answer
If you don't take steps in any process
How can you make progress?

راه حل

با درستی آن چه منظورتان هست بگویید
غیبت دیگران را نکن
در جهت حقیقت و عشق کلامت را بیان کن
کارهای دیگران به خاطر شما نیست
گفتارها و کردارهای دیگران تصویری از واقعیتشان است
وقتی نسبت به اعمال و عقیده دیگران احساس امنیت می کنی
به رنج بیهوده قربانی نخواهی شد
شجاعانه سوال بپرس و آرزوهات را بیان کن
به طور واضح با دیگران ارتباط برقرار کردن به طوری که دور از سوء تفاهم باشد

بهترین ات بستگی دارد به سلامتی ات، و هر چی سلامت تر، بهتر
همیشه بهترین کار را انجام بده که موجب قضاوت از خود، آزار و پشیمانی نشوی
کار کن برای یک هدف، نه برای تشویق و تمجید
زنده باش که خودت را بیان کنی
نه این که تحت تاثیر قرار بگیری
کوشش نکن که دیگران هوشیار از حضورت باشند
فقط آن گونه باش که نبودنت را متوجه شوند
اگر جویای آن چیزی که می خواهی نباشی، هیچ وقت آن را به دست نخواهی آورد
چطور می خواهی یابنده اش باشی
اگر درخواست نکنی جواب همیشه منفی است
اگر هیچ حرکت نداشته باشی
چه جور برکت خواهی داشت

Life Tips

We have 4 ways to raise our energy

Food, Sleep, Breath & Meditation

When energy stays low it causes depression

In the past the body precedes the breath leading to the mind/emotions

In the present the mind precedes the breath leading to the body's action

Stress is too much to do, too little time and no energy

The solution is meditation, proper breathing, yoga & service

Drugs & alcohol, lack of understanding & personal stress

Are the three main reasons for violence

Conflicts are caused by misunderstanding, stress & lead to violence

Meditation transforms aggression & violence

Into compassion, love and solidarity

We take responsibility for our own actions

Our own health, family, projects, behavior, happiness

Love of self, short comings & unhappiness

We don't take responsibility for others feelings, behaviors & actions

We naturally reject numbness, anxiety, anger, yelling, constrictions

Punching, heat, irregular breath, short breath, reactions

We naturally accept love, light, peace, connections

easy breath, deeper breath, expansion, self-awareness

Be in the inevitable present moment

Accept people, places, things:

That which you resist, persists

Don't be a ball of others opinions

Be clear in your heart, want and do the right thing

Behind others mistakes don't see intention

Opposite Values are Complimentary

Just different degrees of the same wavelength

Everyone, Everything needs each other or else it wouldn't be in existence!

راهنمایی زندگی

چهار راه برای افزایش نیروی مان وجود دارد
غذا، خواب، تنفس و تعمق
وقتی کم نیروایم افسرده می‌شویم
در گذشته جسم از نفس پیشی می‌گرفت و منتهی به ذهن و احساس می‌شد
اکنون ذهن از نفس پیشی می‌گیرد و به سوی فعالیت بدنی حرکت می‌کند
اضطراب یعنی کار بیش از حد بدون نیرو و با وقت کم
راه حل مراقبه، تنفس، یوگا و خدمت به خلق است
مواد مخدر، الکل، جهل و اضطراب شخصی سه عامل اصلی خشونت هستند
عدم توافق، درگیری، نتیجه درک غلط و اضطراب به خشونت می‌انجامد
مراقبت خشم و خشونت را به عشق، همدردی و همبستگی تبدیل می‌کند
ما مسئول رفتار خودمان از قبیل سلامتی خود، خانواده، شغل و اخلاق هستیم
و خود دوست داشتن با وجود کمبودها یا غم و غصه‌هایی که داریم
ما مسئول احساسات، رفتار و کردار دیگران نیستیم
طبیعتاً ما از بی‌حسی، اضطراب، خشم، فریاد و انقباض پرهیز می‌کنیم
از مشت‌زدن، گرما، تنفس نامنظم و تنگی نفس دوری می‌کنیم
طبیعتاً پذیرای عشق، نور، صلح و ارتباط هستیم
تنفس راحت و عمیق، انبساط و خود آگاهی می‌جوییم
باش در این لحظه اجتناب‌ناپذیر
قبول کن آدم‌ها، مکان‌ها و اشیا را
آن چیز که شما در برابرش مقاومت می‌کنید ادامه خواهد داشت
توپ عقاید دیگران نباش
قلب صافی داشته باش و خواسته‌هایت را با صراحت انجام بده
اشتباهات دیگران را تعبیر به نیت بد نکن
ارزش‌های مقابلات تحسین آمیزند، در درجات مختلف ولی یک طول موج‌اند
همگی و همه چیز به یکدیگر نیازمندند و گرنه وجود نمی‌داشتند

Useful Advice

Anger and Love have no limits

Choose the latter to have a beautiful, lovely life & remember this

Things are to be used and people are to be loved

Now the problem is that people are used while things are loved

Watch your thoughts; they become words

Watch your words; they become actions

Watch your actions; they become habits

Watch your habits; they become character

Watch your character; it becomes your destiny

توصیه های مفید

عشق و عصبانیت بی حد و مرز هستند

اولی را برای زندگی ارزشمند انتخاب کن

یادت باشد باید دیگران را دوست بداریم و آن چه که داریم استفاده کنیم

اشکال این است که عاشق دارایی های مان هستیم و از مردم برده کشی می کنیم

مراقب افکارت باش چون تبدیل به گفته هایت می شود

مراقب حرف هایت باش چون کردارت می شوند

مراقب کردارت باش چون عادت هایت می شوند

مراقب عادت هایت باش چون شخصیت ات می شوند

مراقب شخصیت ات باش چون سرنوشت ات را می سازد

Insight

Insight occurs or happens when we become
conscious of the coincidences in our lives
Feeling more alive as the course of our destinies are realized
and convinced that there is an unseen guiding force
Next it extends our awareness of historical time
which tends to show culture with lens of a whole millennium
This vision helps us know our obsession with economic progress
Third insights transform our understanding of the materialistic
process
for it is from and through form that we can transcend
witness or sense this energy with a heightened sensitivity to
beauty
Beautiful things display more presence and presentability
When we get beneath the surface, reach the Essence
then we feel this energy to be in everything in the Universe
Fourthly, we see beings competing for energy or more power
Once humans begin to recognize the source of the force
there will be no need to compete for each other's energy
Quitting the habit to control we can break free
from behavior patterns and life cycles repeating
leading us back to our higher selves or evolutionary identities

بینش

بینش زمانی حاصل می‌شود که از اتفاقاتی که در زندگی روی می‌دهد، به ذهن ما
آگاه وارد شود
وقتی مسیر سرنوشت ما در حال وقوع قرار می‌گیرد و متقاعد می‌شویم که نیروی
غیبی آن را هدایت می‌کند آن گاه احساس سرزندگی بیشتر به ما دست می‌دهد
سپس آگاهی ما را نسبت به گذشت تاریخ‌مان توسعه داده
از این دید به درک دغدغه نسبت به پیشرفت اقتصادی کمک می‌شود
سوم این که بینش درک ما را از فرآیند مادی تغییر ماهیت داده

و ما را خارج از اعتقادات و احساسات این نیرو به حساسیت عالی نسبت به زیبایی هدایت می‌کند

اشیاء زیبا وجود خود را پر جلوه‌گر می‌سازند وقتی به عمق آن پی می‌بریم سپس احساس می‌کنیم که این نیرو درون همه چیز در کائنات است چهارم این که می‌فهمیم که تمام موجودات برای این نیرو و قدرت بیشتر در رقابت‌اند

زمانی که آدم‌ها منبع این نیرو را بشناسند نیازی برای رقابت نیروی یکدیگر نخواهند داشت با ترک عادت کنترل کردن، رهایی می‌یابیم از تکرار کردن الگوهای رفتاری و چرخه زندگی

و بر می‌گردیم به وجود برتر خود و یا هویت تکاملی

Beautiful Insights

Life laughs at you when you're unhappy
Life smiles at you when you're happy
Life salutes you when you make others happy
Every successful person has a painful story
Every painful story has a successful ending
Accept the pain and get ready for success
Don't compare any one with yourself
If you do you're insulting yourself
Easy it is to judge others' mistakes
Difficult it is to recognize our own mistakes
If a problem can be solved, there's no need to worry about it
If a problem cannot be solved, what's the use of worrying
If you miss an opportunity don't fill the eyes with tears
For they will hide the opportunity to clearly see here
"Changing the Face" can change nothing
But "Facing the Change" can change everything
No one can go back and change a bad beginning
But anyone can start now and create a successful ending

بینش زیبا

وقتی شاد نیستی زندگی تو را تمسخر می‌کند
وقتی شاد هستی زندگی به تو لبخند می‌زند
وقتی دیگران را شاد می‌کنی زندگی به تو سلام می‌کند
هر شخص موفق دستان دردناک دارد
هر قصه دردناکی پایانی موفق دارد
درد را قبول کن و برای موفقیت آماده شو
هیچ کسی را با خودت مقایسه نکن
اگر مقایسه کردی به خودت توهین کرده‌ای
اشتباهات دیگران را قضاوت کردن آسان است
ولی تشخیص اشتباهات خودمان مشکل است

اگر مشکلی قابل حل باشد، لازم نیست نگران باشیم
اگر مشکلی قابل حل نیست، از نگرانی چه شود
اگر فرصتی را از دست دادید چشمانتان را پر از اشک نکنید
چون از دیدن فرصت‌های به طور واضح محروم می شوید
تغییر دادن ظاهر چیزی را عوض نمی کند
و یا استقبال از تغییر می تواند همه چیز را عوض کند
با بازگشت به گذشته نمی توان شروع بدی را تغییر داد
ولی هرکسی می تواند اکنون شروع کند و پایانی موفق بسازد

5 Insights of LOVE

Love is our nature
In the process of expressing it
We often become ensnared in the object
This is when our sight is caught outside
To return to Love, we need insight
Pain is the first insight
It takes away from the object & turns towards body & mind
Energy is the second insight
A bolt of energy brings us back to our Self, right
Divine Love is the third insight
A glimpse of Divine Love makes you complete in life
Trance is the fourth insight
An elevation of consciousness of our physical reality in life
brings us back to our nature of Love & Light
Realization of non-dual existence in life
(that everything is made up of only one) is the 5th insight

پنج بینش عشق

عشق طبیعت مان است
در فرایند اظهار کردنش
ما اغلب در دام آن گرفتار می شویم
این زمانی است که دید ما به بیرون آن معطوف می شود
برای برگشتن به عشق به بینش نیاز داریم
اولین بینش درد است
توجه از موضوع دور به سوی فکر و جسم معطوف می شود
نیرو دومین بینش است
یک امکان نیرو ما را به خودمان برمی گرداند
عشق الهی سومین بینش است
یک نظر عشق الهی هدایت به کمال است

خلسه چهارمین بینش است
بالا بردن سطح هوشیاری از واقعیت فیزیکی خودمان در زندگی
ما را به سوی طبیعت نور و عشق سوق می‌دهد
بینش پنجم شامل تشخیص دوگانه زیستن در زندگی است
و این که همه چیز فقط از "یکی" ساخته شده است

The Alchemy of LOVE

A miracle happens when you accept a truth
the very acceptance changes you
When you become true to yourself, then you're not afraid of fear
if you're not afraid to accept your fear, it'll start to disappear
With fear we don't know what to do
neither do others know what to do
For there is nothing to be done
but the moment we stop pretending, we become one
or real, and this fearlessness to accept truth
rather than hide behind lies changes you
into a true, authentic, genuine being
fearless we become that which we were: Loving

کیمیای عشق

معجزه پیش می آید زمانی که حقیقت را قبول می کنیم
با پذیرش آن تغییر می کنیم
وقتی با خودت رو راست هستی، آن موقع از ترس نمی ترسی
اگر نترسی از رو به رو شدن با ترست، ترس ناپدید می شود
با ترس نمی دانیم چه کار کنیم
همچنین دیگران نمی دانند چه کار کنند
چون کاری برای انجام دادن وجود ندارد
یکی و واقعی می شویم وقتی که تظاهر نمی کنیم
این شجاعت برای قبول حقیقت
به جای پنهان شدن پشت دروغ، باعث تغییری می شود
به یک انسان معتبر و حقیقی
بی ترس ما برمی گردیم به آن چه بوده ایم، "عشق"

Mysticism is Alchemy

Complete knowledge equals all our possessions & awareness
that we can transfer to the next life

Motive is 1/infinity looking from your eyes, your heart, and your
Being

An exalted human is free from the prison of the mind (the
control of the mind)

Is in harmony with the world and his/her body

Also in harmony with time while purifying vibes

Existence is created from intelligence

Intelligence of understanding love, Intelligence of free reasoning

Intelligence of balance, Intelligence of life, Earthly Intelligence

Intellect is necessary but not enough

Service is what aligns man with the prophetic message

Mysticism is an inspection of the quality of existence

Mysticism is Alchemy and a Mystic is an Alchemist

Events and Incidents lead to our viewpoint

Then mind's reaction & psyche's reaction

Leading to brain's reaction translating to physical or body
language

Following are the production of messages pursued by the body's
reaction

Order for living in the existential world is built from order and
chaos

Nonexistence of realization, understanding the existential world

Nonexistence of realization, understanding the bi-polar world

Nonexistence of realization, understanding the laws governing
the existential world

The laws of order and chaos, the law of peak & valley (the law
of fountain)

The law of separation & union, candle & butterfly, The law of
birth & death

The law of spontaneity & repetition, The law of movement
while immobile

The law of relationship: good & bad, ugly & beautiful, The law
of possession, The law of reciprocal effect

عرفان کیمیاست

دانش مطلق یعنی تمام آگاهی و مالکیت که می‌شود به زندگی بعدی انتقال داد
عامل تحرک بی‌نهایتی است که از چشم و قلب و وجودت نشأت می‌گیرد
یک انسان والا از زندان ذهن آزاد است
با جهان و تن خود هم‌آهنگ است
هستی از هوش ساخته شده
هوش استدلال آزاد، هوش درک عشق
هوش زندگی زمینی، هوش تعادل
هوش واجب است ولی نه کافی
در خدمت به خلق، آدم‌ها با ندای پیامبران هم سطح می‌شوند
عرفان معاینه کیفیت هستی است
عارف کیمیاگر و عرفان کیمیاست
رویدادها و وقایع دیدگاه‌مان را می‌سازد
واکنش ذهن و روان منتهی می‌شود به واکنش مغز که به صورت حرکات بدنی
نشان داده می‌شود
در ادامه تولید پیام‌ها واکنش بدن را تعقیب می‌کند
نظم زندگی در جهان هستی از نظم و بی‌نظمی کامل ساخته می‌شود
نیستی درک، ادراک جهان هستی
نیستی درک، ادراک جهان دو قطبی
نیستی درک، ادراک قوانین جهان هستی
قانون نظم و بی‌نظمی، قانون فراز و نشیب (قانون سرچشمه)
قانون جدایی و اتحاد، زندگی و مرگ، شمع و پروانه
قانون تکرار و عدم تکرار، قانون حرکت در بی‌حرکتی
قانون روابط خوب و بد، زشت و زیبا، قانون اثر متقابل، قانون مالکیت

Mysticism the Soul of Religions

Mysticism is the varying soul of religion
It comes from these two words "myein & mysterion"
Mysterion in Greek means some secret ceremony
And myein means to keep one's mouth closed about the ceremony
Mysticism is the experience that life's not logic but poetry
It's the declaration that life can never be known essentially
Mysticism consists of three categories the known, unknown, and unknowable
and that is the essential core of it all
Experienced but not known can be the unknowable
it can't be reduced to a form of knowledge
knowledge says that the object has to be separated from the subject
In mysticism the seeker becomes one with the sought
the lover dissolves into the beloved
in such unity knowledge is impossible
in such unity there is only experience
this which is within you that's experiencing
Mysticism means you've seen, experienced
something that can't be expressed
Those who've touched the unknowable gather together to share
you should know it cannot be a verbal kind of sharing
their sharing is of their spiritual being
into each other they pour their being

عرفان روح ادیان

عرفان روح ادیان است

از دو کلمه ماین و میستریان تشکیل شده

میسترینان به یونانی یعنی مراسم نهانی، و ماین یعنی سر را فاش نکن

عرفان یعنی زندگی منطقی نیست ولی شاعرانه است

این طور اذعان شده که زندگی اساساً غیر قابل فهم است

عرفان تشکیل می شود از سه رده: شناخته، ناشناخته و غیرقابل شناختن
یا به اصطلاح لب کلام است
تجربه شده ولی شناخته نشده، می تواند ناشناخته باشد
نمی توان آن را در حد یک دانش کوچک کرد
علم می گوید که مقصود از موضوع باید جدا باشد
در عرفان طالب و مطلوب یکی می شود
عاشق در معشوق حل می شود
در چنین وحدتی علم غیر ممکن است
در چنین وحدتی فقط تجربه ممکن است
این درون شماسست که تجربه می کند
عرفان یعنی که دیدی و تجربه کردی، لیکن قابل بیان نیست
آنهایی که به درک غیرقابل توصیف دست می یابند دور هم جمع می شوند که با
هم صمیمی باشند
بایستی بدانید که به صورت لفظی نمی توان صمیمی شد
آن ها از نظر معنوی صمیمی می شوند و وجود خود را به یکدیگر القاء می کنند

Mystical States

Some people's description of a mystic is a person which believes in thought transference or someone who believes in the return of spirit

There are 4 qualities that qualify a mystical experience

1 is its ineffability, or incapability to express it
It has to be felt and directly experienced

2nd is the link to things we think, or quality noetic like Illuminations, Revelations full of significance and importance

Although they remain and prevail they'll be inarticulate as a law they are a rule for 'after-time' infusing them with a curious sense

3rdly these states are transient, usually two hours seems to be their limit
They're remembered in memory and recognized are their recurrences
recurrences lead to higher consciousness, feeling more important, and innerly rich

You know mystical states can come from preliminary voluntary operations

4th the mystic feels as if his own will is in abeyance and indeed sometimes as if he were held by a superior power though being passive

This peculiarity typically connects mystical states with certain definite phenomena of alternative personality, such as speeches prophetic
automatic writings or the mediumistic trances

Nonetheless, mystical states are never merely interruptive
some memory of their content always remains as a profound sense of their importance

حالت‌های عرفانی

بعضی آدم‌ها عارف را شخصی که فکرش را به دیگران الهام می‌کند، می‌شناسند
یا شخصی که باور به بازگشت روح دارد
چهار خصوصیت در حالت عرفانی است
یکی غیرقابل توصیف یا توضیح بودنش است
و باید با لمس و مستقیم تجربه شود
دوم ارتباط با آن چه در افکارمان است یا کیفیت معرفتی
مثل روشنایی و الهامات پر از اهمیت
گرچه آن‌ها که دوام خواهند داشت غیر ملفوظاند
چون قانون هستند برای بعد از زمان که حالت کنجکاوانه می‌دهد
سوم این حالت‌ها گذران هستند، معمولاً حداکثر دو ساعت طول می‌کشند
آن‌ها در خاطره به یاد می‌آیند و برای تکرارشان شناخته می‌شوند
تکرارشان باعث هوشیاری بالاتر می‌شود، با احساس مهم‌تر و غنی‌تر بودن
می‌دانید که حالت‌های عرفانی می‌توانند از حرکات مقدماتی بیایند
چهارم عارف احساس می‌کند که خواستش با خدا یکتاست
و حتی بعضی مواقع از طریق رها شدن قدرت مطلق هدایتش می‌کند
این کلاً مرتبط با حال و احوال عارفان است
که مثل شخصیت‌های چند وجهی، مثل سخنان پیامبران و
نوشتن الهام شده یا در حالت خلسه است
بنابراین حالت‌های عرفانی همیشه تاثیرگذار هستند
چون تجربه‌شان باعث اهمیت ویژه‌شان در زندگی می‌شود

2 Ways of Mysticism

For us to get our spiritual allowance we surrender
And to get our physical allowance we must make our efforts
The way to being more whole takes us from the outer to the inner
In mysticism there are two ways: one going toward the whole, the other to power
Negative awareness makes you knowledgeable of how to get to power
It helps you feel different & superior
It helps you manipulate others giving you the ability to read minds,
Know a person's personality and see things ahead of time
So it's good for personal and worldly gain
Now with positive awareness you become more understanding of the whole
You see yourself as one with others & the existential world
Therefore you never feel lonely, forever all-one
Also you understand more the philosophy & secret of creation
And you get more value from your very existence

دو راه عرفان

برای به دست آوردن امتیاز روحی تسلیم بشویم
و برای به دست آوردن امتیاز جسمی بایستی سعی کنیم
راه یکپارچگی ما را از بیرون به درون هدایت می کند
در عرفان دو راه است: یکی به سوی کمال، دیگر به سوی قدرت
آگاهی منفی برای رسیدن به قدرت هوشیارمان می کند
احساس تفاوت و برتری به شما می دهد
کمک می کند به دیگران که ذهن ها را بخوانند
شخصیت مردم را بشناسند و پیش بینی کنند
بنابراین برای سود شخصی و جهانی مفید است

حالا با آگاهی مثبت ما درک مان از کل بیشتر می شود
خودت را یکی با دیگران و با دنیای هستی می بینی
پس هیچ وقت احساس تنهایی نمی کنی چون همیشه متحدی
همچنین می فهمی فلسفه و راز خلقت هستی را
و ارزش بیشتری از وجودت می یابی

A Mystic's Thoughts

At first a state is mysticism
Then a natural disposition
The Godly mood is fleeting
Like a language one is learning
The most important treaty
In the field of philosophy:
'To have a conversation with God'
God is more manifest than any manifestation
If from art, you take away imagination there'll be nothing left
It's the imagination that gives the breadth
When imagination is away from reason it creates hallucinating
But when imagination is with reason it creates thinking
The absolutes aren't outside of you and I
They don't leave any spaces empty
Interest plus God equals value
Creation is in God
Unity means building an association
Dualism means division
Get your personal religion from mysticism
Deep Hell is where you are not yourself or true to yourself
There always are more solutions than problems
And the more humans grow the less laws are necessary
Life without knowing its basis goes nowhere
Predestination, pride, and twisted knots of the psyche won't
allow us all to be friends
Wherever there aren't principles, offenses happen
The end of being superficial is suffering, hardship and
misfortune
Other than building up our capacities nothing is as suitable
We should be constantly increasing our principles
The complete mystic is a miscellany paying attention to all
details
Mystics are the most successful people in action
God gives us capacity
We needed God, with us God was enthusiastic

Just God is the sole solution
We need a remedy and solution
Remembrance is the first step of mysticism
In the being of the world exists multiplicity and opposites
Life is an art because we manage the opposites
A person who before the negative and after the negative
doesn't lose himself has self-confidence
Big people see failure outside of themselves
and small people see failure inside of themselves

افکار عارفانه

عرفان ابتدا یک حال است
که تبدیل می شود به یک حالت
حال عابد زودگذر است
مثل زبان که یکی یاد می گیرد
مهم ترین پیمان در زمینه فلسفی صحبت با خداست
خدا آشکارتر از هر آشکار سازی است
اگر از هنر تخیل را حذف کنی، چیزی نخواهد ماند
تخیل به هنر وسعت می دهد
وقتی تخیل دور از عقل است باعث توهم می شود
ولی وقتی تخیل با عقل است باعث تفکر می شود
مطلق ها خارج از من و شما نیستند
آن ها جای خالی باقی نمی گذارند
علاقه به علاوه خدا یعنی ارزش، خلقت در خداست
ساختن مشارکت یعنی وحدت
دو رویی یعنی تفرقه
دین شخصی را از عرفان بگیر
جهنم جایی است که نه خودمان هستیم و نه صادق به خودمان

همیشه راه حل بیشتر از مشکل هاست
و بشر هر چه بیشتر پیش رود قانون کم اهمیت تر می شود
زندگی بدون شناختن اساس آن هیچ جا نمی رود
جبر، غرور و گره های روانی اجازه دوستی با همه نمی دهد
آن جایی که اصول نیست، جرم شکل می گیرد
نتیجه تظاهر، رنج، سختی و بدشانسی است
منهای ظرفیت سازی هیچی مناسب نیست
ما باید مرتب اصول مان را افزایش دهیم
عارف کامل چند بعدی است و به جزئیات توجه می کند
عارفان موفق ترین انسان ها در عمل هستند
خدا به ما ظرفیت می دهد
ما به خدا نیازمندیم، خدا با ما مشتاق
فقط خدا تنها راه حل است
ما نیاز به درمان و راه حل داریم
به خاطر داشتن و یاد بود اولین راه عرفان است
در بودن جهان کثرت و تضاد است
زندگی هنر است به خاطر این که ما تضادها را مدیریت می کنیم
شخصی که قبل و بعد از منفی ها خودش را گم نمی کند اعتماد به نفس دارد
آدم های بزرگ شکست را خارج از خودشان می بینند
و آدم های کوچک شکست را در درون خودشان می بینند

A Mystic's Sayings

Observing creations explosive beauty
That which we do is not where to get to
It's the level of involvement which transforms u
If u see there is no meaning to anything you're doing
You're ego collapses; so you're trying to find all kinds of fake meanings
Ambition is about more. Vision is about all.
Your ideas need not have anything to do with reality
Making conclusions is a sure way of not enhancing our perception, really
Likes are always bigger bondages than dislikes
Everything that occurs in your life can enrich you, in a sense
When you handle it with a certain sense of awareness realizing our impermanence and how we could perish at any moment
You will walk very gently on this planet
Life is beautiful only when it is in balance.
If u want to know the joy of activity
First know how to give yourself totally to activity
If you have no agenda of your own, life will work according to its agenda
Further and further away from that leads our personal agenda
There's no life's calling, from within and without
Life is calling, when we respond to its call will we know life in its entirety w/o a doubt
If u allow life to happen to you in its utmost possibility
A natural flowering is enlightenment
Whatever we do could be a process of ultimate liberation
Whether it's entangling or enlightening simply depends on how u hold it
The first step towards knowing
Is to see that you don't know
Meditation means ultimate freedom within you
Success doesn't come because we want it to
Success comes from the right things we do

وقتی خودم را در تو می بینم ۸۱

The only way you can be successful is by including people;
you're doing it unwillingly
Being conscious means to include people willingly
If your idea of success is just about being ahead of somebody
else,
You will definitely not explore the full potential of yourself
When one is overfed and another one is hungry is a disaster
The possibility of being human itself is rare and special
The possibility of being human and to become spiritually aware
is even more special
If you shake off the influences of external circumstances, you are
naturally spiritual
On the spiritual path, experientially ascertain now where u are
For u can only start the journey from where u are
In spirituality, when we say growth, we are talking about
becoming littler;
Not just littler but non-existent
The most fundamental and important aspect of the spiritual
process
Can in no way be stopped by anybody except yourself
Every human being without exception is capable of living
blissfully within himself
Being Loving guides us for Love has its own intelligence.
The Divine is constantly waiting at your doorstep to move in
If only you allow the necessary space for Her/Him

گفتار عارفانه

اگر به خلقت آن طوری که هست بنگری
بیش از حد زیباست
کاری که انجام می دهیم برای رسیدن به جایی نیست
بلکه بودن در آن است که شما را دگرگون می کند
اگر ببینی که زندگی ات هیچ مفهومی ندارد
غرورت از بین می رود، پس دنبال معنی کاذب هستی

جاه طلبی زیادت طلبی است. بصیرت مان همه چیز است
لزومی ندارد اندیشه هایت مطابق با واقعیت باشند
پیش داوری باعث ضعف ادراک مان می شود
دوست داشتن قدرت وابستگی بیشتری دارد تا دوست نداشتن
وقایع که در زندگی پیش می آید شما را غنی تر می سازد
در صورتی که با احساس هوشیاری توأم باشد
وقتی با زره آگاهی به مسأله نگاه کنید
اگر بدانی چقدر زندگی شما شکننده است
و چطور ناگهان در هر لحظه همه چیز از هم بپاشد
با احتیاط در این جهان قدم بر خواهیم داشت
زندگی تنها وقتی در تعادل است زیباست
اگر بخواهی لذت فعالیت را درک کنی
لازم است اول کاملاً خودت را وقف کارت کنی
اگر برنامه خاصی نداری، زندگی خودش طبق برنامه عمل خواهد کرد
هر چه از آن نظم طبیعی دور شویم، برنامه شخصی جایگزین می شود
در آن صورت زندگی به ما رجوع خواهد کرد
چه از درون و چه از برون
زندگی ما را صدا می کند وقتی به ندای آن جواب می دهیم
در آن موقع معنی زندگی را بدون شک درمی یابیم
اگر اختیار زندگی در حد کمال برای تان صورت می گیرد
گل طبیعی روشنگری است
هر حرکتی که انجام می دهیم می تواند یک روند رهایی نهایی باشد
چه درگیری باشد یا روشنگر کردن بستگی دارد به نگرش شما
اولین قدم به سمت دانستن پذیرش ندانستن است
معنی تعمق آزادی نهایی درون شماست
موفقیت به طور دلخواه کسب نمی شود

بلکه به خاطر انجام کارهای درست کسب می شود
راه موفقیت شریک کردن دیگران است، که بی اراده انجامش می دهید
هوشیار بودن یعنی شریک کردن مشتاقانه دیگران
اگر نظرت درباره موفقیت این است که جلوتر از دیگری باشی
حتماً به کل تواناییات دست نخواهی یافت
وقتی یکی پرخوری می کند و دیگری گرسنه است فاجعه است
امکان انسان بودن نادر و خاص است
امکان انسان بودن و از نظر معنوی هوشیار بودن نادرتر است
اگر تحت تاثیر عوامل خارجی قرار نگیری، معنوی هستی
در مسیر معنوی به طور تجربی معلوم کن الان کجا هستی
چون فقط می توانی از آنجایی که هستی سفر را آغاز کنی
وقتی در معنویت صحبت از پیشرفت می کنیم در باره کوچک تر شدن صحبت
می کنیم
نه فقط کوچک تر، بلکه وجود نداشتن
جز تو دیگری نمی تواند آن را متوقف کند
هر انسانی قابلیت شاد زیستن را دارد
اگر عشق در قلبت است راهنماییات خواهد کرد
عشق شعور خودش را دارد
الهیات مرتب منتظر است که وارد زندگی ات شود
ولی باید جا برایش فراهم کنیم

Sayings of Sri Sri Ravi Shankar

Celebrate silence & celebrate noise, celebrate life & celebrate death

If your senses are engaged in goodness, you'll create light & fragrance

If engaged in impurity, you produce smoke and darkness

The way to break habits is through vows, a vow should be time bound

considered should be the time & place for making the vow

If you are pained by your shortcomings, then you are a seeker

If you cannot eliminate vices, magnify them

Don't get angry over small events, be angry about the infinite

If you can't get rid of pride, take pride in owning the Divine

If you're bothered by greed, be greedy for being in the presence of seekers

If cravings gnaw at you, crave the truth, if jealousy haunts you, be jealous about selfless service

If by your skill you could move your desires deeper within you towards the center of your existence,

Another dimension of everlasting pleasure, thrill, bliss and undying love will be yours

Dedication and devotion maintain the purity of your energy, moving you upward

Desire kills joy yet the goal of all desires is joy

Desire appears to lead you to happiness, but in fact it can't. That is why desire is maya – illusion

A desire arises with the memory of a pleasant experience or with past impressions

A desire might also arise through listening

A desire can be triggered through association with certain people or certain places

Someone else's need or desire may manifest in you as your own desire

Desires arise on their own, if you say that you don't want any desires, that want becomes a desire

As you keep submitting your desires, then fewer desires will arise
When you desire truth, all other desires drop off. You always desire things not here in the present
Truth is always here, hence desire for truth removes all other desires & it dissolves remaining is bliss
Your desires and intentions separate you from God, offer all your desires & intentions to the Divine
Then you are Divine. You are God. You are free – lacking nothing

گفتار شیری شیری

هم سکوت و صدا را جشن بگیر و هم زندگی و مرگ را
اگر احساساتی در راه نیکی صرف می شود
به وجود آورنده نور و عطر دل انگیز خواهد شد
و اگر خلوص نیتی در آن نباشد دود و تاریکی
راه شکستن عادت عمل کردن زمان بندی شده است
زمان و مکان عهد را بایستی در نظر داشت
اگر کمبودهای دردناک است پس جست و جو گری
اگر نمی توانی رذیلت ها را از بین ببری آن ها بزرگ می شوند
در مورد وقایع نامحدود غمناک باش نه پیش آمدهای ناچیز
اگر نمی توانی غرور را از خودت دور کنی غرور داشته باش که خدایی داری
اگر طمع برای تو فراهم است آن را در مصاحبت سالکان به کار بند
اگر هوس آمد سراغت، هوس حقیقت کن
اگر حسودی، حسود باش برای خدمت به خلق
اگر با مهارت توانستی بر خواسته های در درونت تمرکز کنی
تو را به یک بعد از لذت ابدی، هیجان، سرور و عشق بی شرط می رساند
فداکاری و از خودگذشتگی باعث پاکی نیرو و بالا رفتن هستند
آرزو لذت کش است یا هدف هر آرزو لذت است

آرزوها به نظر ما را به سوی شادی می‌برند ولی در واقع این کار را نمی‌کنند. به همین دلیل مانند سراب هستند
ممکن است خواستن از راه گوش دادن هم حاصل شود
خواستن یا آرزو از طریق آمیزش با اشخاص و در مکان‌ها و زمان‌ها حاصل می‌شود
همچنین ممکن است آرزو یا احتیاجات دیگران باشد که در شما ظهور می‌کند
آرزو به صورت خودجوش است و اگر بگویی آرزویی نداری آن خود آرزو می‌شود
و چیزهایی می‌خواهی که در حال حاضر وجود ندارند
زمانی که میل‌ات به حق بود خواسته‌های دیگر رها می‌شوند
ما همیشه دنبال چیزهایی در آینده هستیم ولی حقیقت همیشه این‌جاست
خواسته‌ها و نیت‌های مان ما را از خدا جدا می‌کند، بسپار همه آن‌ها را به خدا
آن وقت آزاد می‌شوی و چیزی کم نداری

Sayings of Buddha

Those whom no desire can lead astray
Are the trackless, the Omniscient, the Awakened
Difficult is life, the hearing of the True Law & birth of the
Awakened
to sin less and do better while purifying our mind is the teaching
of the Awakened
The release from long-suffering being the highest Nirvana
They call patience the highest penance
They teach not to blame, not to strike & under the law to live
restrained
Delighting only in the destruction of all desires is the disciple
who is fully awakened
There is no pain like this body and Nirvana is the highest
happiness
Contentedness is the best of riches, Health is the greatest of gifts
And Trust is the best of relationships
The world admires those who speak the truth & mind their own
business
Who possess Virtue are Just & Intelligent
The Wise who are so very well controlled
Over their Body, Tongue & Mind have control

گفتار بودا

آن‌هایی که به خاطر هوس گمراه نمی‌شوند
بی نشان، واقف به همه چیز و بیدار هستند
زندگی سخت است و دریافت قانون طبیعی که باز می‌گردد به آگاهی
که گناه نکنیم و نیکی کردن و پاکی ذهن آموزش بیدار شدن است
رهایی از رنج طولانی را بالاترین نیروانا می‌نامند، صبر را بالاترین توبه می‌دانند
یاد می‌دهند که سرزنش نکنیم، نزنیم و قانون انسانیت را رعایت کنیم
لذت بردن در از بین بردن خواسته‌هاست و مریدی که کاملاً بیدار است
هیچ دردی مثل این بدن نیست و هیچ لذت بالاتر از نیروانا نیست

۸۸ وقتی خودم را در تو می بینم

قناعت بهترین ثروت است و سلامتی بهترین سرمایه
و اعتماد در روابط بهترین است
دنیا می پرستد آن هایی که حقیقت را می گویند و در کار دیگران دخالت نمی کنند
بلکه دارای تقوا، عدل و هوش هستند
خردمندان که به نفس مطمئنه رسیدند بر بدن، زبان و ذهن کنترل دارند

Sayings of Lao Tzu

The Tao that can be told
Is not the eternal Tao
The unnamable is the eternally real
In governing, don't try to control
In family life, be completely present
In conflict, be fair and generous
In work, do what you enjoy
In living, live close to the ground
In thinking, keep to the simple
Be content to be simply yourself
don't compare or compete
and everybody will R-E-S-P-E-C-T you
Can you L-O-V-E people and lead
them w/o imposing your will
We work with being, but non-being is what we use
If you stay in the center and embrace death
with your whole heart you will endure forever
The path into the light seems dark
The path forward seems to go back
True power seems weak
True purity seems impure
True clarity seems obscure
True love seems indifferent
True wisdom seems foolish
If you want to become full, let yourself be empty
If you want to be whole, let yourself be partial
If you want to be reborn, let yourself die
To find the origin, trace back to the manifestations
Simple in actions and in thoughts,
you return to the source of B-E-I-N-G

گفتارهای لایو تزو

می توان گفت تایو جاویدان نیست
بی نام فقط جاودانی است
در حکومت کردن کنترل نکن
در زندگی خانوادگی کاملاً حضور داشته باش
در درگیری عادل و بخشنده باش
کاری کن که عاشقش هستی
در زیستن نزدیک به زمین باش
در فکر کردن ساده باش، راضی باش با خودت
مقایسه یا رقابت نکن و همه به تو احترام می گذارند
می توانی عاشق آدمها باشی بدون این که خودت را تحمیل کنی
ما با هستی کار می کنیم ولی نیستی را مصرف می کنیم
اگر در مرکز وجودت باشی و مرگ را بپذیری با تمام قلبت جاودان می شوی
راه به روشنایی از طریق تاریکی است
راه به پیشرفت ربط به گذشته دارد
قدرت واقعی به نظر ضعیف است
پاکی واقعی به نظر ناپاک است
شفافیت واقعی به نظر مبهم است
عشق واقعی به نظر بی تفاوت است
خرد واقعی به نظر حماقت است
اگر می خواهی پر شوی بگذار خالی شوی
اگر می خواهی کامل شوی بگذار جزئی شوی
اگر می خواهی دوباره متولد شوی بگذار بمیری
اگر می خواهی به منبع برسی ردیابی کن جلوهها را
اگر در اعمال و افکار ساده تر باشی راحت تر به منبع وجود برمی گردی

Patanjali's Sutras

Egotism is the spiritual being's perversion

Ambition is spiritual power's inversion.

Passion is Love's distortion.

The mortal is the immortal's limitation.

As these falsities leave, the spiritual man is illuminated.

Control of psychic activities come through right use of the will,
and ceasing from self-indulgence.

Think of yourselves as immortals encompassed and sustained by
powers of the soul.

The steady effort to hold this thought will awaken dormant/
unrealized powers, unveiling nearness of the Eternal.

The desire for sensation is the desire of being, the distortion of
Life of the Eternal Soul

The lust of sensual stimulus and excitation rests on the longing
to feel life, to gain the sense of true life comes only with the soul
After self-indulgence has been courageously/loyally stilled, in
silence comes the soul

Firm will comes only through effort; faith inspires our efforts

We must act on and live out our intuitions

The barriers to interior consciousness, which drive the psychic
nature this way and that, are: sickness, inertia, doubt, laziness,
lightmindedness, intemperance, false notions, inability to reach
a stage of meditation, or to hold it when reached. Everything is
either the knower, knowing, or the known; or as we might say,
consciousness, force, or matter.

سوتراهای پاتانجالی

غرور انحراف روحانی است

جاه طلبی و ارونگی قدرت معنوی است

اشتیاق اعوجاج عشق است

فانی حد جاویدان است

زمانی که این غیر واقعیات می‌روند روحانی به روشنایی می‌رسد

کنترل فعالیت‌های روانی نتیجه استفاده درست از تصمیمات است و از زیاده‌روی دست کشیدن
فکر کن که شما ابدی هستی و از نیروی روح تقویت می‌شوی
کوشش مداوم در حفظ این طرز فکر قدرت‌های نهفته را بیدار می‌کند و پرده را کنار می‌زند برای نزدیکی با ابدیت
میل برای احساس، نشانه وجود داشتن است و انحراف از روح جاویدان است
هوس محرک شهوانی و هیجان از لمس زندگی می‌آید
ولی داشتن حس واقعی زندگی فقط از روح می‌آید
بعد از این که با شهامت زیاده‌روی متوقف شد، روح بی‌صدا و آرام می‌شود
اراده محکم فقط از زحمت به دست می‌آید. ایمان الهام بخش کارهای مان می‌شود
ما باید طبق قدرت الهام سریع خود عمل و زندگی کنیم
موانعی که باعث سرگردانی هوشیاری درون مان می‌شوند عبارتند از:
بیماری، سکون، شک، تنبلی، خفت، زیاده‌روی، مفاهیم نادرست و
ناتوانی برای نگه داشتن حالت تعمق
همه چیز یا داناست است یا داننده و یا شناخته شده
یا به عبارت دیگر شعور، انرژی و جوهر است

Rumi's 4 Techniques

Some days try fasting
As a form of spiritual practice
Eating feeds the physical
Not eating feeds the spiritual
During fasting the body vibrates faster
And the mind slows down, becomes quieter
Air is the most important food our body needs
Most of us don't use our lungs fully and breathe deeply from the belly
our bodies have to be supple and relaxed
In order to get the full power of the breath, as it comes to pass
And affects our minds—the freer, more aware of our breathing
Our body becomes energized, sense of touch comes out of hiding
The visual field alters, hard edges of the face soften and shape of face shifts
Eventually, you may start feeling the energies toward your friend like a magnet
Closer, ever more, you feel your consciousness and energies mingle with your friend
Until you arrive at a place of such closeness where you don't feel separate from your friend

چهار روش مولانا

بعضی روزها روزه بگیر به عنوان تمرین معنوی
خوردن تو را از بیرون سیر می کند
نخوردن تو را از درون سیر می کند
هنگام روزه جسم ارتعاش شدیدتر دارد
و سرعت ذهن کاهش می یابد و آرام می شود
هوا مهم ترین غذایی است که بدن ما به آن احتیاج دارد
اغلب ما از ریه های مان استفاده کامل نمی کنیم و نفس عمیق نمی کشیم

جسم‌مان باید نرم و آرام باشد که نهایت استفاده از تنفس را ببریم
و مغزمان هر چه آزادتر و آگاه‌تر از تنفس‌مان، جسم‌مان قدرتمندتر با حس
لمس‌مان

و تک صدایی غیر ارادی مغزمان فرصت تمرکز پیدا می‌کند
در آن زمان نیروها و حس‌های روح قابل درک می‌شوند
دیدگاه‌مان عوض می‌شود، لبه‌های سخت صورت نرم می‌شوند و شکلش تغییر
می‌کند

بالاخره ممکن است جذب احساسات که به وجود آمده شوی، شبیه آهن‌ربا
هرچه هوشیاری‌ات را نزدیک‌تر احساس کنی، نیروی تو آمیخته می‌شود با
دوستات

تا به آن جا می‌رسی که نه تو مانی نه او، بلکه با همدیگر یکسان هستید
به مراتب شبیه آهن‌ربا جذب احساسات به وجود آمده می‌شوی
هر چه احساس صمیمیت می‌کنی هوشیاری و نیروی‌ات با او آمیخته می‌شود
تا به آن جا می‌رسی که نه تو مانی نه او، بلکه با همدیگر یکی می‌شوید

4 Ways to Immortality

There are three ways to Immortality

The way of the Fakir is the way of physicality
or torture and struggle with the physical body

Fakirs strive to develop physical will, power over the body

they are working on the first room

when the physical will is well developed, then they attain the
fourth room

or the possibility of forming the fourth body

but his other functions, rooms, or bodies

like the emotional, intellectual remain undeveloped

she or he has acquired Will but can't use it to gain self-
knowledge

The way of the Monk is of religious sacrifice and faith

only a man that has strong religious emotions & imaginations
can enter this way

All his work is concentrated on the second body

or room the realm of feelings: All is Godly

subjecting all other emotions to faith's emotion

to develop unity in himself, will over the emotions

in this way motions towards the fourth room

but his physical body and mental capacity remain undeveloped

in order to be able to use what has been attained those two need
developing

The way of the yogi is mind and knowledge

the yogi works on the third room by mind development

reaches the fourth room with body and emotions undeveloped

he or she knows everything but can do nothing until these two
develop

As on the way of the fakirs or monks,

very few get this understanding of the yogis

that is knowing where it is you're going

For the fourth way you don't have to change the situation

the preparation must be gotten ordinarily and be a very serious
one

furthermore there has to be favorable conditions

that is for work on the fourth way, conditions
of life in which at the beginning
of the work, the work finds him
so for him these are natural conditions
The man himself are these conditions
since a man's life normally correspond to its conditions
The fourth way is named that of the 'clever' one
who knows some secret the others don't own
how this trick was learned is not given and faith isn't needed to
be shown
Known is it consists of simultaneously working on the 3 rooms
i.e. while working on the body working on the mind
and emotions all at the same time
while working on the emotions working on the mind
and body or even when working on the mind
working on the body and emotions again at the same time
A whole parallel series of physical, mental, emotional
exercises combine to serve the purpose of becoming immortal

چهار راه به زندگی دائمی

سه راه پیوستن به ابدیت است
راه درویش، راهی جسمی توأم با شکنجه و تلاش بدنی است
قدرت اراده را بر جسم تحمیل می کنند
آن ها در اولین مرحله کار می کنند
وقتی که اراده جسمی خوب توصیه شد، آن ها به مرحله چهارم می رسند
یا با امکان به دست آوردن چهارمین کالبد
ولی چیزهای دیگر مثل عواطف، هوش غیر فعال هستند
او اراده را کسب کرد ولی نمی تواند برای خودآگاهی مصرفش کند
راه راهب گذشت است و فداکاری دین و ایمانش
فقط یک شخص که حس و تخیل قوی دینی داشته باشد این راه در پیش
می گیرد

تمام کارهایش در مرحله دومی متمرکز می شود
با رویکرد احساسی که همه چیز خدایی است
تمام عواطف دیگر را به عاطفه ایمانی تبدیل می کند
با قوی شدن اراده بر عواطف به خودش تسلط می یابد
در این راه به مرحله چهارم حرکت می کند
ولی جسمش و ذهنش ناکامل است
برای مصرف کردن آموخته هایش آن دو باید توسعه یابند
راه یوگی فکری و خردمندانه است
یوگی در مرحله سوم از طریق فرآیند فکری راه می یابد
و به مرحله چهارم می رسد بدون این که جسم و عواطف توسعه یافته باشند
او به همه چیز اشراف دارد ولی کاری نمی تواند کند، تا این دو شکل گیرند
فقیر یا راهب خیلی کم به درک یوگی در راه می رسند
تا بفهمند به چه سمتی دارند حرکت می کنند
در راه چهارم لازم نیست شرایط را تغییر دهید
چون باید آمادگی در راه زندگی خیلی جدی گرفته شود
البته که باید موقعیت های مطلوب برای کار در راه چهارم باشد
موقعیت هایی که کار خودش را پیدا می کند
بنابراین برای او این موقعیت ها طبیعی اند
خود شخص این موقعیت ها است چون زندگی اش به خودش مرتبط است
راه چهارم راه زرنگی است
چون او از یک راز آگاه است که دیگران نیستند
چطور این سر دانسته شده شناخته نیست و ایمان لازم نیست
دانسته این است که مستقیماً در سه مرحله می شود کار کرد
یعنی همزمان روی کالبد بدن، مغز و عواطف کار می شود
یا وقتی روی عواطف کار می کند، همزمان روی مغز و جسم کار می کند
یا زمانی که روی مغز فعال است همزمان روی بدن و عواطف کار می کند

Purpose of Spiritual Practices

Life is a spiritual path that ultimately leads to conscious union & realization of the Divine

People are engaged in spiritual practices as it's destiny to step out of humanity & into divinity

That's the evolutionary goal of humanity up to a certain point the spirit of divinity

Pushes us on from the inside out to keep growing & advancing

There comes a point when man identifies with the body, emotions, intellect

And senses or grasps the existence of soul and a point when the personality

Desires to connect with the soul and as the personality reaches out to the soul

The soul responds by reaching down so Consciousness & our incarnation become soul infused

This is on the level of brain awareness we begin formulating our ideas of characteristics of soul

With qualities of unconditional love, wisdom, power, will, harmony, beauty

And then make a conscious decision to step into that ideal & that's called evolution

As a human species we are sensing that we are beyond the physical body, emotions, intellect

And we are, even if mostly unconsciously still, striving to attain it

The spirit of evolution within pushes us to love, serve, learn, grow & expand from the inside out

There comes a day when the personality & the incarnation & the consciousness the thinking I

Becomes soul infused where this sense of Higher Self or soul supersedes the rational mind

That denies soul & anything that can be grasped with the 5 organs of perception

And that's when we start realizing what life is all about

That our life is a spiritual path leading to conscious union &
realization of the divine
So we start formulating a higher ideal and we develop a desire
To step into the ideal of what an Enlightened Master looks like
as the next step in our evolution

هدف تمرینات معنوی

زندگی یک راه معنوی است که بالاخره به سوی وحدت و درک الهی هدایت
می شود
انسان ها در حال تجربه معنوی مشترک هستند
هدف تکامل انسان ها تا حدی آسان است
که روح الهی ما را به این علت که از درون به برون است به سوی رشد و پیشرفت
سوق می دهد
یک زمانی می رسد که آدم با بدنش، عواطفش، شعورش
و احساس و وجود روح و شخصیتش را شناسایی می کند
آرزو دارد با روح در ارتباط باشد و شخصیت به روح می رسد
هوشیاری مان از طریق روح در جسم وارد می شود
این در سطح آگاهی فکری است. ما شروع به اظهار کردن صفات جزئی روح
می کنیم
عشق بدون قید و شرط، خرد، نیرو، اراده، زیبایی و آزادی این صفات هستند
سپس با یک تصمیم هوشیارانه وارد حالت ایده ای می شویم که آن را تکامل
می نامیم
بشریت حس می کند که فراتر از جسم، عواطف و شعور است
و ما نا آگاهانه کوشش می کنیم که آن را به دست آوریم
روح تکامل ما را هدایت می کند که عاشق باشیم، خدمت کنیم، یاد بگیریم و رشد
کنیم
روزی می رسد که شخصیت، جسم، هوشیاری و فکر

♦♦ ۱ وقتی خودم را در تو می بینم

با روح ما ترکیب شده تا جایی که از منطق فراتر می رود
آن انکار می کند روح را و همه چیز که می تواند با پنج حس درک شود
و آن زمانی است که ما خواهیم فهمید معنی زندگی چیست
که زندگی مان یک راه معنوی به سوی وحدت هوشیارانه و شناخت الهی است
پس ما یک آرمان برتر در نظر می گیریم و آرزو می کنیم که یک قدم
به سوی معشوق برداشته که قدمی است به سوی تکامل

Self-Improvement

The essence of mysticism begins with self-improvement
When our mind and thoughts are organized with a plan, we can improve
But until that behavior is in our actions it can't be corrected
Our weakness lies in living outside of our means
God created us greater than the world
The main reason that we've become ignoble
Is that we've become estranged to meaning and reflection
In every stage of our evolution, there's always room for improvement
Always before making any decision, we think about that action's consequence
The moment our thoughts or intellect turn into action and occurrence
Then we can't change them for they become our fate
Through the Discernment stage, we have our judgement
For after making our decision it becomes occurrence
If at a time, decision is predestined or we don't have a right to choose
And we don't have free-will to change outer circumstances
Still we have to maneuver and act
While sitting we have to design the plan for when we stand
Life is managed and guided by our will and thought process
This is the meaning of self-purification before personal success

اصلاح خود

عرفان با اصلاح خود شروع می شود
زمانی که ذهن و فکر هدفمند هستند و نظم دارند پیشرفت می کنیم
ولی تا وقتی آن فکر در کردارمان به وجود نیاید، بهتر نمی شویم
ضعفمان فراتر از توانمان در زندگی است
خدا انسان را بزرگ تر و برتر از عالم آفریده است

دلیلی که باعث شرمساری ما می شود
از دست دادن تفکر و معنی زندگی است
در هر مرحله از تکامل همیشه برای پیشرفت جا هست
همیشه قبل از هر تصمیمی ما عاقبت آن کار را در نظر می گیریم
لحظه ای که افکار و عقل مان تبدیل به عمل و رخداد شوند
آن وقت نمی توانیم تغییرشان دهیم، سرنوشت مان می شوند
در مرحله تشخیص ما قضاوت می کنیم
وقتی تصمیم مان را گرفتیم انجام می شود
اگر زمانی اختیار نداریم یا تصمیم جبری است
و نمی توانیم شرایط بیرونی و ظاهری را تغییر دهیم
هنوز ما باید تلاش و کوشش کنیم
هنگامی که نشسته ایم برای ایستادن برنامه ریزی کنیم
زندگی با افکار و اراده مان اداره می شود
مفهوم اصلاح خود قبل از موفقیت شخصی است

Methods

Miracles always occur for those familiar with the methods
Meditation is an important method
In mysticism thought is illuminated watching
Through remembering expansion happens
Remembering and meditation come after conviction
For unification we need to connect with the methods
Unhappiness is the result of free-will
Enlightenment is the presence of positives
Being in the dark is the absence of positives
First comes our personality then our living
A person is a person when he/she has a solution for problems
The problem now is that there are more problems than solutions
There is one pain that can be turned into sweetness
And the other pain has to be cut off from its very roots
Hell starts the moment expectations are more than capabilities
Ordinary people lead normal lives
Extraordinary people live life skillfully
Super special people live creatively

روش ها

معجزه ها همیشه برای آن هایی پیش می آید که با روش ها آشنا هستند
تعمق روشی مهم است
افکار عرفانی دید روشن است
از ذکر رشد ایجاد می شود
پس از ذکر و تعمق باور می شود
برای توحید ما نیاز داریم به روش ها وصل شویم
نتیجه تصمیم آزاد غم است
روشنایی حضور مثبت هاست
عدم مثبت ها عامل تیرگی است

اول شخصیت‌مان می‌آید بعد زندگی‌مان
یک شخص کسی است که برای مسائل راه‌حل دارد
مشکل این جاست که اکنون بیشتر مشکل است تا راه‌حل
دردی وجود دارد که می‌تواند به شیرینی تبدیل شود و دیگری باید از ریشه کاملاً
کنده شود

جهنم زمانی شروع می‌شود که توقع‌های‌مان بیشتر از توانایی‌های‌مان است

انسان‌های عادی زندگی ساده می‌کنند

انسان‌های فوق‌العاده زندگی ماهرانه می‌کنند

انسان‌های خارق‌العاده زندگی خلاقانه می‌کنند

The Tree of Life Meditation

This is a type of meditation practice
which can be done in a group or in solitude
start by sitting or standing straight
begin breathing deeply and rhythmically
As you breathe while your spine is straightening,
Feel the energy, chi, or ki elevate
Imagine your spine is a tree trunk which from its roots
Extend and expand deep into the ground's depth
Enter into the center of earth herself
With each breath from the earth you draw up power
Fathom from the crown of your head
You have branches that sweep up and back down to the earth
Bursting from the crown of your head feel the power
And feel it sweep through the branches till it touches the ground
again
Creating a circle making a circuit, like fuses in fusion, returning
to the source
Still breathing deeply feel how all our branches intertwine
And the power weaves through them, dances among them
Like the wind blowing the leaves, feel it moving inside
Coming to know how it feels to become one with the force of
life

تعمق درخت زندگی

این یک نوع تمرین تعمق است
که می‌تواند فردی یا با جمع انجام شود
در حال نشسته یا صاف ایستادن شروع کنید
نفس‌های عمیق و منظم بکشید
همین طور که تنفس می‌کنی و ستون فقرات صاف می‌گردد انرژی بیشتر می‌شود
تصور کن که ستون فقرات ات تنه درخت است
که ریشه‌هایش عمیق و پخش در زمین است

۱۰۶ وقتی خودم را در تو می بینم

وارد مرکز خود زمین که می شویم
با هر نفس از زمین نیرو می گیریم
به نظر بیاور که از تاج سرت تا به پایین زمین شاخه‌هایی رویده‌اند
احساس کن که از فرق سرت نیرویی به سمت پایین
از این شاخه عبور کرده و به زمین وصل می شود
وقتی دایره‌ای رسم می کنیم یک اتصالی ایجاد می کنیم که به منبع باز می گردد
هنگامی که نفس عمیق می کشیم احساس کنید که تمام شاخه‌ها به یک دیگر
تنیده شده‌اند
و نیرو در تمام آن جریان دارد و آن‌ها را به رقص می آورد
همانند بادی که برگ‌ها را وزان می سازد احساس کن که به درون حرکت می کند
تا بدانی چطور یگانگی با نیروی زندگی احساس می شود

Golden Bubble of Protection

Visualize a semi-permeable golden bubble of protection around yourself

And fill that bubble with the energy of love & light

This bubble repels fear, separation, attack & lower self

Because fear cannot enter into love, of frequencies love is the most high

Fear is the lowest frequency & can't enter the bubble because it isn't the same vibration

Perfect love casts out fear by heightened vibration

If you visualize this bubble it will be there, really

For visualizations are a visualized thought

And it is your very thoughts that create your reality

So if you visualize a golden bubble of love

To protect you from fear based energy

Both from within your own consciousness & from without

It will do what it's supposed to do, why?

Because energy follows thought

محافظت در حباب طلایی

یک حباب طلایی نیمه تراوا را دور خودت تصور کن

و آن حباب را با نیروی نور و عشق پر کن

این حباب ترس، جدایی، حمله و فانی پذیری را دفع می کند

چون ترس نمی تواند به عشق وارد شود، در امواج عشق بالاترین قرار می گیرد

ترس پایین ترین نوسان را دارد و نمی تواند وارد حباب شود، چون دارای همان

ارتعاش نیست

عشق کامل به خاطر ارتعاش بالایش ترس را دفع می کند

اگر این حباب را تصور کنید، واقعاً حسش می کنید

چون تخیل وسعت به روح مان می دهد

و این افکارت است که آفریننده واقعیات است

۱۰۸ وقتی خودم را در تو می بینم

پس اگر حباب طلایی پر از عشق را تصور کنی
هم از آگاهی درونی و بیرونی
و از نیرویی که تو را بر پایه ترس به وجود آورده حافظت کند
او کار خودش را خواهد کرد، چرا؟
زیرا نیرو از فکر پیروی می کند

Kouros Kabir's 7 Jewels

Live these 7 secrets King Cyrus the Great, stated:
Never hate, unless you want to be hated
Don't get mad, it doesn't promote peace
Live simple, you will be more at ease
Expect less, and you will be less disappointed
Forgive a lot, there is more when you give than get
Always smile, because the world is our mirror
Have good friends, kindness makes the world better

هفت اصل کورش کبیر

شاه شاهان با این هفت اصول زندگی کرد
نفرت نداشته باشید اگر نخواهی از تو متنفر شوند
عصبانی نشوید چون باعث صلح نیست
ساده زندگی کن که راحت‌تر باشی
کمتر توقع داشته باش که کمتر ناراضی بشوی
زیاد ببخش، خیر بیشتر در دادن است تا در گرفتن
همیشه بخند چون عالم آینه آدم است
دوستان خوب داشته باش که دنیا را بهتر می‌کنند

Hugging Benefits

Hugs make you feel good for the reasons
that it affects the entire body to such a degree
scientists claim it is the equivalent of many different drugs
operating simultaneously
Research revealed that hugs & touch significantly reduce worry
of mortality
Studies found that hugging helps soothe individuals existential
fears
It stimulates oxytocin the neurotransmitter that promotes feelings
of contentment reducing stress & fear
Embracing someone warms the heart & lowers heart rate
Stimulates dopamine making us feel good & motivated
Stimulates serotonin making us feel significant
Well-hugged babies are less stressed as adults
Research concluded that babies development depends on a
combination of nature & nurture
Hugs balance out the nervous system
And also enhance our immune system

فواید بغل کردن

در آغوش گرفتن به شما احساس خوب می‌دهد
زیرا تأثیر شگرفی روی بدن انسان می‌گذارد به طوری که دانشمندان
ادعا می‌کنند مساوی با داروهای مختلفی است که با هم اثر می‌گذارند
پژوهش نشان داده آغوش و لمس به شدت ترس از مرگ را کاهش می‌دهد
پژوهش نشان می‌دهد که آغوش گرفتن ترس‌های زندگی افراد را کاهش می‌دهد
و با افزایش اکسی‌توسین از طریق انفعالات عصبی، حس قناعت و کم کردن
استرس و ترس خواهد داد
در آغوش گرفتن قلب را گرم می‌کند و تعداد ضربان قلب را کاهش می‌دهد
ترشحات دوپامین و سروتونین را افزایش می‌دهد
و ایجاد احساس خوب بودن، فعال بودن و فهیم بودن می‌دهد

وقتی خودم را در تو می بینم ۱۱۱

بچه‌هایی که به مقدار کافی در آغوش گرفته شده‌اند در بزرگسالی کمتر اضطراب دارند

پژوهش نشان داده که رشد بچه بسته به طبیعت و پرورش است

آغوش سیستم عصبی متعادل می‌کند

و سیستم ایمنی و دفاع بدن را افزایش می‌دهد

Identities Bridge

If you love a woman or man,
just sit by their side and feel identified
as if you are the beloved
and let the other feel they're you, the lover
Wait and feel identified, suddenly you'll be surprised
by both having a shock of energy
Both will feel that some energy
has moved from each other to the other
Lovers have felt energy jump like electric shocks do to reach the
other
Whenever you are identified with something there's a bridge
and the energy can move through that bridge

پل هویت

اگر عاشق زن یا مردی هستی
فقط در کنارش بنشین و احساس یکی بودن کن
مثل این که خودت معشوقی
و طرف مقابل هم احساس کند که عاشق خودت است
هر دو احساس خواهید کرد که انرژی بین تان رد و بدل شده
عشاق احساس می‌کنند که انرژی مانند شوک برق از هر یک به دیگری منتقل
می‌شود
وقتی با چیزی شناخته می‌شوید
آن گاه پلی ایجاد می‌شود و نیرو از این بین عبور می‌کند

The Law of Attraction

The Law of Attraction

says: All that comes to life

comes from the thoughts of the mind

So whatever goes on in your mind

you are bringing into your life

Now why think about things you dis-like

or don't want in this life

Try this insight for a new outlook in life

For more positive outer changes look/think on the bright side

an affirmative thought is 100 times

stronger than a negative thought is

also there is a time-delay from what's in your mind frame

to that which you see in life's display

Think about it, if there wasn't the world would be in disarray

Our feelings let us know what we are thinking,

our thoughts lead us to that which we're feeling

Therefore whatever you're feeling and thinking is future

revealing

The universe corresponds to the nature of your song

You create your own universe as you go along

Once you understand how to control your thoughts

and master your feelings you'll become a co-creator

قانون جذابیت

می‌گوید افکار، گفتار و کارهای ما نتیجه زندگی ما است

سپس هر چه در ذهن و نیت داری در زندگی خودت خلق می‌کنی

بنابراین چرا در مورد چیزهای ناخوشایند و منفی فکر کنیم

این بصیرت را برای یک دید تازه در زندگی امتحان کن

برای تغییرات مثبت‌تر جهانی خوشبین باش

فکر مثبت ۱۰۰ برابر قوی‌تر از فکر منفی است

همچنین یک لحظه است آن چیزی که تصور می‌کنی

تا آن چیزی که در واقعیت زندگی خواهی دید
فکر کن اگر این طور نبود جهان به هم ریخته می‌شد
احساسات‌مان به افکارمان اشاره می‌کنند
بنابراین هرچه حس و فکر می‌کنید آشکار به آینده است
کاینات مطابقت می‌کند با آهنگ طبیعت تو
در واقع کاینات خودت را خلق می‌کنی
وقتی بفهمی چطور ذهنت را کنترل کنی
و ارباب احساسات باشی آگاهانه خلق می‌کنی

Mindful Walking

Mindfully take in breaths

Focus your attention on your breath

Or on each of your steps

Naturally all your thoughts will stop

As you are on your walks

Because you release the past, future & projects

Because your mind has only one object

And that is your in breath or your step

You will feel more freedom, solidity & healing

Free from the future uncertainty & worries

And free from the sorrow & regret of the past

Thoughts of the future is a prison & so are those of the past

When you focus on the in breath you gain release

Once free your body regains the power to heal

آگاهانه راه رفتن

با توجه و تمرکز تنفس کن، روی هر گام که برمی‌داری

طبیعتاً همه افکار متوقف می‌شوند یا آرامش خاطر پیدا خواهی کرد

چون فکرهای آینده و گذشته‌ات را رها می‌کنی

چون ذهن شما فقط یک هدف و مقصود دارد

و آن توجه به نفس یا قدم شماست

شما احساس آزادی و سلامت بیشتر خواهید کرد

آزاد از نگرانی‌های آینده و از غم گذشته

فکرهای آینده و گذشته مثل زندان هستند

زمانی که بر تنفس خود تمرکز کنید رها می‌شوید

وقتی بدن تان آزاد می‌شود فرصت برای شفا و بازسازی دارد

3 Steps of Growth

At first the situation is the master
By it you are just being dragged
You believe that you are, but you aren't yet
The first phase is of the unenlightened
The second stage is of a constant consciousness
Secondly, the situation can't pull
but the seeker has to do something to be conscious
because you've become a will
The third state is that of the enlightened
In step three, situations you influence
Now your presence causes a transformation
the difference is the effortlessness of consciousness

سه پله رشد

اول موقعیت حاکم است
ما انگار بی‌اختیار هستیم
باور می‌کنیم که هستیم، ولی هنوز من معنوی شکل نگرفته
اولین مرحله تاریکی و جهل نامیده می‌شود
مرحله دوم یک آگاهی دائمی است
وضیعت نمی‌تواند تغییرت دهد
ولی هنوز باید کاری برای آگاه بودن انجام دهید
حالت سوم حال روشنایی است
موقعیت‌ها در تسلط خودت است
حالا حضورت باعث تغییر و تحول می‌شود
تفاوت آن در آسان بودن هوشیاری است

Mindful Eating

Mindful eating is a very pleasant & deep practice
Each morsel of food becomes an ambassador of the cosmic
In food see the sunshine, see the earth & see the rain
Also note the collective human effort that brought the food to the table
We know we can't live without eating
but we eat them very unconsciously, robot-like, automatically
Smile at your food to set the mood for enjoying
If the taste isn't lived, you're just stuffing
Go slow be aware of what it is you're tasting
don't go on just swallowing things
Taste them with no hurry or rush to become what you're tasting
and then it can be felt all over the body
not just in the mouth or on the tongue but all over the body
Allow the ripples to spread and fill the whole of your body
Be more sensitive and alive to feel more of your body
also for more life to enter your inner being
then your food intake quantity will decrease and its quality will increase

هوشیارانه غذا خوردن

هوشیارانه غذا خوردن عملی لذت بخش و عمیق است
هر تکه غذا سفیر کیهانی است
در غذا خورشید، زمین و باران را ببین
همچنین تشکر کن از کل بشریت که باعث این برکت هستند
می دانیم که نمی توانیم بدون خوردن ادامه حیات دهیم
ولی ما خیلی ناآگاهانه مثل ماشین می خوریم
لبخند بزن به غذایت برای با حس خوردن
اگر مزه حس نشود فقط شکمت را پر می کنی
آهسته بخور و آگاه باش از آن چه مزه می کنی

۱۱۸ وقتی خودم را در تو می بینم

فقط غذاها را قورت ندهید
عجله نکن در مزه، کاملاً درک کن
آن وقت در کل بدن می توانی حسش کنی
نه فقط در دهان یا روی زبان بلکه در کل جسمت
با احساس تر که باشی بیشتر قسمت های جسمت را لمس می کنی
و برای بیشتر نیروی هستی که وارد وجود شود
سپس کمیت غذا کمتر می شود ولی کیفیت آن بیشتر

Addictions & Preferences

When you have an addiction
your job becomes fulfilling the addiction
Now the time one has a preference
there has come a transcendence
he or she is free to choose
the way he or she prefers to move
Based on moods and feelings of the moment
they are in tune with realistic existence
Whereas an addict lives in delusion
because he gives himself pollution
thinking or feeling it's the solution
Hence, the illusion.

اعتیاد و انتخاب

وقتی اعتیاد داریم وظیفه مان پرداختن به اعتیاد است
زمانی که چیزی انتخاب می شود از حد عادی خارج نمی شود
او برای انتخاب چیزهایی که ترجیح می دهد آزاد است
بر اساس حس و حال که دارد با واقعیات زندگی همراه است
ولی معتاد زندگی توهمی دارد
چون خودش را آلوده می کند، احساس می کند که راه حل همین است در حالی که
توهم است

Recovery

Why do addicts lie and deny that their lives become unruly

Making progress in their recovery which is a process of discovery

Where you learn about yourself and your place in the world

Knowing victory lies in the admission of defeat

Apply acceptance, surrender, and honesty

Taking the first steps of another way of life one believes in the

All Mighty

One's hope turns into faith as our lives get better, gradually

Feeling the Energy of the outer group helps to find a remedy

The solution are medications to make us feel balanced-chemically

The future depends on your willingness to grow spiritually

Also to know and do what serves you mentally and physically

Humility and open-mindedness increase one's teachability

Let go of fears about how we may appear to our peers

Acting on self-will keeps you trapped in a cycle of pain & fear

From our self-will, we must move away

So let go and let God Hu is the Life & Way

There is growth in selfless actions despite the uncertainty

it takes time, resolve and courage to change, quite certainly

بهبودی

فرآیند خودشناسی مقدمه بهبودی است

جایی که خودت را و موقعیتات را در جهان خواهی دانست

و بدانی که پیروزی موقعی به دست می آید که به شکست اعتراف کنی

با به کار بستن واقع بینی، تسلیم و صداقت

با برداشتن اولین قدمهای زندگی جدید به قدرت مطلق ملحق می شویم

امیدمان به ایمان تبدیل می شود زمانی که زندگی مان سر و سامان یابد

احساس کردن نیروی بیرونی به یافتن راه حل کمک می کند

یکی از راه حل ها در داروهاست که احساس تعادل می کند

آینده وابسته به میل رشد معنوی مان است
همچنین به انجام کارهای مفید برای جسم و ذهن مان
فروتنی و روشنفکری پذیرش آموختن مان را افزایش می‌دهد
از ترس این که در نظر دیگران چگونه دیده شوی دوری کن
رفتار ناشی از خودخواهی ما را در چرخه درد و ترس اسیر کرده
از خودخواهی دوری کنیم
در عمل بدون خودخواهی پیشرفت وجود دارد
البته پشتکار و شهامت زمان می‌گیرد

Will POWER

Will is a special power that happens mysteriously
It's very clear, can direct our acts and the results are astounding
Will defies common sense with astonishing feats
Will power needs to be controlled, taking time indeed
As one develops will, a gap opens up
allowing a space for the will to shoot out like guns
Will is the force which connects persons to the world
Whatever we perceive, in any manner we perceive is the world
Will is a force which comes from within and attaches itself to the
outer world
So be alert, the various things we do can develop our will

قدرت اراده

اراده یک قدرت خاصه است که به طرز مرموزی پیش می‌آید
خیلی واضح است و با نتایج باور نکردنی هدایت‌مان می‌کند
اراده با شاهکارهای شگفت‌آورش از عقل سلیم متابعت می‌کند
قدرت اراده باید کنترل شود و وقت نیاز دارد
زمانی که شخصی اراده به دست می‌آورد یک خلاء ایجاد می‌شود
به اراده فرصت می‌دهد که مثل گلوله پرتاب شود
اراده نیرویی است که آدم‌ها را به دنیا وصل می‌کند
هر چه که ما درک می‌کنیم، در هر صورت دنیایمان است
اراده نیروی درونی است که خودش را به دنیای بیرون وصل می‌کند
به این خاطر آگاه باشیم، کارهای که می‌کنیم اراده را شکل می‌دهد

Divine Will brings Joy

To kill the great misfortune of ambition
Sacrifice, be humble & pure of heart for God's vision
One who has attained, has true spiritual consciousness
Through obedience to the will of God
One comes into Oneness of Being with God
becoming initiated into the Universal view of God
Thereon, is disconnected from sorrow & toils burden
Being free from karma's bond
or works done in desire & self-love
Free from self-will, we become free from sorrow
The fight of self-will against divine-will causes sorrow
And joy enters as one grows into obedience
When all veils are rent, infinite becomes our knowledge

خواست الهی لذت بخش است

برای از بین بردن بدبختی جاه طلبی و به دست آوردن رحمت الهی
فداکاری کن، فروتن باش و قلبی صاف داشته باش
کسی که از طریق بندگی خواست الهی به این درجه رسیده است، به نعمت واقعی
آگاهی ذوقی نائل آمده است
با خدا بودن باعث یگانگی می شود
و آشنا با دید پروردگار از جهان
از پستی و سختی رها می شود
از چرخه سرنوشت آزاد می شود
و یا انجام کارها بر پایه خودخواهی و خود پرستی
اختیارمان را ترک کنیم از رنج رها می شویم
خودخواهی در برابر خواست الهی باعث غم و غصه می شود
و لذت ظهور می کند وقتی ما امر را اطاعت می کنیم
زمانی که تمام پرده ها برداشته شدند، دانش بی نهایت می شود

Awareness Overcomes Anxiety

Fight or flight mode when you feel fright
Just as the fear enters be alert and it goes
For you can only be afraid when you lose alertness
A brave person in moments of fear bring their alertness
And a coward is one who hasn't empowered their alertness
When you're tense and anxiety-ridden
Tap into your awareness and quit thinking
Since anxiety can't be solved by thinking
Thinking itself is a sort of anxiety, giving
More thought is like adding fuel to the fire
So if you desire to overcome it you must be aware

آگاهی بر اضطراب غلبه می‌کند

حالت مبارزه یا فرار، وقتی احساس ترس می‌کنی
وقتی ترسیدی آگاه باش، و از بین می‌رود
چون فقط وقتی آگاه نیستی خواهی ترسید
شخص شجاع در لحظه‌های ترس آگاه است
و بزدل شخصی است که هوشیار نیست
وقتی پر تنش و مضطرب هستی فکرت را آزاد کن
چون اضطراب با فکر حل نمی‌شود
فکر خودش یک نوع اضطراب است

Alertness Transforms Energy

For example when anger comes
look at it, observe it, of 'it' be conscious
and the more alert you are the less anger
The moment you're alertness, there is no anger
because energy is neutral, in action
when alertness is the reaction
the same energy which is anger becomes compassion
since energy is one, these are all expressions
energy can become moods in basic situations
The alertness, awareness moves the energy in more positive,
productive planes
That's why Buddha said, "Whatever you do, do it with a
conscious mind state."

هوشیاری نیرو را تبدیل می کند

برای مثال وقتی خشم می آید به آن بنگر و نسبت به آن هوشیار باش
و هر چه بیشتر آگاه تر باشی خشم کمتر می شود
وقتی کاملاً بیداری خشمی وجود نخواهد داشت
به خاطر این که نیرو خنثی است، وقتی هوشیاری واکنش است
همان نیروی عصبانیت تبدیل به رحم می شود
چون نیرو یکی است همه این ها جلوه هاست
نیرو می تواند در بعضی شرایط خلق و خو شود
هوشیاری و آگاهی نیرو را به سوی سطوح مثبت سوق می دهد
به همین علت بودا گفته: "هر آن چه انجام می دهید با هوشیاری باشد."

Trust and Doubt

Whenever we do believe
then and there enters disbelief
Disbelief is a shadow of belief
belief naturally brings disbelief
First is belief, secondary is disbelief
Stopping beliefs drops disbelief
Starting to trust in our doubt
we'll adjust within and figure out
that what was inside real doubt
transforms within and turns around
into true trust just being found
Trust and doubt are within, belief is from out

اعتماد و شک

هر زمانی که باور می کنیم
همان لحظه هم شک می کنیم
باور نکردن سایه باور است
باور، باور نکردن با خود می آورد
اول باور می کنیم
بعداً باور را از دست می دهیم
توقف باورها باعث ناباوری می شود
شروع به اعتماد کردن در شک های مان
ما از درون خودمان را وفق می دهیم
و می فهمیم که چیزی در تردید واقعی نهفته است
در درون تبدیل می شود به اعتماد واقعی
اعتماد و تردید از درون اند
باور از بیرون است

Emotional Debt

Feelings need to be expressed
to not be stored in emotional debt
There are three sorts of emotional debt
the first is reactive emotional debt
or a momentary delay between injury and hurt's expression
Recent emotional debt is a longer delay that hurts are stored as
resentment
Remote emotional debt includes unresolved hurt from the past
these remote feelings get activated by recent pain that reminds
you of the past
the preoccupation with an immediate emotion before it's
expressed
is known as reactive emotional debt
the discomfort of holding in the feeling, has gotten you
to want to let it out as soon as possible
which if pushed away your feelings get stored in recent
emotional debt
if you keep delaying expressing feelings it'll result in remote
emotional debt
your feelings build to explosive levels and at times break free of
defenses
and are often expressed out of control and out of context
so others can't understand or sympathize with your exaggerated
expressions
leading to further alienation, loneliness and a sense of
helplessness
and then whenever you attempt to make emotional contact,
others get hurt
the process feeds on itself producing more anger, anxiety, guilt
and hurt

بدهی عاطفی

احساسات نیاز به بیان شدن دارند
تا به عنوان بدهی عاطفی جمع نشوند
سه نوع بدهی عاطفی داریم
اول بدهی عاطفی واکنشی
یا تاخیر لحظه‌ای بین صدمه و واکنش که آن را درک می‌کنیم
بدهی عاطفی تازه، توقف طولانی‌تری دارد که آسیب‌ها به عنوان پشیمانی است
بدهی عاطفی پنهان شامل دردهای حل نشده گذشته است
این احساسات پنهان از دردهای تازه که ما را به یاد گذشته می‌اندازد، فعال
می‌شوند
دل مشغولی با یک احساس تازه قبل از عرضه آن به عنوان بدهی عواطف شناخته
می‌شود
ناراحتی نگه داشتن احساس باعث می‌شود که هرچه سریع‌تر ابراز شود
که اگر عنوان نشود در بدهی عاطفی جدید جمع می‌شود
اگر بیان احساسات را به طور مستمر به تعویق بیندازی در نتیجه در بدهی عواطفی
پنهانی جمع می‌شوند
احساسات به حد انفجاری می‌رسند و گاهی وقت‌ها از اندازه و کنترل خارج
می‌شوند
بنابراین، دیگران نمی‌توانند واکنش‌های اغراق آمیز شما را درک کنند یا بفهمند
که باعث گوشه‌نشینی بیشتر، تنهایی و حس بیچارگی می‌شود
و بعداً وقتی که برای برقراری تماس کوشش می‌کنی دیگران رنجیده می‌شوند
روندی پایان‌ناپذیر که باعث عصبانیت، نگرانی، گناه و درد بیشتر می‌شود

Emotional Freedom

You know if you had no defenses
you wouldn't have any emotional debts
you'd be free, freely showing your feelings
regardless of them being painful or pleasing
others would give you your room
cease or continue to love you
If they chose not to love you
because of what you spoke it'd be their problem
you wouldn't regret what you couldn't prevent
rather your life will be filled with a sense of self confidence &
respect
You'd experience pain in a visceral way, w/o the intervention of
your defenses
without feeling bad, your hurt and anger you'd express
you'd react to anxiety as a signal to get ready to defend yourself
but you wouldn't feel any shame
you, like all others, would make mistakes
accept responsibility for whatever damage you caused
then you'd know you can manage to grow by working on your
flaws

آزادی عاطفی

بدان اگر مقاومت نمی‌کردی
هیچ بدهی عاطفی نداشتی
رها بودی و آزادانه ابراز احساسات می‌کردی
چه دردناک یا خوش آیند، بدون این که دیگران خوش‌شان بیاید و یا ناراحت شوند
به شما فضای کافی خواهد داد که دوست داشتن شما را متوقف کنند یا ادامه دهند
در صورتی که برای صحبتی که کرده‌اید شما را دوست نداشته باشند
این مسأله آن‌ها خواهد بود نه شما
در نتیجه شما از اظهار نظر خود پشیمان نخواهی بود

حتی زندگی‌ات پر از حس اعتماد به نفس و احترام می‌شود
دردت را بدون ریا تجربه می‌کردی، بدون دخالت و نگرانی
بدون احساس بد، درد و خشم را نشان می‌دادی
واکنش‌ات به اضطراب نشانه‌ای بود که از خودت دفاع کنی
ولی هیچ شرمی را حس نمی‌کردی چون اشتباه کردن طبیعت بشریت است
مسئولیت خود را می‌پذیریم برای هر خسارتی که مقصرش بودیم
بعداً می‌دانیم که با کار کردن روی ضعف‌های مان می‌توانیم رشدمان را مدیریت
کنیم

3 Kinds of Freedom

First, is a freedom you know, this is a FREEDOM FROM

A worker wants to be free from the boss, for example,

it's a reaction of the ego asserting itself

Since it's a reaction rather than something you fathom

or deeply understand you're bound to change jobs

but that's not real freedom

Second kind of freedom is FREEDOM FOR

We want to be free for doing our own thing

This is our self-will in action

Third type of FREEDOM IS NEITHER FOR NOR FROM

It's not a reaction or an action

solely a state named Being

Some holy sages call it Seeing

سه نوع آزادی

اول آزادی است که با آن آشنا هستیم، این آزادی از چیزهاست

برای مثال یک کارگر می خواهد از رییس اش آزاد باشد

این یک واکنش غرور آمیز است

ولی این آزادی واقعی نیست

دومین آزادی برای اختیار یا کار است

نوع سوم نه آزادی است برای یا از چیزی

نه واکنشی یا کنش است

فقط حالتی است به نام بودن

یا حالتی که مشاهده می گویند

The Law of Detachment

The Law of Detachment says in order
to acquire anything in the physical world
you have to relinquish your attachment to it
This doesn't mean suppress the intention to create it
You keep the desire and intent,
but give up your attachment to the end
At the same time not becoming result-dependent
combining one-pointed intention with detachment
Simultaneously, you will have that which you desire
Anything you want, through detachment, can be acquired
Detachment is based on the belief in the power of your true Soul
Since the Self or Soul is the source of the whole world
how to meet our every need is this very Awareness that knows

قانون کناره‌گیری

برای به دست آوردن چیزی باید وابستگی‌مان را رها کنیم
نه این که نیت و قصدمان را فراموش کنیم، فقط وابستگی به نتیجه کار را رها
می‌کنیم
فوراً به آن درخواست خواهید رسید
هر چه که می‌خواهید از طریق کناره‌گیری می‌توانید بیابید
کناره‌گیری بر اساس باور در قدرت خود حقیقی است
چون خود روح منبع کل جهان هستی است
هوشیاری است که می‌داند چطور به تمام نیازهای‌مان بپردازد

From the Outer to the Inner

From the outer we enter the inner
but the outer can't change the inner
the outer can help or it can hinder
remember outer change isn't of the inner
We change bodies for lives and still are unsatisfied
for we're only content when the inner soul crystallizes
stop soul obsession and mind identification with material
for then you're escaping and postpone changing the inner
remember: the inner is central remaining eternal
so let the outer help complement the kernel
also know the outer in relation to the inner is part and parcel
it's through the periphery or circumference that we enter the soul
only give the boundary as much attention and significance
for the center of the circle or home to be of utmost importance

از بیرون به درون

از بیرون وارد درون می‌شویم و بیرون نمی‌تواند درون را تغییر بدهد
بیرون می‌تواند مانع یا مددی باشد
یادت باشد تغییر ظاهری تغییر درونی نیست
ما ظاهر خود را عوض می‌کنیم ولی هنوز قانع نیستیم
فقط زمانی که روح درونی متبلور شود قانع می‌شویم
بنابراین، نگذار ظاهر مالک روح و روانت شود
چون آن موقع تغییر باطنات را به تاخیر می‌اندازی
از یاد نبر درون مان اصلی و ابدی است
پس بگذار جهان برون به تقویت درون کمک کند
و همچنین بدان که ما از طریق بیرون وارد درون و باطن می‌شویم
در نتیجه به محیط بیرونی هرچه توجه کنی باعث اهمیت و مرکزیت درون است

Essence at Ease

The key is for us to be at ease in our essence
whatever we do, at our core or deepness
by remaining calm, at ease and centered
We can be any and everywhere maintaining pureness
As well as keeping our innocence
The quality of the essence being at ease
is what we should strive to bring
into each and every act we are or will be doing
so much so that it permeates, pervades our existence
only then will we retain the quality of all meditations

ذات در آرامش

رمز مهم این است که با ذات خود در آرامش باشیم
هر کاری که انجام می‌دهیم با حفظ آرامش باطن باشد
ما می‌توانیم هر جا باشیم، خالص و بی‌گناه عمل کنیم
هستی‌مان در آرامش بودن
چیزی هست که ما باید به هر کاری بپردازیم
تا در وجودمان نفوذ کرده و پخش شود
فقط آن موقع کیفیت تمام تعمق‌ها را خواهیم فهمید

Who is the BELOVED?

Life is like light, the Beloved being its sight
The Beloved is our Light, life is its reflection
The Beloved is only alive, lovers mere veils
When we live to give love, it gives life meaning
When we live to give love, it gives the best feeling
This feeling of affection which gives us direction
This kindness inside us which binds us
reminds us: love is priceless
Infinite because the Beloved is timeless

معشوق کیست؟

زندگی نور است، و معشوق بینش آن
نور معشوق است، زندگی انعکاس آن است
تنها معشوق زنده است، عاشقان پرده‌اند
زمانی زنده‌ایم که عشق بورزیم
آن به زندگی معنی می‌بخشد
بهترین احساس را انتقال می‌کند
این احساس علاقه است که ما را هدایت می‌کند
و ما را متحد می‌کند، یادآوری می‌کند
این هدیه عشق بسیار گران قدر است و بی‌نهایت
چون معشوق لا زمان، لا مکان و لا تضاد است

What is LOVE?

LOVE is as high & wide as the whole universe
Giving birth to many suns, moons & earths
LOVE is our Soul's reflection
Shining the World's perfection
LOVE is living to give affection
It is giving directions for protection
LOVE is the treasure that makes us better
Living it is a pleasure beyond measure
LOVE forgives & forgets itself
And lives for giving to itself

عشق چیست؟

عشق به بلندا و پهنای کل کائنات است
خورشیده‌ها، ماه‌ها و جهان‌های بسیاری به وجود می‌آورد
عشق انعکاس روح‌مان است
کمال عالم در او می‌درخشد
عشق برای ابراز علاقه زنده است
در راه حفاظت ما را راهنمایی می‌کند
عشق ثروتی است که ما را بهتر می‌کند
زندگی با آن لذتی بی‌حد است
عشق بخشندگی و خودگذشت دارد
و زنده است که به خودش ارائه دهد

LOVER

Real love is unlimiting
no beginning, and no ending
It always was, is, and will be
real love's the always reality
Unlimited and always means free
real love is that which is really free
Freely unlimiting translates into eternity
through its expression we're seeking
to know and experience our real being
at the deepest, highest, widest place of being
you will discover that U are a L-O-V-E-R

عاشق

عشق واقعی بی‌حد است
بی‌شروع و بی‌پایان
همیشه بوده، هست و خواهد بود
عشق واقعی واقعیت همیشگی است
بی‌حد و همیشه، یعنی آزادی واقعی
آزادانه، نامحدود، یعنی جاودانگی
از طریق بیانش ما می‌جوئیم
که بشناسیم و تجربه کنیم خود واقعی‌مان
در عمیق‌ترین، بالاترین و وسیع‌ترین جای هستی
شما می‌رسی به این نتیجه که تو یک عاشقی

REvelation

To grow is life's nature

Order is present everywhere

Life is found in layers

Outer depends on inner

Seek the highest first, rest & activity are the steps to progress

Enjoy greater efficiency & accomplish more in the process

Every action has a reaction, purification leads to progress

The field of all possibilities is the source of all solutions

Thought-Action-Achievement-Fulfillment

Gained from the inside & outside is knowledge

Knowledge is structured in consciousness

Harmony exists in diversity, the whole is contained in every part

The whole is greater than the sum of its parts

وحی

رشد کردن طبیعت زندگی است

نظم همه جا پیدا است

زندگی در لایه‌ها معلوم می‌شود

بیرون به درون مرتبط است

در آغاز دنبال بالاترین باش، استراحت و فعالیت روش‌های پیشرفت است

لذت ببر از کارایی بهتر و در این فرایند نتیجه بهتر حاصل کنید

هر کنشی واکنشی دارد. پاکسازی باعث پیشرفت است

منبع تمام امکانات منبع تمام راه‌حل‌ها است

فکر و رفتار و نتیجه کار باعث رضایت کارند

دانش از هوشیاری تشکیل می‌شود

هماهنگی در تنوع است، کل در هر جزء قرار دارد

و کل بیشتر از مجموع اجزایش است

Enlightenment = Intelligence + Innocence

Enlightenment is the very core of our Being and living our life from the core of our Self.

Everyone comes into this world with innocence, but we lose it as we gain more intelligence.

Newborns were born with silence, as we grew up, we lost the silence and acquired language.

We lived in our hearts, and as time passed, we moved into our heads.

Now the reversal of this journey is enlightenment.

It is the journey from head to the heart, from language to silence-getting back to our innocence in spite of our intelligence.

Enlightenment is a mature state of being, unshakable by any circumstance.

Come what may, nothing can rob the Lover's heart from Love & Kindness

not identifying with limitations and feeling 1 with All existence

Enlightenment is a rare combination of innocence and intelligence:

with words to express and, at the same time, being very silent.

In that state, the mind is fully in the present moment.

Whatever is necessary is revealed to you naturally.

You just sit and the song flows through you spontaneously.

روشنایی آگاهی و بی گناهی است

روشنگری اساس بودن و زندگی کردن از ذات درونی است

همه کس پاک به دنیا می آیند ولی با به دست آوردن آگاهی آن را از دست

می دهیم

نوزادان در سکوت به دنیا می آیند ولی به مرور سکوت شکفته شده و زبان یاد

می گیرند

قبلاً در قلب زیستیم، حالا در ذهن زندگی می کنیم

حال بازگشت از این سفر روشنگری است

یعنی سفر از مغز به قلب، از گفتار به سکوت
با وجود آگاهی بازگردیم به معصومیت
روشنگری تحت هر شرایطی حالت بلوغ ماست
هرچه پیش آید دل عاشق را از محبت عشق خالی نمی‌کند
چون احساس یکپارچگی و تسلسل‌اش را با هستی می‌کند
روشنگری ترکیب نادری از پاکی و شعور است
ابراز آن با کلمات در حالی که سکوت برقرار است
و در آن حالت ذهنی کاملاً در زمان حاضر است
هر اطلاعاتی که نیاز داریم برای مان آشکار است
شما فقط بنشینید و آهنگ الهی در درون شما به جریان می‌افتد

Enlightenment is Conscious Sleep

Existence in Ultimate Reality is Oneness
Human problems arise out of human self-consciousness
self-consciousness gives everyone a feeling of being separate
whatsoever we do will go wrong if it is based on separateness
Self-consciousness gives us a feeling that we are the center
and it makes us aware that we're different from others
being self-conscious causes the difference
While we are asleep there is no difference
because we are again merged with the universe
as we lose our self and ego we unite with the universe
Hence so much pleasure comes out of sleep
we feel refreshed, rejuvenated, alive after sleep
all death disappears when we're not separate
who or what's going to die when we're not separate?
and we won't feel insecure or afraid because we are not separate
So enlightenment can also be called conscious sleep
wakefully getting to the same source we move to in deep sleep

روشنایی خواب هوشیارانه است

وجود در واقعیت نهایی یکی بودن است
مشکل انسان به خاطر خودشیفتگی است
خودشیفتگی حس جدایی می دهد
هر کاری را بر پایه جدا بودن انجام دهیم به خطا خواهد رفت
خودشیفتگی به ما این احساس را می دهد که در کانون وقایع هستیم
و نشان می دهد که ما با دیگران فرق می کنیم
خودشیفتگی بودن تفاوت را ایجاد می کند
وقتی ما خواب هستیم فرقی نداریم
چون ما دوباره با کائنات یکی شده ایم
زمانی که خود و نفس را رها کرده با کائنات متحد می شویم

بنابراین لذت عمیق و عظیم در خواب وجود دارد
بعد از خواب احساس تازگی، شادابی و سرزنده بودن را داریم
مرگ ناپدید می‌شود وقتی جدا نیستیم
چی یا کی خواهد مرد زمانی که جدا نیستیم؟
و آن موقع ما از هیچ چیز نمی‌ترسیم، چون جدا نیستیم
پس به عبارتی روشنایی را می‌توان خواب هوشیارانه هم دانست
وقتی که به خواب می‌رویم همه به منبع اصلی متصل می‌شویم

Physics Discovers Awareness

Physics was the first discipline of modern science
filled with concepts of spirits invading bodies was medicine
and astronomy was indistinguishable from astrology
Aristotle found modern physics with his inquiry into the ultimate
nature of reality
Things were made of smaller things that were made of smaller
things
and smaller things led him to the atom then the smallest named
thing
Physics led the other sciences that dealt with some aspect of
reality
and physics concerns itself with the core being of that reality
Chemistry without physics is inconceivable
Biology without chemistry is incomprehensible
Medicine, genetics, farming without biology are unimaginable
Growing out of the study of physics is the core of the scientific
model
The discoveries of physics are showing our connection
to the rest of the Universe more so than our cultures direction
Physics implies that Consciousness brings the Universe into
existence
and this Consciousness isn't in any one place concentrated
an interpretation is that the Universe is only made of
Consciousness

فیزیک آگاهی را کشف می کند

فیزیک اولین نظم علم کنونی است
ارسطو با تحقیق در حد بالای طبیعت واقعیات فیزیک جدید را پیدا کرد
اشیاء از اشیاء کوچک تر تشکیل می شوند
چیزهای کوچک تر او را به اتم رساند که آن زمان کوچک ترین شناخته شده بود
فیزیک علوم دیگر را که با واقعیت سرکار داشتند رهبری کرد

و فیزیک خودش را با عمق وجود آن واقعیت درگیر می‌کند
علم شیمی بدون فیزیک غیر ممکن است، زیست‌شناسی بدون علم شیمی غیر
قابل درک است
طب، ژنتیک و کشاورزی بدون زیست‌شناسی غیر قابل تصور است
مدل علمی از پژوهش فیزیک رشد می‌کند
اصل اکتشافات فیزیک روابطمان را با بقیه کیهان حتی بیشتر از فرهنگی که در
آن هستیم نشان می‌دهد
فیزیک گمان می‌کند که هوشیاری هستی را خلق کرده است
و این هوشیاری فقط در یک نقطه متمرکز نیست
یک تفسیر این است که هستی فقط هوشیاری است

BEING

Physical science says all creation
is built up of multiple layers of energy
The subtlest is at the innermost stratum of creation
and builds up around itself different qualities, so it's growing
Recent discoveries of physics indicate the existence
of various elementary particles lying at the basis of all creation
The family of elementary particles is found to be increasing
showing creation exists in innumerable strata of energy
Fine particles give rise to neutrons and protons
building into the nucleus of an atom, which in turn build to
atoms
The atoms comprise of molecules and the molecules make up
the different forms of phenomena and constitute the entire
visible universe
This is how physics is discovering finer layers of creation
Once the atom was split, studies on the nucleus began nuclear
physics
Investigations into the field of electrons gave rise to electronics
and as our knowledge of the finer fields of creation is increasing
it is enabling us to be more powerful in life
Underneath the subtlest layer of all that exists in the relative field
is the abstract, absolute field of pure Being or Existence
which is unmanifested and transcendental, it's neither matter nor
energy
This state of pure existence underlies all that exists
everything is the expression of this pure existence or absolute
being
which is the essential constituent of all relative life
The One Eternal Unmanifested Absolute Being
Manifests itself in many forms of lives and existences in creation

بودن

علوم فیزیکی می‌گوید تمام خلقت از چند لایه نیرو ساخته شده است
لطیف‌ترینش در درونی‌ترین قشر خلقت است
و دور خودش صفات مختلف می‌سازد
بنابراین در حال رشد و توسعه است
کشف‌های جدید فیزیک ذرات ابتدایی در اساس خلقت را نشان می‌دهد
معلوم شد که خانواده ذرات ابتدایی در حال اکتشاف بیشتر است
که نشان می‌دهد هستی بر پایه بی‌حد و حصری از انرژی است
ذرات ریز تبدیل به نوترون و پروتون می‌شوند
که در هسته اتم ساخته می‌شوند و باعث تولید اتم هستند
اتم از مولکول‌ها تشکیل می‌شود و آن‌ها ساختار جهان فیزیکی را در بر گرفته‌اند
این روشی است که فیزیک دارد، لایه‌های ظریف هستی را کشف می‌کند
زمانی که اتم را شکافتند پژوهش‌ها روی هسته فیزیک هسته‌ای را به وجود آورد
پژوهش‌ها در زمینه‌های الکترون رشته الکترونیک را به وجود آورد
همچنین حوزه علم که در زمینه‌های ظریف هستی بیشتر می‌شود، قدرتمندتر
می‌شویم

زیر درونی‌ترین لایه هستی مربوط به وجود است
که باطنی و متعالی است، نه ماده است نه نیرو
این حالت خالص وجود زمینه‌ساز هستی است
همه چیز بیان این وجود خالص یا مطلق است
که تشکیل دهنده همه زندگی است
وجودی پنهان در هستی که یگانه، مطلق و جاودان است
خود را در زندگی موجودات مختلف در خلقت آشکار می‌کند

The Human Condition

Imagine no racial discrimination & prejudice
Fathom all living the dream of liberty & justice
No terrorists, fanatics & dictatorships
No mass media sensationalism or censorship
The problem begins with the 1%
Who have 99% of the world's wealth
We need less than the 1% they spend on weapons
For the billion illiterate people to get an education
Over 3 billion people live in extreme poverty
Poverty has become the latest commodity
Making non-profit charities one of the greatest novelties
Also global warming is a human warning
Stating taking action is worthier than not acting

شرایط بشریت

تصور کن دنیا بدون تبعیض نژادی و تعصب
درک کن همه زندگی در رویای آزادی و عدالت
بدون تروریست، متعصبان کور و دیکتاتوری
رسانه‌های جمعی شورانگیز یا سانسور کردن
مشکل این جاست که ۱٪ جمعیت ۹۹٪ ثروت جهان را دارند
اگر کمتر از ۱٪ که روی تسلیحات خرج می‌شود
روی تحصیلات یک بیلیون آدم بی‌سواد خرج می‌شد
دیگر هیچ بی‌سوادی در جهان وجود نداشت
بیش از سه بیلیون نفر در فروماندگی هستند
فقر بخشی از زندگی روزمره شده است
به طوری که سازمان‌های خیریه غیر انتفاعی یک دست‌آورد عظیم شده است
گرم شدن کره زمین یک هشدار به بشر است
فعالیت در این زمینه بهتر است از فعالیت نکردن

ForGive

We believe that revenge is justice when we don't forgive
Anger expressed by punishing will not bring release
because the effect will hurt and disturb others peace
Islamic Caliph Ali: "In forgiving there is a greater pleasure
than there is in taking any form of revengeful measure."
Another reason to forgive the person who caused you pain
is to free yourself from the burden of hate
If, injury caused by the other, makes you a hateful person
then you've hurt yourself, not the other person
To not hurt yourself in the process of helping to progress
And to feel pain-free we need to forgive

بخشش

وقتی ما نمی‌بخشیم باور می‌کنیم که انتقام گرفتن از آن‌هایی که ناراحت‌مان
کردند مستحق و قابل توجیه است
رهایی از خشم با تنبیه به دست نمی‌آید
چون نتیجه‌اش دردناک و باعث عصبانیت دیگران است
دلیلی که حضرت علی(ع) می‌گوید: در عفو لذتی است که در انتقام نیست
دلیل دیگر برای بخشش دیگران خود را رها کردن از بار نفرت است
اگر صدمه‌ای که دیگری ایجاد کرده تو را به فرد نفرت‌انگیزی تبدیل کرده
پس بدترین ضرر را به خودت وارد کردی نه به دیگری
بنابراین برای رهایی از رنج و این که مانع پیشرفت خود شوید
شما بایستی بخششی و بگویی که دیگر در عذاب نیستی
وقتی می‌بخشیم معمولاً نشان می‌دهد که دیگر آن درد نیست
و زمانی که دیگری را رها می‌کنید خود هم رها می‌شوید
ما شاید انتخاب نکنیم دیگر هیچ وقت با آن شخص حرف نزنیم
ولی آزاد شدن از سنگینی رنج و تنش چیزی است که همه نیاز داریم

Happiness

Means satisfied or content
With deliberation & depth to it
Maximized when you feel part of a community
Encompasses living life with meaning
your gifts & time, utilizing
with thought & purpose, living
Confronting annoyances & crises with grace
Involves a willingness to learn, grow & stretch
Not merely taking life in, it requires actions
Mindfulness is a mental state
of relaxed awareness of the present moment
marked by openness and curiosity toward feelings
rather than judgments of them
Is a powerful tool for experiencing happiness
When practiced regularly
Money buys happiness to the point it allows you to live
comfortably
But generosity brings true happiness
Also living by your values brings happiness

شادی

یعنی رضایت و قناعت توأم با تأمل و تعمق
چند برابر می‌شود وقتی احساس می‌کنی که جزئی از کل هستی
زندگی معنی‌داری را در بر می‌گیرد
همراه با فکر و هدف و رویارویی با مزاحمت و بحران
ما با نیت و برخورد خوب همراه با علاقه به یادگیری و رشد
نه فقط تجربه زندگی بلکه آگاهانه زندگی کردن
تمرکز حواس یک روش تفکر است
آرامش آگاهانه در حال حاضر
که نشان آن‌ها اشتیاق و میل به زندگی است تا قضاوت در باره آن‌ها

۱۵۰ وقتی خودم را در تو می بینم

یک ابزار نیرومند برای شاد بودن است
زمانی که مرتب تمرین می شود
پول تا حدی که راحتی می آورد شادی می خرد
ولی سخاوتمندی واقعاً شادی می آورد
و با ارزش و اصول زندگی کردن، شادی بخش است

3 Qualities of Happiness

If at anytime you are unhappy
Check and make sure to see
That these 3 qualities aren't lacking
First is penance of all situations
In other words, total acceptance
Of both the pleasant & unpleasant
Being Dispassionate "I want nothing" comes Second
Third, Surrender, in the sense, "I am here solely for your joy"
These three purify your mind & uplift you in joy

سه صفات شادی

اگر هر لحظه ناراحتی، ببین و مطمئن شو که کمبود این سه چیز نیست
قبول واقعیت‌ها به طور کامل، چه خوب و چه ناراحت کننده
بی‌طرفی، نه تقاضایی دارم و نه برتری وجود دارد
سوم تسلیم شدن یعنی من این جا هستم فقط برای لذت شما
این سه تا حالت ذهنی شما را صفا داده و در شادی به اوج می‌رسید

Qualities of No-Time

Is there joy, ease, & lightness in what you're doing? Ask yourself

If there isn't, then time is covering up the present moment and life is perceived as a struggle, burden or duty

it doesn't mean you need to change 'what you're doing'

What may be sufficient enough is to change the 'how'

Give more attention to the 'doing' than to the desired result, now

Give your fullest attention to whatever the moment presents

This implies that you also totally accept what is

You can't give something full attention while resisting it

As soon as you honor the present moment,

life flows with joyful ease dissolving struggle and unhappiness

When you act out of present-moment awareness

Whatever you do has a sense of quality, care and lovingness

صفات بی‌زمان

آیا لذت، راحتی و سبکی در کارهای‌تان است؟

اگر نیست زمان لحظه فعلی را می‌پوشاند

و زندگی را به عنوان مبارزه و وظیفه می‌بینید

یعنی نیازی به تغییر کاری که انجام می‌دهیم نیست

و لیکن تغییر چگونگی رفتار کفایت می‌کند

توجه بیشتری به انجام کار داشته باش تا به نتیجه دلخواه

چون نمی‌توانی به چیزی توجه کامل کنی و در عین حال مقاوم به آن باشی

وقتی که احترام می‌گذاری برای زمان حال

زندگی در جریان شادمانی است و حل می‌کند سختی‌ها و ناخوشی‌ها را

زمانی که با آگاهی در فعالیت هستی

به هر کاری که پردازش حس کیفیت، اهمیت و عشق همراهش است

Righteousness

When all contradictions are dissolved in us
Then we are a synthesis of all contradictions
We're talking and yet there is a silence
Then we can really love as the need to be loved has left
We're always alone as others can't disturb our aloneness
Even when in the crowd, we remain a witness
We live in this world but we don't belong to this world
In our core, unmotivated since we've reached the goal
Choiceless, movement and rest, compliment each other
Undivided, not renouncing nor rejecting, we're connected

تقوا

وقتی تمام تضادها در ما حل شد
آن وقت ما ترکیبی از تضادها هستیم
صحبت می‌کنیم ولی خاموشی برقرار است
وقتی می‌توانیم عشق بورزیم که خودمان را دوست داریم
چون برداشت‌مان از عشق چیزی از بی‌قید و شرط بودن است
ما همیشه تنها هستیم و دیگران نمی‌توانند تنهایی ما را به هم بزند
حتا وقتی در بین جمعی هستیم
در باطن مان هیچ انگیزه‌ای نیست چون به مقصد و معشوق رسیدیم
انتخاب نداشتن، حرکت و استراحت مکمل هم هستند
با جدا نبودن، انکار و رد نکردن، ما به کل هستی وصل می‌شویم

Saintliness

Saintliness is a term used to describe the religious personality which spiritual emotions are the habitual center of the personal energy

And there is a universal synthesis of being saintly whose features, being the same in all religions, can be traced easily

1. A wider feeling for life's beings than in the selfish interests of the World

and certainty, not only intellectual, but also sensible, in an Ideal Power

2. A sense of the friendly continuity of that Ideal Power through our own life and to its control a willing self-surrender

3. Immense elation and freedom, the boundaries being our own selfhood keeping us imprisoned

4. A shifting of the emotional center

Towards 'yes' and loving, harmonious affections

where the claims of the non-ego are concerned

قداست

قداست واژه‌ای است برای توضیح دادن شخصیت مذهبی

که احساسات معنوی مرکز نیروی شخصی است

و قدیس بودن یک ترکیب جهانی است

که صفاتش در تمام ادیان مشهور است

و می‌توان به آسانی آن را شناخت

۱- احساس وسیع برای تمام مخلوقات در جهان

و نه برای منافع شخصی و نه فقط برای فرهیختگان بلکه تمام افراد با شعور در

یک موقعیت ایده‌آل

۲- احساس ادامه یافتن دوستانه نیروی ایده‌آل در طول زندگی‌مان و از

خودگذشتگی

وقتی خودم را در تو می‌بینم ۱۵۵

۳- سرخوشی بسیار زیاد و آزادی که حد و مرزش فردیت‌مان است که به خاطرش زندانی هستیم

۴- تغییر یافتن مراکز عاطفی به سوی "بله" و عاشق بودن جایی که دور از غرور است

True Identity

Our actions are very irrelevant to our Being
That is why a person of understanding
works, does a thousand and one things
but knows not to identify with his roles and actions
When he goes to the office he may be a president
but the moment he leaves the office he's not a president
Coming home to a wife and child, he's a husband and father
Having a sister or brother he becomes a brother
the times he nurtures he has the features of a mother
Still his being keeps free of all these, he's the other

هویت حقیقی

کردارمان خیلی نسبت به وجودمان بی ربط است
به همین دلیل شخص فهمیده کار می کند
و هزار و یک چیز انجام می دهد
و می داند که نباید شناسایی کند با کارهایی که انجام می دهد
وقتی به دفترش می رود شاید رئیس جمهور باشد
ولی شخص دیگری است لحظه ای که از دفتر خارج می شود
وقتی به خانه می آید برای زن و بچه اش، شوهر و پدر می شود
با خواهر و برادرش، برادر می شود
زمانی که پرورش می دهد صفات مادر را دارد
هنوز وجودش آزاد از تمام این هاست، او دیگری است

As I See mySELF like You

As I See mySELF like You, fully integrated vision
That's Higher Self, and truly full of Divine Wisdom
It's in Mystics and Saints thoughts, words and actions
Also in the practice of the faithful and religious
As well as in the lyrics, rhythms of musicians
To be a Master of our Self, we need discipline
Brothers, sisters with other experiences of one another
Helping members to remember, recover and discover
Being that's Loving the Lover, O BeLoved Father & Mother
BeLoved is Unconditional Love which is reflected in Lover
Love's the Soul's Reflection of perfection in the World's Mirror

وقتی خودم را در تو می بینم

وقتی خودم را در تو می بینم که بدون هیچ تفاوتی
آن زمان سرشار از نگاه و خرد الهی می شویم
در پندار، گفتار و کردار اولیاء و عرفاست
همچنین در عمل های دین داران با ایمان
و در غزل ها و ریتم های موزیسین هاست
برای فرمانروایی خود، نیاز به انضباط است
برادران و خواهران با تجربیات متفاوت همدیگر
عشق راه عاشق شدن معشوقان، مثل مادر و پدر
معشوق، عشق بی حدی که منعکس می شود در عاشق
عشق بازتاب کمال ذات است در آینه عالم

REAL SELF

We become Real when we are our true self
Not mechanical, shiny, pretend things
loved, despite, our imperfections
It reminds us of basic truths about our heartfelt longings
We all hope to live through life's challenges
and grow beautiful, valuable and loved
for what we are on the inside, for our Real Selves
It promotes the value of love, empathy & compassion
Helps us resist what's artificial and lifeless
This is how you've felt and why left the Real

خود واقعی

وقتی به معنی واقعی خودت هستی
آن وقت حقیقت آشکار می‌شود
نه یک چیز ساختگی، براق و مصنوعی
و عاشقت می‌شوند با وجود این یا حتی به خاطر کمبودهایت
ما را به یاد حقیقت اساسی و خواسته‌های پنهانی می‌اندازد
ما همه امیدواریم که بگذرانیم سختی‌های زندگی را
و رشد کنیم با زیبایی، ارزشمندی و عشق
برای خود واقعی‌مان و چیزی که در درون هستیم
ارزش عشق یکدلی و دلسوزی را ارتقاء می‌بخشد
و تشویق‌مان می‌کند که مبارزه کنیم با چیزهای غیر واقعی و بی‌جان
این احساس شما بود و دلیلی برای رها کردن خود واقعی

Co-Exist

When you come to know yourself
Only then will the whole existence
Not only will you be looking at existence
But looking back will be all of existence
because God is within and without
The Creator is both inside and out
in your self-knowledge you don't feel lonely
until you come to know yourself you feel lonely
Your knowledge isn't a solo thing it's a symphony
not lonely in self-knowledge all existence is happy
All existence must recognize we're not strangers to existence
We're a family existing as the interrelated phenomenon:
Existence

هم‌زیستی

زمانی که خودمان را شناختیم
آن وقت هستی هم ما را خواهد شناخت
نه تنها شما به هستی نگاه خواهی کرد
بلکه هستی هم به شما نگاه خواهد کرد
چون خدا و خالق هم در درون و هم در برون است
در خودآگاهی ما تنها نیستیم
ولی تا ما خودمان را نشناسیم تنهاایم
علم‌مان فردی نیست بلکه سمفونی است
تنها نبودن در خودآگاهی، تمام هستی در شادی است
تمام هستی باید به این نتیجه برسد که ما غریبه نیستیم
ما خانواده بشریت هستیم که به هم مرتبط هستیم

The Solution of Relationships

We literally have relationships with God & every other human being

We're all related to each other, Humanity is a spiritual family

We also have a lot of relationship problems personally & planetary

the solution is to re-learn to relate to each other properly

We don't relate properly because we've cut ourselves off from the Divine source

We deny our Higher Self & we identify with our Lower Self

Therefore, we reduce ourselves to our Lower Self & physical body & then behave accordingly

We are selfish, afraid, attacking & in all that we do we act separatively

Since we cut ourselves off from our own source we can't relate with ourselves & others properly

How can we expect to be right with ourself when we deny our True Self, Higher Self, Divine Self

When we reduce ourselves to our bodies, earthly possessions, mistakes & successes

We are out of touch with our True Self or Eternal Higher Self

Thoughts are a lens we see through, from our own thinking we can't separate ourselves

So we project our faulty thoughts on every relationship we have with others

because we don't see people as they are, we see people as we are

Because we project our thinking onto others since we can't separate ourselves from our thinking

And we identify with our Lower Self, rather than as Spiritual Being meeting Spiritual Being

Or God meeting God, we see each other as body meeting body ego meeting ego

Personality meeting personality and then we co-create a world

We all relate to each other as bodies other than as souls

So for all of our relations to fall into place the solution is to get right with ourselves

By transcending the Lower Self and identifying with our Higher Self

Then we will realize that everyone is soul awakening to realize themselves

راه حل روابط

ما به طور کامل با سایر انسان ها روابط داریم
ما همه به یکدیگر نسبت داریم، بشریت یک خانواده معنوی است
به همین خاطر خیلی مشکل روابط در شخصی و جهانی داریم
راه حل آن دوباره یاد گرفتن است که چطور با یکدیگر ارتباط درست داشته باشیم
ما ارتباط درست نداریم چون خودمان را از منبع الهی بریده ایم
ما خود را از بزرگی مان محروم و به کوچکی خود معرفی می کنیم
به پایین ترین حد شخص خود، و من مان را کوچک کردیم و طبق آن رفتار کردیم
خودخواه، ترسو و خشن هستیم و در همه کارهای مان تکروی می کنیم
چون خودمان را از منبع مان بریدیم، با خودمان و دیگران در روابط درست نیستیم
چطور توقع داریم با خودمان درست باشیم وقتی خود واقعی یا روح الهی مان را
انکار می کنیم
وقتی خودمان را محدود کردیم در جسم، مال پرستی، شکست ها و
پیروزی های مان
ما دور شدیم از خود حقیقی یا روح جاودانه
فکر ذره بینی است که از طریقش می بینیم، از افکارمان خود را نمی توانیم جدا
سازیم
ما فکر معیوب مان را روی هر روابطی که با دیگران داریم منعکس می کنیم
چون ما آدمها را آن طور که هستند نمی بینیم، ما آدمها را آن طور که هستیم
می بینیم
چون ما منتقل می کنیم فکرهای مان را به دیگران، چون از افکارمان جدا نیستیم
به جای رو درویی یک فرد روحانی با فرد روحانی دیگر

حقارت خود را به دیگران عرضه می‌کنیم
به جای ملاقات همدیگر به عنوان موجودات معنوی، یکدیگر را با نگاه مادی و
غرور توأم می‌بینیم
سپس از آن جهانی می‌سازیم
ما با همدیگر روابط جسمانی و مادی داریم تا روابط روحی و معنوی
پس برای حل روابط باید مشکل خودمان را حل کنیم
با فرا رفتن از خود پایینی به کسب هویت خود بالایی
آن وقت می‌فهمیم که همه تجلی خدا هستند که به خودآگاهی می‌رسند

Holy Relationships

Looking within and seeing nothing missing
Feeling complete accepting others as extensions
between these selves seeing no difference
knowing differences are only of the body
not denying the truth because it's reality
and by this we attain holy relationships
this type of communion is teaching
in differences of soul do not be believe
Make actualize the potential the sameness beneath

روابط مقدس

زمانی که ما کاملاً در درون مان هیچ چیز کم ندیدیم
آن زمان می پذیریم کمال مان را
گسترش می دهیم آن را با وصلت با دیگران
بین آدم و عالم فرق ندیدن
فهمیدن تفاوت فقط در شکل و ظاهر است
انکار نمی کنیم حقیقت را چون واقعی است
دست می یابیم به روابط مقدس از این طریق
این نوع روابط بهشتی اند
این صمیمیت یاد می دهد
که تفاوت ها را باور نکنید
ایمان بینش وحدت را شکل می دهد
حالا عقل برای وحدت نتیجه گیری منطقی می کند
ولی باید فراتر از جسم رفت
برای فعلیت آن عینیت، که در درون هست

SoulMates to SoulMates

Have you ever met someone else
 who knows you better than you know yourself
 your beginnings and your ends
 more in tune with you and your presence
 knowing what to do and say in your life's moments
 In all things being what you'd want of yourself
 You ever had the feeling that you knew another being
 and have never seen them in this life until the present
 Then for that being to also share this feeling
 as if for each other you're meant and know it the instant you met
 is the phenomenon known as Soul Mates
 Due to worldwide pessimism and insecurity
 There's a growing need for love that's lasting
 Like a link to a sense of Continuing Universal Purpose
 That is what this New Age of Aquarius brings to surface
 As more and more are seeking their Soulmate or spiritual partner
 The more we become ready, so does the chance of meeting our
 partner
 Whose love was connected to a Universal Love
 Where traditional barriers of age, race, religion, and status
 transcend
 Into a Universal manifestation of togetherness
 This was more instinctual, hence closer to Creation
 as man was more instinctual than rational, originally
 Soulmates have a feeling of warm, instant familiarity
 Therefore when you feel something, it's closer to the soul
 The immortal part of a person that links one to the Universal
 Consciousness is Soul
 There are 3 types: The twin-flame or counterpart;
 the companion soulmate, who was more of a project-oriented
 love partner;
 and the karmic soulmate, whom we were indebted to so our souls
 can prosper
 "Love possesses not, nor would it be possessed, for love is
 sufficient unto love."

معشوقان پیش معشوقان

تا حالا با شخص دیگری برخورد کرده‌ای
که خودت را بهتر از خودت می‌شناسد، آغاز و پایانت را
که بیشتر همسو است با خودت
که می‌داند چه بکند و چه بگوید در لحظه‌های زندگی‌ات
در همه چیز بودن و همان چیزی که تو برای خودت می‌خواهی
شما تا حالا احساس کردی که شخصی را می‌شناسی
و هیچ وقت در این زندگی و تا حالا او را ندیده‌ای
سپس برای آن طرف که متقابلاً این حس را داشته باشد
انگار برای هم آفریده شده‌اید
و از ثانیه اول می‌دانستید
پدیده‌ای به نام دلبری است
به دلیل بدبینی و ناامنی جهانی
برای عشق جاودانی نیاز بیشتری به عشق پا برجاست
مثل حس رابطه ادامه‌دار هدف کائنات
این است چیزی که دوران جدید برج دلو به ارمغان می‌آورد
انسان‌ها بیشتر و بیشتر جویای دلبرشان هستند
هر چه ما آماده‌تر بشویم، شانس ملاقات با معشوق هم بیشتر می‌شود
همان که به عشق کیهانی وصل است
جایی که فراتر از مانع‌های سنتی مانند سن، نژاد، مذهب و مقام می‌رود
به یک ظهور جهانی با هم بودن
این بیشتر غریزی است، بنابراین نزدیک‌تر به خلقت
چون آدم بیشتر غریزی است تا منطقی
دلبران گرم می‌گیرند و حس آشنایی دارند از هم در نظر اول
چون وقتی چیزی را حس کردی آن درک از روح است

قسمت ابدی آدم که ما را وصل می‌کند به هوشیاری کاینات روح‌مان است
سه نوع دلبر وجود دارد: اول دو شعله یا دو هم‌تا
دلبر که بیشتر معشوقه است، می‌گویند همدم و همراه
و آخر دلبر کارمایی است که بدهکاریم به آن برای رشد روح‌مان
"عشق مالکیت نیست، و تسخیر نمی‌شود، چون عشق خود کافی است."

Marriage Vows

I am marrying not for reasons of security
Knowing the only real security
Isn't in owning or possessing
Not for demanding or expecting
And not even in hoping, wishing
My life's needs, the other, will be fulfilling
I know everything I need in life
All the love, understanding and insight
That compassion, passion and wisdom reside within
So I am marrying you in hopes of giving these gifts
Not for controlling, limiting, or hindering you
From the honest celebration and expression that's true
Which is the highest and best within you, deep inside
Wishing that for all aspects of your being and facets of your life
I see marriage as producing opportunities
Rather than as producing obligations
Opportunities for lifting our lives to their optimum potential
For the ultimate reunion with God through the communion of
our souls

خطبه عقد

ازدواج می‌کنم نه به خاطر امنیت
چون فهمیدم که امنیت در مالکیت نیست
یا در خواست و توقع
نه حتی در امید و آرزو
که نیازهای زندگی‌ام
برآورده می‌شود از دیگری
من می‌دانم تمام نیازهایم در زندگی
تمام عشق، ادراک، ببخش
خرد، رحم، اشتیاق در درونم هستند

سپس با شما ازدواج می‌کنم که این هدیه‌ها را بدهم
نه برای محدود کردن، کنترل کردن یا مانع عشق شدن
از آن جشن و بیان صادقانه
که برای تو بالاترین و بهترین است
با همه وجود، با همان آرزو برای زندگیت
ازدواج بیشتر امکانات فراهم می‌کند
به جای این که تعهدات ایجاد کند
امکانات برای بهتر شدن و رسیدن به زندگی مطلوب
برای تجدید دیدار معنوی و همدلی روح‌مان

The Cipher Session

Now is the moment of truth
how about atonement to regroup
Interacting consciously in a group
as the members speak in any group
remember solely one and only one
will have the most powerful thought
at any one point in the discussion
So focus your energy on this person
for the thought to be better brought out
when it's your turn to share: Speak up
be heard, but not at the cost of the crowd
or the messages of the rest being received
Speak enough for others energy to increase

جلسه رمزنگاری

حالا لحظه حقیقت است
چطور است که دسته جمعی کفاره دهیم
در جمع آگاهانه رفتار کردن
زمانی که عضو گروه صحبت می‌کند
فقط یکی قوی‌ترین ایده و اندیشه را دارد، یادتان باشد
در موقع صحبت، نیروی‌تان را متمرکز کنید
که فکر بهتر، پخته‌تر، روشن‌تر و راحت‌تر مطرح شود
وقتی نوبت خودت است نظر بده
تا حدی که دیگران هم فرصت صحبت داشته باشند

Personal Legend

Our Personal Legends are what we always wanted to accomplish with time a mysterious force prepares our spirit & will because there is one truth whoever you are, whatever u do when you want something it's because it originated in the Soul of the Universe

and it's your mission on Earth, The Soul of the World is nourished by people's happiness also by unhappiness, envy, jealousy

To realize one's Personal Legend is a person's only real obligation

All things are 1 & when u want something the Universe conspires in helping you achieve it.

The principle of favorability or beginner's luck says we should respond to omens

because life wants us to achieve our Personal Legend

Everything in life is an omen and there is a Universal Language understood by everybody, but already forgotten

its written with 'luck' & 'coincidence' it requires no explanation as the Universe needs none

When you know that language it's easy to understand that someone

in the world awaits you & when two such people meet the past & future

become unimportant for there is only that moment

and the incredible certainty that everything has been written by the hand of love

that creates twin souls for everyone Love never keeps one from pursuing their Personal Legend

True Love doesn't abandon that pursuit, The Love that speaks the Language of the World

Where it will stay forever for everything is written in the Soul of the World

Love is the force that transforms & improves the Soul of the World

Before a dream is realized, the Soul of the World tests
everything learned
It does this so we can realize our dreams & master the lessons
we've learned

افسانه شخصی

افسانه شخصی مان چیزی است که همیشه خواسته ایم انجام بدهیم
با نیروی اسرار آمیز زمان روح و اراده مان آماده می شود
چون یک حقیقت است هر کسی که باشی و هر کاری که کنی
وقتی چیزی را می طلبی علتش این است که در روح کاینات شکل گرفته است
و ماموریت مان رسیدن به مطلوب در این دنیاست
روح این جهان از شادی، ناخوشی و حسادت انسان ها تغذیه می شود
واقعی کردن افسانه شخصی مسئولیت ماست
همه چیز یکی است و زمانی که چیزی می خواهی کائنات به کمک تو می آید
قاعده مطلوب یا شانس اولیه می گوید باید به نشانه احترام بگذاریم
برای این که زندگی می خواهد ما به افسانه شخصی مان برسیم
تمام چیزها در زندگی علامت و نشانه است
و زبان بین المللی که همه فهم است، ولی در حال حاضر از یاد رفته است
نوشته است، نیازی به توضیح ندارد چون کاینات نیاز ندارد
زمانی که آن زبان را بلدی آسان است که بفهمی چرا کسی در دنیا منتظرت است
و وقتی به هم می رسند، گذشته و آینده اهمیتش را از دست می دهد
در آن لحظه است و قاطعیت شگفت انگیز که همه چیز با دست عشق نوشته شده
است که معشوقان برای هم می آفرینند
عشق هرگز مانع نمی شود برای رسیدن به افسانه شخصی
عشق واقعی به هیچ وجه آن راه را رها نمی کند، عشقی که با زبان جهانی
صحبت می کند

جایی که جاوید و محفوظ است چون همه چیز در روح جهان نوشته شده
عشق نیرو است که روح جهان را دگرگون می‌کند و بهبود می‌بخشد
قبل از این که آرزوها به واقعیت تبدیل شود
روح جهان امتحان می‌کند تمام آن چه را که آموختیم که بتوانیم به ایده‌ال برسیم

Forever One

O Almighty Lord
thanks for your support
in bringing out these words
stringing together these works
Living my life in due course
giving my light its true source
Forevery one you're the force
present in our souls
represented in our goals
The essence reflects the whole
the presence directs the soul
to sense itself perfectly at Home

همیشه یگانه

ای خداوند یکتا
سپاس برای حمایت تو
که این کلمات را آشکار کردی
و قوت بخش همه کارها را
زندگی ام را در راهت سپری کردم
و چراغی که خودت نور هستی روشنایی اش را قدردانی می کنم
همچنین خدایا تو نیروی همه ما در حیات هستی
در روح ما حضور داری و نمایانگری
هم خود هدف های مان هستی
ذات کل هستی منعکس می کند
حضورت روح و وجودمان را هدایت می کند
که خودش را کاملاً در خانه حس کند

3 Points of Knowledge

The knower, known and knowing are 3 points of knowledge
Knowing is a bridge between two points of subject and object
Ordinarily knowledge the known reveals
The knower remaining unrevealed
Usually our knowledge is one-pointed
It points to the object but not, you, the subject
Unless it starts pointing to, you, the subject
It will allow you to know the world that knowledge
But it will not allow you to know yourself
The techniques of meditation are to reveal the knower
So whenever you are knowing something, remember the knower
Don't forget it in the object, also remember the subject
Two ways can be our listening
One the mind can be focused on the speaker but forget the
listener
Then you know the speaker but forget the listener
While listening know the speaker and the listener
Then your knowledge is double-pointed, pointing to the known
and the knower
Or when you are reading simultaneously be aware of the reader
This is a practice for becoming the third or observer

سه نکته دانشی

داننده، شناخته شده و دانایی سه نقطه دانش‌اند
دانایی پل بین مقصود و موضوع است
معمولاً دانش شناخته شده را عنوان می‌کنند
و لیکن داننده پنهان می‌ماند
معمولاً دانش‌مان یک بعدی است
یعنی به مقصود نه به موضوع توجه می‌کند
تا به موضوع اشاره نکند دنیا را هم نخواهی شناخت

اما خودت را نخواهی شناخت
این تکنیک‌ها برای معرفی کردن داننده هستند
پس هر وقتی که دانای چیزی هستی داننده را هم بشناس
در مقصود فراموشش نکن
موضوع را هم یاد کن
گوش کردن مان می‌تواند دو نوع باشد
اول مغز می‌تواند روی گوینده متمرکز باشد
و خودش یا شنونده را از یاد ببرد
وقتی گوش می‌دهید، هم گوینده و هم گوش دهنده را بشناس
آن وقت علم شما دوگانه به سمت داننده و شناخته شده است
در زمان خواندن هم نظاره گر شو
این تمرین مشاهده است برای شاهد شدن

3 Basic Wisdoms

We always were and are all one
Enacted the world wouldn't be what it's become
There's enough for all our basic necessities
When shown we'll care to share 'our' things
There's nothing we have to do
to solve problems not using "Doingness"
rather move to that special space, place of being
Dissolving problems is that state
seeing to it the conditions themselves evaporate
which is an important truth for our evolutionary stage

سه پایه و اصول خرد

ما همیشه یکی هستیم و بودیم
اگر در عمل نشان می‌دادیم جهان آن چنان نمی‌بود
به اندازه کافی برای نیازهای اولیه‌مان هست
در عمل داشته‌های مان را با دیگران قسمت می‌کنیم
کاری نیست که باید انجامش بدهیم
برای حل مسائل باید به حال معنوی برسیم
و شاهد شدن که خود به خود مشکلات از بین می‌روند
این یک حقیقت مهم برای مرحله تکامل مان است

7 Stages of illumination

First, recognized are the challenges to escape mental tyranny

Second, causes of the challenges are worn away

Third, clearly perceived is the way of escape

Checking psychic disturbance by contemplation

Fourth, clear discernment is the means of escape

These releases belonging to insight are 4-fold

The final release from the psychic is 3-fold

In the fifth stage, the dominance of its thoughts end

In the sixth stage, dissolving are the potencies of personality

In the seventh, the spiritual being stands in own nature as light & purity

هفت مرحله روشنگری

ابتدا شناخته شده چالش‌های فرار کردن از استبداد ذهنی

دوم عوامل سختی‌ها از بین می‌روند

سوم وقتی کاملاً مشخص شد راه در رفتن است

بررسی کردن اختلال‌های روانی با تعمق

چهارم بصیرت روشن راه فرار است

این خلاصی‌ها تعلق به فراست چهار گانه‌اند

آخرین خلاصی از ذهنی سه گانه است

در مرحله پنجم تسلط افکار به پایان می‌رسد

در مرحله ششم توانمندی‌های شخصیت حل می‌شود

و هفتم روح معنوی در طبیعت خودش ناب و نورانی است

EnLightenMent

The wise actualize, realize and rise to shine Eternal Light
Everything from the source or force of energy, Most High
Infinite Conscious Intelligence is Beyond measure
Solely that Beloved is forever known as The Real Treasure
The field of all possibilities is the source of all solutions
Beings work is to dissolve the ego for Love's Evolution
Life's Goals are Career, Prosperity, Enjoyment & Liberation
Our Thoughts cause Actions to Achieve our Fulfillment
Every action has a reaction, purification leads to progress
Enjoy greater efficiency & accomplish more in the process
In our differences find your balance, In our separateness seek
togetherness
Lovers (Knowers) unite Knowing in Love the Beloved will be
Known
In the many is the One, One in All forms

روشنایی

خردمندان واقعیت خدا و خودشان را در پندار، گفتار و کردار عنوان می کنند
همه چیز از منبع نیروی هستی هوشیار از شعور ابدی است
بنابراین کاملاً فراتر از حد و قیاس است
فقط آن معشوق را گنج جاودانه است
زمینه همه امکانات منبع تمام راه حل هاست
روی زمین کار ما از بین بردن غرور و تکمیل کردن عشق است
شغل، ثروت، لذت، و رهایی هدف های زندگی است
فکر دلیل عمل و موفقیت باعث تکامل است
هر کنش یک واکنش دارد، تزکیه باعث پیشرفت است
به نفع کارایی و بازده بیشتر است

وقتی خودم را در تو می‌بینم ۱۷۹

در تنوع، تعادلت را پیدا کن در جدایی‌ها قرب را بطلب
عاشقان به هم می‌پیوندند چون می‌دانند از عشق ورزیدن معشوق شناخته می‌شود
در کثرت موجود وحدت وجود همیشه هست، مثل آفتاب که یک جا طلوع در دیگر
جا غروب است
یکی بود، یکی نبود غیر از خدا هیچ کس و هیچ چیز نبود

۱۸۰ وقتی خودم را در تو می بینم