

کتاب سرخ

RED BOOK



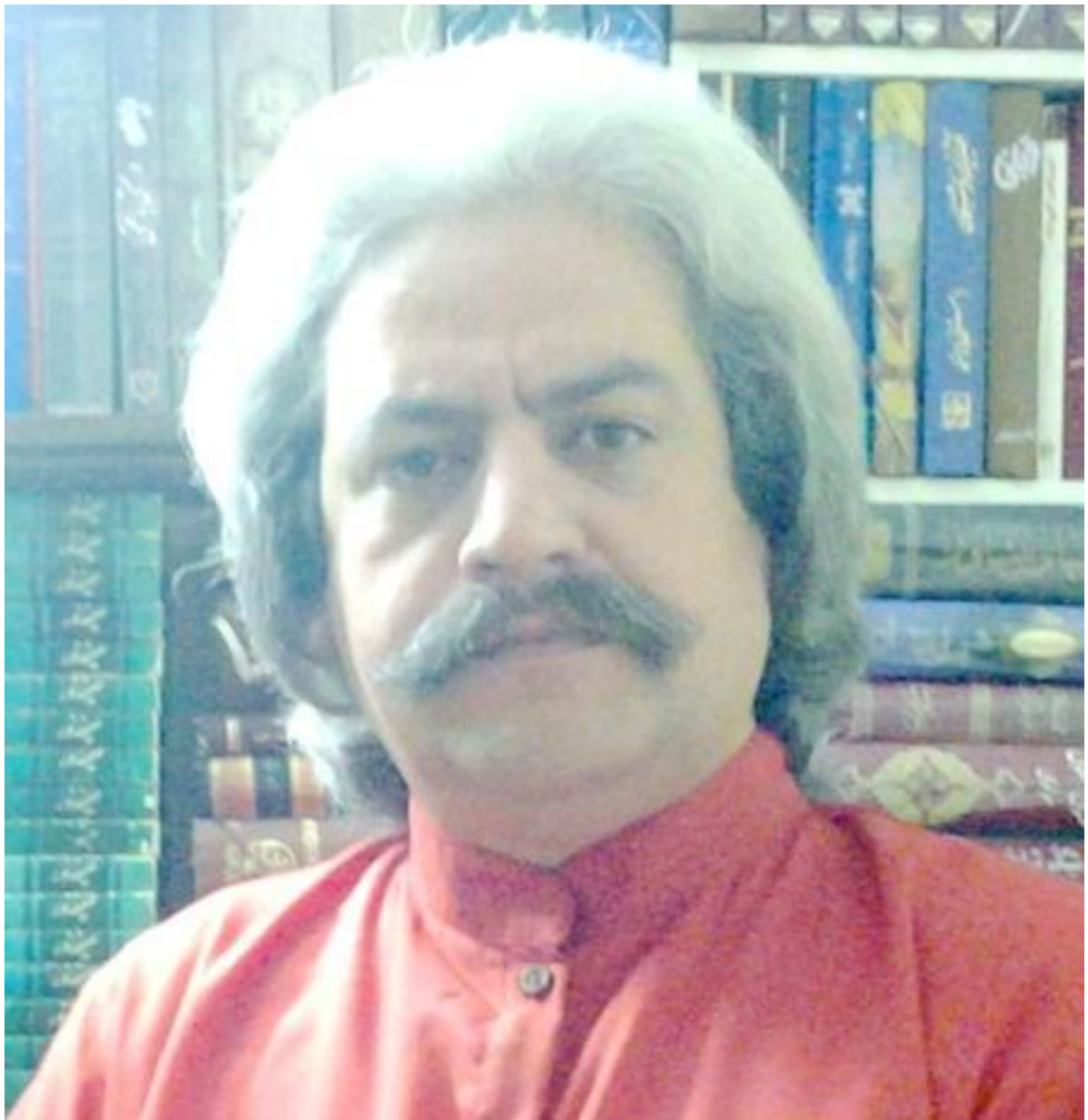
حکمت اُردِیسم
HEKMAT ORODISM

مجموعه سخنان حکیم اُرد بزرگ
HAKIM OROD BOZORG

13 تیرماه 1392

2013

درباره حکیم ارد بزرگ :



حکیم ارد بزرگ ، چهارمین حکیم تاریخ ایرانزمین و پدر حکمت اردیسم است سه حکیم پیش از او عبارتند از : حکیم بزرگمهر ، حکیم فردوسی و حکیم خیام نیشابوری .

گفته می شود ریشه خانوادگی حکیم ارد بزرگ به دودمان سلجوقیان می رسد در واقع او از تبار ملک شاه سلجوقی است ، کسی که دستور تکثیر شاهنامه را داد و از خواجه نظام الملک خواست تاریخ خورشیدی را در برابر تاریخ قمری

توسط دانشمندان بزرگ آن زمان همانند حکیم خیام نیشابوری فراهم آورد. نام مهمترین اثر حکیم ارد بزرگ کتاب سرخ می باشد ، حکیم در کتاب سرخ که در مجموع شامل 1043 سخن برگزیده است ، نظرات خردمندانه خود را پیرامون هستی بیان کرده است .

استاد فرزانه شیدا ، ادیب و شاعر ایرانی مقیم شهر اسنو در کشور نروژ در کتابی یازده جلدی با نام " بعد سوم آرمان نامه حکیم ارد بزرگ " اقدام به بررسی اندیشه های حکیم نموده است.

از سوی دیگر خانم شکوهه عمرانی ، فعال اجتماعی کشور سوئیس و از همکاران سازمان ملل متحد در شهر ژنو، کتاب آرمان نامه حکیم ارد بزرگ را به زبان فرانسوی ترجمه نموده اند و همینطور آقای مسعود اسپنتمان ، پژوهشگر توانا در کتاب میهن نامه ی ارد بزرگ اندیشه های حکیم را مورد بررسی قرار داده است ... و دهها کتاب دیگر که در مورد اندیشه های حکیم بزرگ نگاشته شده است و در جایی دیگر باید به آنها پرداخت .

حکیم ارد بزرگ از زبان خودش :

(فرگرد ارد ، کتاب سرخ)

اُرد ، یک ایرانی است ، نام شناسنامه ایی او مجتبی شرکاء می باشد . در شهر مشهد زاده شد ، پدرش محمد تقی شرکاء فرزند بابا ، از شهر شیروان در خراسان شمالی ، او مردی بسیار نیک و مهربان بود تا آخرین زمان زندگی ، دل به کانون گرم خانواده اش داشت . مادر اُرد ، فاطمه جاهد طبسی از ایل قشقایی شیراز ، او زنی دانش آموخته و دلسوز بود که همه عمر برای رشد فرزندان دلبندش کوشش نمود . اُرد سه برادر به نام های مرتضی ، مصطفی و مجید دارد و سه خواهر به نام های فروغ ، ملیحه و الهه ، او یک زندگی زناشویی ناموفق داشت این زندگی زناشویی 5 سال به طول انجامید و حاصل آن دختری به نام غزاله است ، غزاله از 4 سالگی با پدر زندگی می کند . ارد دیگر هیچگاه ازدواج ننمود و تمام زمان خود را صرف تربیت فرزند و نوشتن اندیشه هایش کرد . شادی بر لب بام خانه اُرد نشست ، اما همواره برای

همگان پیک شادی ، دوستی و مهر بوده است ، آنچه او دوست داشت از او گرفته شد پس او ماند و مثنی سخن و دلی هزار پاره . آری اُرد و اژگانی شد به دهان همگان ، آدمیان هزارستان سخنان او شدند ، او خود در زندان سرد تنهایی و امید برای بالندگی سرزمین مادری ، تا کدام خنجر زهر آگین ، پرنیان تن و واژگان او را بشکافد و به این داستان غم انگیز پایان دهد ...



احمد شاه مسعود در مورد حکیم ارد بزرگ می گوید :

- من و ((ارد)) زاده یک سرزمین بزرگ هستیم .
- هنگامی که نوشته های ارد دانا را می خوانم می بینم آرزو هایم را نوشته است .



بی نظیر بوتو در مورد حکیم ارد بزرگ می گوید :

ما با کشورهای منطقه و بخصوص ایران ، اساطیر ، فرهنگ و تاریخی مشترک داریم من هم همانند بزرگانی نظیر "اقبال لاهوری" و "ارد بزرگ" تمایل دارم کشورهای ما بر اساس فرهنگ و ریشه های مشترک هر روز بیشتر از پیش به هم نزدیک شوند .

فهرست کتاب سرخ :

6	1- فرگرد مهربانی
10	2- فرگرد شادی
13	3- فرگرد آزادی
15	4- فرگرد میهن
17	5- فرگرد ایران
20	6- فرگرد دلدادگی
22	7- فرگرد امید
23	8- فرگرد راستی و ناراستی
29	9- فرگرد آرمان
34	10- فرگرد رنج
36	11- فرگرد گیتی
37	12- فرگرد مردان و زنان کهن
38	13- فرگرد بستگان
41	14- فرگرد فرمانروا و سرپرست
45	15- فرگرد دیوان سالاری
47	16- فرگرد ریشه
49	17- فرگرد کار و کارآفرینی
50	18- فرگرد ستیز و نادانی
53	19- فرگرد هنجار
55	20- فرگرد کوهستان و فروتنی
56	21- فرگرد فر و بزرگی
60	22- فرگرد زندگی
71	23- فرگرد زیستگاه
74	24- فرگرد خرد
85	25- فرگرد آغاز
85	16- فرگرد اُرد
87	27- فرگرد پیروزی و شکست
90	28- فرگرد نقد و ارزیابی
91	29- فرگرد گروه
92	30- فرگرد روان و خویش
95	31- فرگرد رسانه
97	32- فرگرد سخن و اندرز
100	33- فرگرد توانایی و کوشش
101	34- فرگرد غم

1- فرگرد مهربانی

1. سوگند به مهر که هیچ اندیشه ای ، بی آن توان ایستایی ندارد .
2. زیبایی ، در مهربانی است .
3. ماندگارترین نوا ، آهنگ مهربانی است .
4. مهری ماندگار می ماند ، که در آن ادب و برخورد درست ، هویدا باشد .
5. مردی که نفس و مهر یک زن همراهی اش نمی کند ، همواره خویشتن را می خراشد .
6. مهر و مهربانی ، درخشش باورهای پاک درون آدمیان است .
7. پاکترین آرزوها ، در سینه مهربانان است .
8. آدمیان تنها با مهر ، به یکدیگر گره می خورند .
9. بی هیچ چشم داشتی ، همواره مهربان باش .
10. درازای زندگی ، در بخشندگی و مهربانی است .
11. تنها نوای آموزگاران در سینه شاگردان جاودانه می ماند ، که نوای مهربانی سر می دهند .
12. کسانی که از درون مهربان خویش دور شده اند ، زندگی را همواره بر خود سخت می کنند .

13. آواز مهربانی ، از هر سنگ نگاره ای ، ماندگار تر است .
14. خوی مهربان ، ریشه در سرشت گل ها دارد .
15. مهربانی ، گرمی ترین خوی آدمیست .
16. هیچ دری به روی مهربانان ، بسته نخواهد بود .
17. مهربان باش ، تا هرگز تنها نشوی .
18. مهربانان را باید ستایش نمود .
19. مهربانان ، دستان نوازشگر آسمانند .
20. آدم شایسته ، کسی است که با وجود داشتن دلی خونین از نامردمی ها ، باز هم مهربان است و یاور .
21. براستی مهربانان ، فرمانروایان گیتی اند .
22. جهان مهربان است ، به یاد آر ، بارش باران را ، که تپش زندگی و مهربانیست .
23. مهربانان ، از بداندیشان می گذرند و بانوای خوبان روزگار ، همراه می گردند .
24. پرستاران مهربان را ، باید ستایش نمود .
25. مهربانان ، شادی آفرینند .
26. مهربانان ، سرشت آسمانی و پاک خویش را به نمایش گذاشته اند .

27. آدم های مهربان را نمی توان فراموش ساخت .

28. رستگاری ، در مهربانی است .

29. آیا ما مهربان هستیم؟! آنگاه که در هنگامه دیدار نزدیکان و یارهایی از رنج و سختی ، جانداری را سر می بریم و با ریختن خونس و خوردن گوشتش جشن می گیریم ؟ به جای این کارها درخت بکاریم ، نان و شیرینی ببخشاییم و دستگیر تنگدستان بوده و براستی مهربان باشیم.

30. مهرورزان ، شیرینی می بخشند ، گیاهی بر زمین می کارند و لبخند را بر چهره همگان می آورند .

31. خوشبخت کسی است که در او مهر و دوستی لانه دارد .

32. آنکه همراه است و یاور ، هر نفسش ، بهایی بی انتها دارد .

33. تنها راه ماندگاری هر کشش دوستانه ای ، رسیدن به ساختاری همانند است .

34. از خودگذشتگی ، نخستین پایه مهرورزی است .

35. دوستی بیش از اندازه ، همانند دشمنی ترسناک است .

36. مهربانان به یاد ما هستند ، حتی زمانی که ما خود را فراموش ساخته ایم .

37. برای آنکه دوستیمان پا برجا بماند ، بهتر است همواره میانمان بازه ای باشد .

38. دوستی با کسی که باورهایت را نمی پذیرد ، به جایی نخواهد رسید .
39. خوشرویی ، دارایی با ارزشی است .
40. دوستی که نومیدنامه می خواند ، همیشه سوار بر تو ، و پیشدار دورخیزهای بلندت خواهد بود .
41. هیچ گاه همورد خویش را کوچک میندار ، چون او بهترین دوست و انگیزه پیشرفت و پوییش است .
42. خموشی در برابر بدگویی از دوستان ، گونه ای دشمنی است .
43. دوستی و مهر ، امید می آفریند ، و امید نیاز زندگیست .
44. کسی که در درون دوست ، در پی خود می گردد ، هیچ گاه او را نخواهد شناخت .
45. جام زندگی را ، تنها با می مهر و دوستی پر کن .

2- فرگرد شادی

1. شادی ، پایکوبی گیتی در درون ماست .
2. شادی و امید روان آدمی را می پرورد ، گر چه ، تن رنجور و زخمی باشد .
3. زندگی پیشکشی است ، برای شاد زیستن .
4. شادی و بهروزیمان را با ارزش بدانیم ، تن رنجور ، نیرویی برای ادب و برخورد درست برجای نمی گذارد .
5. آنکه نگاه و سخن اش ، لبریز از شادبست ، در دوران سختی نیز ، ماهی های بزرگتری از آب می گیرد .
6. تنها نادان ، از مسخره نمودن دیگران ، شاد می شود .
7. سنگینی یاد غم ها را ، با تنهایی دو چندان می کنی ، به میان آدمیان رو و در شادمانی آنها شریک و همراه شو ، لبخندهای آدمیان ، شکوفه های امید را در دلت بارور می سازد .
8. کسی که شادی را پاک می کند ، روان آدمیان را به بند کشیده است .
9. چراغ جشن و بزم را ، همواره فروزان داریم .
10. آدمهای نیرومند ، در هنگامه آورد و پیکارهای سهمگین نیز ، شادی و امید به همگان هدیه می دهند .
11. اگر پایکوبی و شادی نباشد ، جهان را ارزش زیستن نیست .

12. چه بسیار اشک هایی ، که نوید شادی اند و چه فراوان خنده هایی ، که لبالب از غم و اندوه .

13. شادی کجاست ؟ جای که همه ارزشمند هستند .

14. اُرد شادی را در بی بندوباری نمی بیند ، شادی آرزوی پاک آدمیان است ، همه باید شادی را به یکدیگر هدیه دهند ، شادی ، برآیند مهر و دوستی است ، همانند بزم نوروز که خجسته ترین جشن هاست .

15. جشن های پیاپی میهنی ، دوستی و مهر را در بین مردم زیاد می کند .

16. جشن های بزرگ ، انگیزه افزایش باروری و پویایی آدمیان می شود .

17. چه زیبايند ، آنانی که همیشه لبخندی بر لب دارند .

18. آنکه همیشه لبخندی بر لب دارد ، شادی را به همگان هدیه می دهد .

19. خنده در پس خود ، رازها در سینه دارد .

20. خنده راستین زیباست و نوای زندگیست .

21. شادی یک سرزمین ، بدون داشتن آزادی ، آفریده نمی شود .

22. آدم های شاد ، جوان و جوانتر می گردند .

23. خوشبخت آدمیست ، که پیمانۀ زندگی اش ، همواره لبریز از شادیست .

24. زیباترین جشن و بزم گیتی ، نوروز باستانی ایرانیان است .

25. هدیه شادی به یکدیگر ، شیرۀ نوروز باستانی است .

26. نوروز ایرانیان ، فرخنده جشن زمین و آدمیان است ، و چه روزی زیباتر از این ؟ .

27. با نوروز هر سال ، دوباره زاده می شویم .

28. بهار و نوروز تنها زمین را بیدار نمی کنند ، آدمیان هم بیدار و شاداب می گردند .

29. جشن و بزم نوروز با تار و پود زمین و آدمیان آمیخته ، نوروز ، آغاز بیداری ، دگرگونی و زایش است .

3- فرگرد آزادی

1. آزادی باجی به مردم نیست ، چرا که حق و داشته آنهاست .
2. کسی که آزادی می جوید ، زندانی برای اندیشه های دیگر نمی گسترد .
3. آزادی ، نامی برای زینت کاخ دیوان سالاران نیست ، آزادی کوچکترین داشته مردم است ، که اگر نباشد هیچ دودمانی برجای نخواهد ماند .
4. همیاری مردم ، مهمترین گزینه برای ساختن یک فرمانروایی نیرومند است و مردم هنگامی همراه می شوند که به راستی آزاد و شاد باشند .
5. آزادی بدون داشتن رسانه های آزاد ، شوخی خنده آور است .
6. برای دآوری ، باید آزاده بود .
7. آزادی همگان را پاس بداریم .
8. آزادی ، بدون از خودگذشتگی ، ناکارا و ناتوان است .
9. آزادی ، بر فرش سرخ خون ، نمی نشیند .
10. درخت آزادی ، با خونریزی و کشتار پا نمی گیرد ، هیچ آدمکشی ، آزادیخواه نیست .
11. بسیاری از خودکامگان هم می گویند ، آزادیخواهیم .
12. به نام آزادی ، نمی توان کسی را کشت .

13. مهر و دوستی ، در سرزمین آزادیخواهان ، پاینده است .
14. همه مردم یک سرزمین ، باید پیشوای آزادی و آزادیخواهی باشند .
15. آزادی را نمی توان ، با برچسب های ناروا ، پیش از زاده شدن ، سربرید .
16. واژه آزادی را ، با پسوند و پیشوند ، ناکارا و نابود نکنیم .
17. تنها آدم های کوچک ، دشمنان اندیشه خود را نیست و نابود می کنند ، آنها از یاد برده اند که آزادی ، همگانی است و آن را باید پاس داشت .
18. مرگ هم ، پایانی برای پرنده در بند نیست .
19. زندگی ، بدون آزادی ، شرم آور است .

4- فرگرد میهن

1. آدم های کوچک ، همواره سنگ کشورهای دیگر را به سینه می زنند .
2. سرفرازی کشور ، بزرگترین خواست همگانی است .
3. میهن پرستی ، همچون دلبستگی فرزند است به مادر .
4. ستایش گران میهن ، زنان و مردان آزاده اند .
5. میهن پرستی ، آرمان برآزندگان است .
6. آنکه به سرنوشت میهن و مردم سرزمین خویش ، بی انگیزه است ، ارزش یاد کردن ندارد .
7. میهن دوستی و آزادیخواهی ، کلید درمان بسیاری از ناراستی هاست .
8. از سفر کرده ، ارزش سرزمین مادری را بپرس .
9. روزی که میهن و کشور خویش را از یاد ببریم ، امنیت خویش را از دست داده ایم .
10. دلدادگی به میهن ، نشان پاکی روان آدمیست .
11. فداکاری در راه میهن ، خوی بزرگان و جاودانه هاست .
12. فر میهن ، در جوانان راستین اوست .
13. شورانگیزترین مهر ، دلدادگی به میهن است .

14. اگر ارزش های میهنی ، کمرنگ شوند ، یکپارچگی کشورها به چالش کشیده می شود .
15. تنها آدمهای کوچک ، پیشینه نیاکان خویش را به ریشخند می گیرند .
16. خودخواه ترین آدمیان ، آنانی هستند که چشمان خود را بر سرنوشت هم میهنانشان ، بسته اند .
17. شایسته نیست ، گفتاری را بر زبان جاری سازیم که به همبستگی کشور ، آسیب می رساند .
18. کارمندان نابکار ، از دزدان و آشوبگران ، بیشتر به کشور آسیب می رسانند .
19. از سرباز ترسو ، همچون دشمن باید هراسید .
20. در سرزمینی که آذرخش و توفان میدان داری می کنند ، کسی به فکر فردا نیست .
21. فداکاری در راه میهن ، بخشی از سرشت خوبان است .
22. با ارزشترین روزهای زندگی یک مرد ، هنگام سربازی اوست .
23. سربازان تنها نگاهبان مردم امروز کشور خویش نیستند ، آنها دستاوردهای پیشینیان و سرمایه آیندگان را نیز پاس می دارند .
24. سرپرستانی که از ارزش سربازی می کاهند و پدر و مادرانی که ، پیشدار میهنداری فرزندان خویش می شوند ، هر دو به کشورشان پشت کرده اند .

5- فرگرد ایران

1. ایران بهشت ماست .
2. کجا دلبری زیباتر از کشورمان ایران به یاد دارید ؟ ، زیبایی که هزاران هزار پیکر دلداده ، در زیر پایش ، تن به خاک کشیده اند .
3. حتی در کاخ های ویران شده سرزمین مادریمان ، می توان هزاران هزار چشمه جاری دید . می توان فریادهای دادگستر پدرانمان را شنید ، و تنهایی را از یاد برد .
4. رود مهر در این سرزمین جاریست . آزادی و آزادگی ، خواست همیشگی ایرانیان بوده است .
5. ایرانیان هرگاه ، پُشتکار داشته اند ، شگفتی ها آفریده اند .
6. پاکی و راستی ، برجسته ترین خوی ایرانیان است .
7. سرزمینمان ایران ، در میانه پهنه زمین است ، پس ما ، نه خاوری (شرقی) هستیم و نه باختری (غربی) .
8. ایران ، رویشگاه مهر ، سرزمین دل و خردمندان است .
9. فرهنگ و خویشاوندی ایران و 20 کشور دیگر ، بافت همگونی را پدید آورده است ، این سرزمین بزرگ را "قاره کهن" می نامم . در جهان امروز ، قاره آسیا وابسته به فرهنگ چین و اروپا از آن فرهنگ یونان می باشد ، قاره کهن نیز از آن فرهنگ ایران است قاره کهن شامل کشورها و سرزمین های : ایران ، قزاقستان ، ازبکستان ، تاجیکستان ، قرقیزستان ، ازبکستان ، ترکمنستان ، افغانستان ، آبختر(شمال) باختری (غربی) هندوستان (سرزمین

کشمیر) ، پاکستان ، عراق ، ترکیه ، سوریه ، لبنان ، قبرس ، نيمروزی ترين (جنوبی ترين) بخش روسیه در میانه استراخان در آبختر دریای خزر تا نيمروز اکراین ، آذربایجان ، ارمنستان و گرجستان می باشد . قاره کهن با همگرایی هر چه بیشتر ، می تواند توانمندترین قاره جهان باشد .

10. ایران ، هیچگاه از عربستان ، دوستی نمی بیند .

11. شرم بر کسانی که ، داشته های فرهنگی ایران کهن را ، در پای فرهنگ موهوم یونان سر می برند .

12. داشتن پیشینه همگون ، بهترین بهانه و نیرو برای همبستگی و مهر ، در ایران است .

13. برای پاسداشت یکپارچگی ایران زمین ، دیوانسالاران باید کوچ های بزرگ و آرام آدمیان را ، دنبال نمایند .

14. کوچ های برنامه ریزی شده و آرام ، در هر سرزمینی ، بالندگی و شکوفایی دوباره را ، در پی خواهد داشت .

15. مهاجرت های بزرگ در درون کشور ، موجب منزوی شدن جدایی طلبان می گردد .

16. در کشور ، همه یک نام دارند و آن "هم میهن" است ، چیزی به نام بومیان گوناگون در درون یک کشور ، پذیرفته نیست .

17. ایران ، نخستین کشوری بوده است ، که با کوچ های آرام و بزرگ ، یکپارچگی اش را پاس داشته ، و مرزهایش را پولادین ساخته است .

18. نفرین ابدی بر کسانی که ، تیشه به ریشه همبستگی ایرانیان می زنند .

19. ایران

ایران ما

نام تو همواره پر زبان ماست

دل ما آکنده از مهر توست

ایران

ایران ما

شکوه و بزرگی تو آرزوی همه ماست

همه ما ایرانیان

به هر زبان و به هر تبار

ایران

ایران ما

ایران ایران ما

ایران ایران ما .

6- فرگرد دلدادگی

1. دلدادگی ، همچون توفان ، سرزمین غبار گرفته وجود را پاک می کند و انگیزه رشد و باروری ، روزافزون می گردد .
2. دلدادگی ، چنان شیفتگی در نهان خود دارد ، که سخت ترین دلها نیز ، گاهی هوس شنا در آن را می کنند .
3. نماز دلدادده ترتیبی ندارد ، چرا که با نخستین سر بر خاک گذاردن ، دیگر برخواستنی نیست .
4. هیچ گاه دلدادگی به همدم را پاینده مپندار و از روزی که دل می بندی ، این نیرو را نیز در خویش بیافرین که اگر تنهایت گذاشت ، نشکنی و اگر شکستی ، باز هم ناامید نشو ، چرا که آرام جان دیگری در راه است .
5. کمک به همگان ، دل بستگی و دل باختگی برجستگان است .
6. دلدادگی نباید آدمی را به گوشه نشینی وادار کند ، این شیفتگی باید توان پرتاب انسان ، به سوی آرمان های راستین را داشته باشد .
7. دل باختگی ، خواستی جاودانه است ، هر کششی دلدادگی نیست .
8. دلدادگی ، تنها با از خودگذشتگی ارزش می یابد .
9. دلدادگی ، خشن ترین مردان را هم ، آرام و رام کرده است .
10. دلدادگی را از زندگی بگیریم ، تنها و آواره ایم .
11. خود را تا هنگامی همراه داری ، که دلدادده نشده ایی ، دل بسته ، با خویشتن خویش بیگانه است .

12. دلدادگی و شیفتگی ، مهر و مهربانی نهفته در درون ما را ، بیدار و جاری میسازد .

13. دلباختگی ، ساختار روان ما را نرم می سازد و نمی گذارد در برابر تندبادها بشکنیم .

14. آدمیان فرهمند ، دلدادگی را همواره در درون خویش ، جاری می بینند .

15. براستی دلدادگی نامیراست .

16. تنم را با شمشیر پاره پاره کن ، اما دلم را میازار .

7- فرگرد امید

1. آرمان بزرگ ، همواره زاینده امید است .
2. هیچ اهرمی ، همچون بردباری و امید ، نمی تواند سختی ها را از پیش پایمان بردارد .
3. آسیب دیده ، همیشه درهای آرزوهایش ، کوچک و کوچکتز می شود ، مگر با امید ، که زندگی ما را دگرگون می سازد .
4. با بدیهای دیگران ، دل خویش را به سیاهی نکشیم ، همواره نگاهمان ، به راستی باشد و مهربانی .
5. زمانی که نیروهای درون خویش را انکار کنیم ، نگرانی به دیدارمان می آید .
6. آدم افسرده و ناامید ، ارزش توان و نیروی خویش را از یاد برده است ، باید به او کمک کرد ، تا دوباره خود و آرمانش را باز یابد .
7. اگر پرواز را باور کنی ، پر و بال خواهی گرفت .
8. آرزوهای خویش را ارزشمند بدان ، که توان پرواز تو ، به سوی آرمانهاست .
9. آدمی می تواند ، بارها و بارها به شیوه های گوناگون ، قهرمان شود .
10. در تاریکترین شب های ستم ، روشنترین ستاره های رهایی ، زاده می شوند .

8- فرگرد راستی و ناراستی

1. پیش از آنکه ناراستی ، در درون ما شکافی هولناک پدید آورد ، راستی جوییم .
2. رد راستی ، رد خویشتن است .
3. رسواترین آدمها ، فریبکارانند .
4. تنها مبارزه با ناراستی ها ، به ما ارزش می دهد ، وارون بر این ، همزیستی با تباهی ، سرافکندگی در پی دارد .
5. ناراستی هایمان را بپذیریم ، چرا که بهانه آوردن ، آنها را دو چندان سنگین می کند .
6. هیچگاه ، از راستی و درستی خویش آزرده مباش ، چرا که در انتهای هر رویداد ، پیروزی از آن توست .
7. در سرزمینی که کار و آرمان بزرگ هست ، دوستی های نابهنجار دختر و پسر گل نمی کند .
8. آنگاه که نمی دانم چه می گویم ، چیزی جز راستی ، بر زبانه جاری نیست .
9. برای رستگاری ، همواره نگاهت به راستی باشد و درستی .
10. کژی و ناراستی ، شکاف و رخنه گاه دیو خواهد شد .
11. آنکه ناراستی پیشه نموده ، خموشی دیگران هم برایش ترسناک است .

12. خشم و زور ، تنها ابزار ناراستی برای ماندن است .
13. آدمیان ترسو و ناکارآمد ، خود را در دنیای صوفیانه ، پیروز می بینند .
14. به آینده سرزمینی که جوانانش ، دارای اندیشه صوفیگری و گوشه گیری هستند ، امیدی نیست .
15. پوزش خواستن از پس کار ناشایست ، بسیار زیباست و نشان پختگی روان .
16. رسیدن به راستی و درستی ، چندان سخت و پیچیده نیست ، چه خوب است ، کمی به سرشت و منش کودکی برگردیم .
17. فریبکاران ، همه بستگان و یاران خویش را از دست می دهند .
18. خردورزی ، آدمیان را پاک خواهد نمود .
19. آنانیکه تنها به خود می اندیشند ، بر راستی بزهکارند .
20. بدبخت کسی است ، که نمی تواند ناراستی خویش را درست کند .
21. خوارترین کارفرما ، کسی است که با ندادن و یا کم کردن دستمزد زیر دست خویش ، ناراستی پیشه نموده و فرمانروایی می کند .
22. فرودستان ، در بهترین هنگامه هم ، بهانه های فراوان ، برای ناراستی های خود و انجام ندادن کارهایشان دارند .
23. مردانی که همواره از جایگاه و هنجار زنان پشتیبانی می کنند ، خود بیشتر از دیگران به نهاد زن می تازند .

24. آدمیانی که با دیگران رو راست نیستند ، با خود نیز ، بدین گونه اند .
25. اگر دیگران را به زیباترین نام ها بخوانیم ، چیزی از ارزشمان نمی کاهد ، مهم آنست که ما او را دلگرم ساخته ایم ، آنگونه باشد که ما می گوییم .
26. پشتیبانی از حقوق دیگران ، پشتیبانی از حقوق خود ماست .
27. آدمها را آنگونه بخوایم که هستند ، نه آنگونه که می خواهیم .
28. امنیت بزهکار ، یکی از علل رشد فساد است .
29. به هر اندازه دیگران را گرامی بداریم ، بزرگی و مهر آنها را بدست آورده ایم .
30. آنکه دیگران را ابزار پرش خویش می سازد ، خیلی زود تنها خواهد شد .
31. تنها با از خودگذشتگی برای دیگران ، می توان جاودانه شد .
32. نگارنده و سخنگویی ، که دیگران را کوچک و خوار می نامد ، خود چیزی برای نمایش و بروز ندارد .
33. ناتوان ترین آدمیان ، آنانی هستند که نیروی بدنی خویش را به رخ دیگران می کشند .
34. اگر می خواهی بزرگ شوی ، از کردار نیک دیگران فراوان یاد کن .
35. کسی که فریفته نگاهی می گردد ، توان رها نمودن دیگران را ندارد .
36. خوار نمودن هر آیین و نژادی ، به کوچک شدن خود ما خواهد انجامید .

37. تنها کسی که ، دلیل خواری همیشگی ما می شود ، خود ما هستیم .
38. سرچشمه خوار نمودن دیگران ، بی شرمی و بی ادبی است .
39. با نگاه پست ، مهرانگیزترین کارها را هم می توان ننگ شمرد .
40. اگر از خودخواهی کسی به تنگ آمده ای ، او را خوار مساز ، بهترین راه آن است که چند روزی رهایش کنی .
41. آنکه پوزش نمی داند چیست ، دوست خوبی نیست .
42. پشیمانی ، اولین گام برای پوزش است .
43. کسی که گذشت و بخشش در درونش نیست ، تنها نام آدم را بر خود دارد .
44. تا هنگامی که از برتری خویش سخن می گویی ، دیده نمی شوی .
45. کین خواهی از خاندان یک بدکار ، تنها نشان ترس است ، نه نیروی آدمهای فرهمند .
46. آنکه با آدمهای گستاخ گفتگو می کند ، دیر و یا زود به گناه آنها گرفتار آید .
47. برای آنکه به فرودستی گرفتار نشوی ، دست گیر آدمیان شو .
48. سرنگونی ، با آدمهای شتابنده و عجول زاده می شود .
49. نفرین به دلی که آه ستمدیدگان را نمی شنود ، و دست گیر آدمیان نمی شود .

50. از آه و نفرین بزرگان و ریش سفیدان ، باید ترسید .
51. آنکه می دزدد ، نفرین و خواری ابدی برای خود به ارمغان می آورد .
52. خبرچینی ، رسوایی در پی دارد .
53. چه نشانی از بد اندیش بجاست ؟ هیچ .
54. بد اندیشان و بد کرداران ، خیلی زود ، در آتش افکار و کردار نادرستشان ، خواهند سوخت .
55. از پس پشیمانی ، می توان راههای تازه ای را برای نجات یافت .
56. پشیمانی که ما را به راه راست نکشاند ، هیچ ارزشی ندارد .
57. بدکار ، نخستین و آخرین مردار کردار خویش است .
58. ارمغان گرنش در برابر نادان ، سختی دو چندان است .
59. دیدن روشنفکران خودفروخته ، چندان آورترا از دیدن زنان بدکاره است .
60. برای سرزمینی که روشنفکرش ، همواره سخن فرمائروایان زیاده خواه را ، آینه وار تکرار می کند ، باید گریست .
61. فریبکار و بد اندیش ، هیچ پایگاهی نخواهد داشت ، آخرین و ترسناکترین آموزه اش ، تنهاییست .
62. بدگویی ، رسوایی در پی دارد .
63. کسی که بدگویی می کند ، خواری را به جان می خرد .

64. اگر دوستت ، آدمی نادان و خبرچین باشد ، خیلی زود اسیر وهم و سیاهی دل می شوی .

65. تصوف ، عرفان های هندی و بودیسم ، سرشتی هولناک دارند ، آنها از ما ، تکه گوشت هایی ناکارا و ناتوان می سازند .

66. تنها پشیمانی را باید بخشید که بر ناراستی خود آگاه شده ، و آن را بر زبان جاری می سازد .

67. با فریب ، شاید بتوان چیزی بدست آورد ، اما این دستاورد ، مایه تباهی آدمی خواهد بود .

68. فریب آدمیان ، پستی هولناک در پی دارد .

9- فرگرد آرمان

1. آدمهای ماندگار ، تنها به آرمان می اندیشند .
2. مردمان توانمند ، در میان جشن و بزم نیستند . آنها هر دم ، به آرمانی بزرگتر می اندیشند و برای رسیدن به آن ، در حال پیکارند .
3. میندیش که دیگران ، تو را به آرمانت خواهند رساند .
4. پیش نیاز رسیدن به دلیری و بی باکی ، یافتن آرمان و خواسته ای هویداست .
5. آدمی آنگاه از همه توان و نیروی خویش برای کاری بهره می گیرد که در آن ، آرزو و باورهای درونی خویش را ببیند .
6. مهم نیست تا چه اندازه رشد کرده ایم ، مهم این است که ، از آرمان هایمان دور نشده باشیم .
7. آرمان آدمهای کارآمد ، پیدا نمودن راهی مناسب ، برای ساختن ایده هاست .
8. آنکه در بیراهه گام بر می دارد ، آرمان خویش را گم کرده است .
9. به جای خود کم بینی و آرمان گریزی ، پای در راه نهیم ، که این تنها درمانگر دردهای زندگی است .
10. اگر آرمان بر ایمان هویدا باشد ، ابزارهای رسیدن به آن را خیلی زود خواهیم یافت .

11. آرمان ما ، باید دارای شور و برانگیختگی باشد تا آدمی را به جنبش و تکاپو وادارد .
12. یادآوری آرمان ها ، از بیراهه روی بازمان می دارد .
13. آرمان را نباید فراموش ساخت ، اما می توان هر دم ، به روشی بهتر برای رسیدن به آن اندیشید .
14. هیچ گاه از داشتن دشمن نترس ، از انجام ندادن درست آرمان های خویش بترس .
15. میان گام نخست و آرمان ، بازه ای نیست ، آنچه داریم ، اندازه نیروی کنونی ماست .
16. کمر راه هم ، در برابر آرمان خواهی برآزندگان خواهد شکست .
17. آدمهای آرمانگرا ، هنگامیکه به نادرست بودن آرزویی پی می برند ، همان دم رهایش می کنند .
18. اندیشه های فراگیر مردمی ، همیشگی نیست ، زیرا همواره دستخوش دگرگونی به دست جوانان پس از خود است ، با آمدن جوانان ، به آرامی آرمانهای نو پدید می آید ، و اگر آرمان گذشتگان نتواند خود را بازسازی کند ، ناگزیر نابود می گردد .
19. هنگام گام برداشتن به سوی آرمان های بزرگ ، تنها به توانایی های خود اندیشه کن .
20. همیشه در پی سرنوشتی بهتر برای خود باش ، توان آدمی را پایانی نیست .

21. آرمان ما نباید زندگی دیگران را نابود سازد ، آرمانی ارزشمند است ، که بهروزی همگان را در پی داشته باشد .
22. آدم های آرمانگرا ، نیکروز هستند .
23. آنکه آرمانش را ساده و باز نموده ، کمتر دچار سر در گمی می گردد .
24. زمانی می توانید کسی را از راهی بازدارید ، که در آغاز ، آرمانش را دگرگون ساخته باشید .
25. اندکی از آدمیان ، تنها به آرمان می اندیشند ، و بسیار کسان که آرمانشان تنها ، خانه نشین نمودن همان گروه کوچک است .
26. برنامه داشتن ، ویژگی آدمهای کارآمد است .
27. گیتی دارای ساختاری سازمان یافته است ، این ساختار به آن پویایی بخشیده ، و برآیندی شگرف در پی داشته است .
28. اگر آرمان زندگی خویش را بدانیم ، هر دم از خانه این و آن ، سر در نمی آوریم .
29. در دوران زندگی ، تنها زمان هایی برایمان ارزشمند است ، که آرمانی را پیگیری می کنیم .
30. کسی که اندیشه اش ، بازیچه گزارشات و رویدادهای گوناگون است ، هیچ گاه به آرمان زندگی خویش ، نمی رسد .
31. خوی آدمی ، همواره در پی دگرگونی و آرمانگرایی است .

32. بزرگترین کج رویها را زمانی انجام می دهیم ، که فکر می کنیم دیگر چیزی برای از دست دادن نداریم .
33. برای رسیدن به آرمان ، باید از همه نیروهایمان بهره بگیریم ، هر بار که به در بسته ای رسیدیم ، نباید خویشتن را سرزنش کنیم .
34. گام بردار ، راه های تازه ، در آرزوی رسیدن قدم های ما هستند .
35. هنگامی که آرمان خویش را بیابیم ، خود به خود ، ناامیدی ها کنار می رود .
36. کوشش بی پایان برای رسیدن به یک آرمان پاک ، از آدمی ، چهره ماندگار می سازد .
37. سرآمد این جهانی شما هر چه بزرگتر باشد ، سرنوشت زیباتری در برابر شماست .
38. اگر بر ساماندهی نیروهای خویش ، توانا نباشیم ، دیگران سرنوشتمان را می سازند .
39. هیچ گاه برای آغاز دیر نیست ، همین بس که به خود بگوییم : اینبار ، کار ناتمام را به پایان می رسانم .
40. هیچ کس و هیچ چیز ، نمی تواند از پویندگی ما جلوگیری کند .
41. هیچ فرازی در برابر آدم های پاکباخته ، توان ایستادگی ندارد .
42. آدمهای فرهمند و خودباور ، بدنبال کف زدن دیگران نیستند ، آنها به شکوه و ارزش کار خود ، باور دارند .

43. هر آرزویی بدون پژوهش و تلاش ، به سرانجام نخواهد رسید .
44. اگر برای رسیدن به آرزوهای خویش ، زور گویی پیشه کنیم ، پس از چندی ، کسانی را در برابرمان خواهیم دید ، که دیگر زورمان به آنها نمی رسد .
45. کسی که چند آرزوی درهم برهم دارد ، به هیچ کدام از آنها نمی رسد ، مگر آنکه با ارزشترین آنها را برگزیند و آن را آرمان نهایی خویش سازد .
46. به سادگی ، می توان آینده جوانان را از روی آرزوهایشان پی برد .
47. اندیشه های کوچک ، توان رسیدن به آرزوهای بزرگ را ندارند .
48. توان آدمیان را ، با آرزوهایشان می شود سنجید .
49. مردمی که نگاه میهنی و آرزوهای خویش را به فراموشی سپرده اند ، همچون بیماران آسیب پذیرند .
50. تنها کسانی از آرزوهای نیک جوانان واهمه دارند ، که بر جایگاه خویش بیمناکند .
51. هیچگاه آرزوهای جوانان را ، خوار و کوچک مپندارید .

10- فرگرد رنج

1. سختی و رنج ، باید در درون ما نیرو و انرژی حرکت به سوی خوشبختی و نیکروزی را فراهم آورد .
2. روزهای سخت ، گامهای آینده ما را استوارتر و تندتر می کند .
3. تنگدست کسی است ، که دشواری و سختی ندیده باشد .
4. آدم توانا ، از درون بدترین شرایط ، کاخ خوشبختی برای خود می سازد .
5. جنگ با روزهای سخت ، ما را پولادین می سازد .
6. گذشتن از سختی های پیش رو ، چندان سخت تر از آن چه پشت سر گذاشته ایم ، نخواهد بود .
7. بسیار یاد کردن از سختی های زندگی ، بردگی می آورد .
8. آنچه بدست خواهی آورد ، فراتر از رنجی که کشیده ایی نخواهد بود .
9. دوستی با رنج ها و درد ها ، مانند دوستی با دشمن ستیزه جوست ، باید بر ناراستی ها تاخت که این تنها راه ماندگاریست .
10. رنج ، ما را نیرومندتر می سازد ، اما این هم دلیلی برای دویدن به سوی سختی ها و رنج ها نیست .
11. برای رهایی از سختی ، فقر و رنج ، خجالت را به کنار گذاشته و پای در راه نهیم .

12. آدم خودساخته ، بازیچه بادهایی که به هر سو روانند ، نمی گردد .

13. بسیاری از سختی هایی که می کشیم ، به خاطر خجالت و ترس از نگاه و فکر دیگران درباره ماست . هیچ کار شرافتمندانه ایی ، خجالت ندارد و از ارزش ما نیز نمی کاهد .

14. پس از هر درد و رنجی ، در پی زندگی و شادمانی باش ، نه درد و رنجی دیگر .

15. روزهای سخت گذشتند و رفتند ، امروز هنگامه دیگریست ، امید و شادمانی ، تو را فرا می خواند .

16. روزهای سخت ، بهایی است که باید برای سرفرازی پرداخت .

17. خارهای کوچک ، زخم به جان نمی زنند ، بلکه با آن می آمیزند ، برای مقابله با روزهای سخت تر .

18. جوانان باید بدانند ، برای رسیدن به آرزوهای بزرگ ، لاجرم نباید همه چیز ، همین آغاز مهیا باشد ، بدون خجالت به کاری (حتی ساده و پیش پا افتاده) مشغول شوید ، کار و کوشش شما ، درهای پیروزی را ، یکی پس از دیگری ، خواهد گشود .

11- فرگرد گیتی

1. جهان را آغاز و انجامی نیست ، آنچه هست ، دگرگونی در گیتی است . ما دگرگونی در درون گیتی را زایش و مرگ می نامیم . ما بخشی از دگرگونی در گیتی هستیم ، دگرگونی که در نهان خود ، پویش و شکوفایی را پیگیری می کند . بروز آینده ما ، بسیار فربه تر از امروز خواهد بود ، ما در درون گیتی ، در حال پرتاب شدن هستیم ، پرتاب به سوی جایی و نمایی که هیچ چیز از آن نمی دانیم ، همان گونه که در کودکی از این جهان هیچ نمی دانستیم . میدان دید ما ، با همه فراخنایی خود ، می تواند همچون شبی کوچکی باشد بر جهانی بسیار بزرگتر از آنچه ما امروز از گیتی در سر می پرورانیم ، پس ، گیتی بی آغاز و بی پایان است .
2. خواست و افسوس آدمی ، شناور شدن در بسامدها و امواج گیتی است .
3. گیتی ، آوای زندگی و شادیست .
4. بی مایگی و بدکاری ، پاینده نخواهد ماند ، گیتی رو به شکوفایی است . با نگاهی به گذشته می آموزیم : نابکاری هایی همچون برده داری ، همسر سوزی و ... را آدمیان رها نموده اند ، پس پویندگی و شکوفایی ، پراستی هویداست .
5. نرمش و سازگاری با گیتی ، ما را آرام خواهد ساخت .
6. گیتی زایشگر است ، پویشی آرام در همه گونه های آن ، دیده می شود .
7. مرگ و پایانی نیست ، دگرگونی و آمیختگی با گیتی ، آینده همه زندگان است .
8. مهربانان ، با سرشت پاک گیتی آمیخته اند .

9. گیتی را در مهربانی می بینم .

10. جهان همواره در حال دگرگونی و شکوفایی است ، نباید این پویندگی را زشت دانست ، باید همراه بود و بخشی از این شکوفایی را بر دوش داشت .

11. آب و هوا ، بر جهان بینی و پیوندهای مردمی اثرگذار است .

12. آدمی بخشی از گیتی است و باز در آن آمیخته می گردد .

13. ادب و کردار نیک ، از جهان بزمگاهی خواهد ساخت .

14. هر آدمی به اندازه کوششی که می کند ، از داشته های گیتی بهره می برد .

12- فرگرد مردان و زنان کهن

1. مردان و زنان کهن ، برآیند و پژواک پاکی و راستی هستند .

2. بوی خوش زندگی ، در سخن زنان و مردان پاک نهاد جاریست .

3. مردان و زنان کهن ، در راه رسیدن به آرمان بزرگ ، یک آن هم ، نمی ایستند .

4. نگاه مردان و زنان کهن ، ایستا نیست ، آنها دوران های آینده را نیز ، به خوبی می بینند .

5. مردان و زنان کهن ، با مهر همه زندگی خویش را به دیگران می بخشند .
6. مردان و زنان کهن ، با مهربانی در بین مردم سرزمین خویش ، همبستگی و دوستی می آفرینند .
7. رستاخیزهای مردمی ، بدون همراهی زنان دلیر ، ناممکن است چرا که زن ، پرچمدار و ارستگی ، پاکی و از خودگذشتگی است .
8. مردان کهن ، مرزداران و پیشاهنگان ، شرف و امنیت هستند .
9. پشتکار ، گوهر مردان و زنان فرهمند است .
10. فداکاری زنان ، بسیار با ارزشتر از دلیری در مردان است .

13- فرگرد بستگان

1. هیچ گاه در برابر فرزند ، همسران را بازخواست نکنید .
2. این دیدگاه درست نیست که بپنداریم مرد توانا ، فرزندی همچون خود خواهد داشت .
3. فرزند بدکار ، آتش زندگی پدر و مادر است .
4. تنها مادر و پدر ، خواست های فرزند را ، بی هیچ چشم داشتی برآورده می سازند .

5. مادر و پدر ، زندگیشان را با فروتنی به فرزند می بخشند .
6. پرستاری از مادر و پدر ، زیباترین و پر ارزشترین زمان زندگی است .
7. در چشم باد ، نغمه های دل انگیز مادر ، در گوش کودک بازیگوش ، شناور است .
8. برای مادر ، واژه ای زیباتر از فداکار نمی توان یافت .
9. فرزندان نیک خو ، برای نگهداری و کمک به پدر و مادر خویش ، بر هم پیشی می گیرند .
10. پاکترین نگاه مهرآمیز را ، در چشمان پدر و مادر خویش ، جستجو کن .
11. نام فرزندان مان را درست بیان کنیم و از دیگران نیز بخواهیم اینگونه باشند .
12. از گردش زمانه آموختم که نباید نام مردگان خویش را بر زندگان بگذاریم .
13. پدران و مادران فرمند ، فدایی آرزوهای فرزندان خویش می شوند .
14. پدران و مادرانی که در پی نابودی زندگی زناشویی فرزند خویش هستند ، بزهکارند .
15. پدران و مادرانی که کودک خویش را ، روز و شب در کوچه و خیابان رها می کنند ، شایستگی نگهداری و آموزش فرزند خویش را ندارند .
16. مهمترین کار پدر و مادر ، پس از آغاز زندگی زناشویی فرزند ، این است که زندگی مشترک آنها ادامه یابد .

17. مادران باید دختران نوجوان خویش را با داستان ها و خاطرات کوتاه و پند آموز نسبت به خطرات پیش رویشان ، آگاه نمایند ، پیش از آنکه دوستانشان ، با داستانهایی شیرین دلبرانه ، آنها را به ناکجاآباد بکشانند . ارد بزرگ
18. کودکان خویش را لوس و پررو بار نیاوریم که در بزرگسالی گستاخ و ناتوان خواهند بود .
19. هرگز به کودکان نگوید ، پیشه آینده اش چه باشد ، همواره به او ادب و ستایش دیگران را آموزش دهید ، چون با داشتن این ویژگیها ، همیشه او نگار مردم و شما در نیکبختی خواهید بود و اگر اینگونه نباشد ، هیچ پیشه ای نمی تواند به او و شما بزرگی بخشد .
20. کسی که همسر و کودک خویش را رها می کند ، فر و بزرگی خویش را از دست داده است .
21. کودکی که گناه خویش را ، بدون پرسش ما به گردن می گیرد ، نخستین گام های پیروزمندی را برداشته است .
22. کودکان برای شاد بودن ، بیش از هر چیزی به گفتگو با ما نیاز دارند .
23. ارزش بستگان خود را بدانیم و یاورشان باشیم .
24. بهترین گونه آموزش به کودک ، همراه شدن با او در درون داستانهایی پند آموز است .
25. کودکان سرزمین دروغ ، راستگو نخواهند شد .
26. میهمانی های فراوان از ارزش آدمی می کاهد ، مگر دیدار پدر و مادر .
27. پدران و مادران شایسته ، میان فرزندان خویش ، تفاوت نمی گذارند .

28. پدران و مادران شایسته ، سنگ صبور فرزندان خویش هستند .
29. کوشش کنیم ، زندگی زناشویی آشنایان و بستگانمان ، از هم گسیخته نشود .
30. زندگی مردان و زنانی که به تنهایی میهمانی می روند ، آسیب پذیر است .
31. فرزند بی ادب ، هر روز برای پدر و مادر ، نکبت و زشتی هدیه می آورد .
32. کاری نکنید که موجب سوءظن همسران نسبت به شما شود ، سوءظن محکمترین بناهای زندگی زناشویی را نیز ، از هم پاشیده است .

14- فرگرد فرمانروا و سرپرست

1. فرمانروای بزرگ ، مردم خویش را در هیچ کجای دنیا از یاد نمی برد و همیشه ، پشتیبان آنان است .
2. فرمانروا ، اندیشه خویش را درگیر رخدادهای کوچک نمی کند .
3. فرمانروا ، همیشه خدمتگذار مردم است .
4. سردمداران ناشایست ، ترسشان از ناکارآمدیشان نیست ، دوری از فرمانروایی آنها را می ترساند .

5. دیوانسالاران ، برای آنکه همواره منتخب مردم باشند ، باید با بسامدها و امواج خواست های آنان ، هماهنگ شوند .
6. فرمانروایان نیرومند ، رایزنان و مشاورینی باهوش و کارآمد در کنار خود دارند .
7. فرمانروای بزرگ ، بر دلها فرمانروایی می کند .
8. مردم در پی گزارش روزانه فرمانروایان نیستند ، آنان دگرگونی و بهروزی زندگی خویش را خواستارند .
9. فرمانروای دانا می داند ، هیچ ندایی با کشتن نابود نمی شود .
10. فرمانروای دانا ، زخم خورده را بر هیچ کار دیوانی نمی گمارد .
11. فرمانروای خوب ، باید درونی آرام و دلی شاد داشته باشد تا مردم را به چهار میخ نکشد .
12. فرمانروای اندرزگو ، شایسته پیشوایی نیست ، تنها آنانی بایسته اند که کار می کنند .
13. سودجویان ، تنها خود را نگهبان راستین فرمانروا معرفی می کنند ، حال آنکه فرمانروای بزرگ ، به شمار مردم ، پاسبان دارد .
14. بکارگیری آشنایان ناکارا ، در یک گردونه کاری ، برآیندی تلخ در پی خواهد داشت .
15. آدمیان تندخو و خشمگین را ، از دستگاه دیوانسالاری دور کنیم .

16. فرمانروای بزرگ ، نبض رویدادهای آینده را در دست دارد و آنها را پیش بینی می کند .
17. فرمانروایان ، تنها پاسخگوی زمان حال خویش نیستند ، آنها به گذشتگان و آیندگان نیز پاسخگو هستند .
18. فرمانروای شایسته ، در اندیشه کینه توزی از مردم خویش نیست .
19. دیوانسالار هیچگاه نباید از بار کاری که بر دوش گرفته ، شانه خالی کند و شجاعت پذیرش اشتباهات را داشته باشد .
20. فرمانروایی که نتواند پیشدار بیداد بزهکاران و چپاولگران باشد ، شایستگی دیوانسالاری را ندارد .
21. فرمانروا در برکناری کارمند بد نام ، زمانی را نباید از دست دهد ، چون در دید مردم ، سیاهی کار بزهکار ، خیلی زود دامن او را نیز خواهد گرفت .
22. ناکارآمدترین دیوانسالاران ، آنانی هستند ، که ندانمکاری و ناراستی خود را ، بر گردن مردم می اندازند .
23. مردم ، شاگرد فرمانروا نیستند .
24. نام فرمانروای مهربان و بخشنده ، جاودانه است .
25. میرآب ، به اندازه دهد ، همه دشت سبز خواهد بود .
26. فرمانروای نیک ، دست نشانده پلید ندارد .
27. فرمانروایان آزموده از همان چشمه ای می نوشند ، که مردم را سیراب می کند .

28. نگهبانی از داشته های یک کشور ، برای فرمانروا ، یک هنجار همیشگی است و انجام آن خودستایی ندارد .
29. و فرمانروایی که دروغ گفت ، فر و شکوه خویش را به خاک سپرد .
30. هیچگاه به دروغگویان ، میدان کارگزاری ندهید .
31. فرمانروا ، ابزار یک گروه خاص نیست ، او و امدار همه مردم سرزمین خویش است .
32. چگونه بر کاخ های فرمانروایان گذشته خرده می گیریم ؟ این کاخ ها نماد و نگار سرزمین ما ، در برابر دیگر سرزمینها بوده است . در ارزیابی گذشته ، باید دیدی فراخ داشت .
33. کشوری که دارای پیشوایی بی باک است ، همه مردمش دلیر می شوند .
34. قهرمان های آدمهای کوچک ، همانند آنها زود گذرند .
35. سرپرست ناتوان ، کارش هرز نیروهاست .
36. سرپرست وراج ، شایسته پیشوایی نیست .
37. مهمترین کار سرپرست ، انجام درست کاریست ، که بر دوش گرفته است .
38. از آدم های کوچک ، نمی توان فرمانروای بزرگ ساخت .
39. سرپرست باید نماد کارایی و توانمندی باشد .

40. هیچگاه فرمانروای خویش را ، از میان کسانی که کودکی و جوانی خویش را در رنج ، تنگدستی و سختی بوده اند ، برنگزینید ، چرا که آنان همواره در پی بازپس گیری غرور و روان نابود شده خود و همچنین انتقام از گذشته هستند .

41. مردمی که فرمانروای نیک خود را ، در برابر یورش بیگانگان تنها می گذارند ، شایسته بردگی هستند .

15- فرگرد دیوان سالاری

1. انتخابات ، جای تردستی دیوان سالاران نیست .
2. انتخابات آزاد ، تنها راهکار ادامه ماندگاری فرمانروایان است .
3. انتخابات آزاد ، دشمن هیچ یک از باورهای مردمی نیست .
4. انتخابات درست و سازنده ، همیار کشور و نادیده گرفتن آن ، پگاه رستاخیزی هولناک است .
5. در کشوری که گروه های سازمان یافته سیاسی نیست ، انتخابات هر بار ، بیشتر از پیش ، به پلشتی می گراید .
6. انتخابات ، نیاز به هنجاری خردمندانه دارد ، خردی که باور همه نخبگان آزاد اندیش باشد .

7. انتخابات ، پرشگاه سیاسیون برای رسیدن به دستگاه دیوانی نیست ، اینجا خواست مردم ، برای درمان ناراستی هاست .
8. کوچک کنندگان انتخابات ، با ریشه آن دشمن هستند .
9. آدمیانی که انتخابات نیک را بی ارزش می انگارند و آنانی که دانسته بازیگر انتخابات نادرست می شوند ، هر دو به یک اندازه به سرزمین خویش پشت کرده اند .
10. دولتمردان ، بیشتر زمان ها ، پاسخگوی پرسشهایی هستند که دوست دارند .
11. مهمترین رازهای نهان سیاست بازان ، چیزی جز پیگیری اندیشه مردم کوچه و بازار نیست .
12. مردمداری ، بهترین خوی دولتمردان نیک است .
13. دیوانسالاری که تنها به پیشروی می اندیشد ، همواره برای خویش ، دشمن تراشی می کند .
14. ادبیات درست و شایسته ، نخستین نشان یک دولتمرد خوب است .
15. سخن گفتن از دوستی و دشمنی پایدار در سیاست ، خنده آور است .
16. دیوان سالار ناتوان به جای گفتگو با خردمندان و آگاهان ، با چاپلوسان نادان ، نشست و برخاست می کند .
17. مشاور نباید سود روشنی ، در راهی که نشان می دهد ، داشته باشد .

18. مشاوری که دوستان فراوان دارد ، تکیه گاه خوبی نیست ، او گرفتار است و اندیشه اش ، آزاد نیست .
19. کارگزار و مدیر اجرایی را نمی توان برای رایزنی و مشورت برگزید .
20. دیوانسالار و دولتمرد نیک ، به دنبال دل و مهر مردم سرزمین خویش است .
21. میدان کار و تصمیمات دولتمردان ، باید شفاف و برای مردم ، آکواریومی باشد .
22. دولتمردان ، پیوسته باید در پی بهترین نخبگان سرزمین خویش ، برای اداره امور باشند .

16- فرگرد ریشه

1. دودمانی که بزرگانیش خوار شده اند ، پیکره بی جانست که خوراک پلیدان می شود .
2. آدم ها ، یکی از میوه های بسیار بسیار کوچک درختان گیتی هستند .
3. بستر اندیشه همگانی ، همچون دریاست ، هیچ بنایی بر آن پایدار نخواهد بود ، مگر آنکه خود را با بسامدهای (امواج) آن همراه سازد .
4. در تباری که کهنسالی نیست ، آرامش به سختی پیدا می شود .

5. بزرگی ، بی مهر و دوستی بدست نمی آید .
6. آنانکه تیشه به ریشه بزرگان سرزمین خویش می زنند ، خود و فرزندانشان را بی پناه ساخته اند .
7. گره هایی که به هزار نامه دادگستری باز نمی شوند ، به یک نگاه و ندای ریش سفیدی گشاده می گردند .
8. نخستین گام بهره کشان کشورها ، در آغاز نابودی بزرگان آنهاست و سپس تراج دارایی شان .
9. ریشه آدم های سست بنیاد ، همانند درختان ریشه در مرداب ، لرزان است .
10. خموشی ریش سفیدان هم ، پندآموز است .
11. شناخت ما از کرانه دریای هستی بزرگان ، تنها به اندازه میدان اندیشه ماست .
12. پیران جهان دیده ، همواره جوانان را به خروش و بیداری فرا می خوانند .
13. کهنسالان باید آگاهی بخش اندیشه جوانان باشند ، نه بازیگران زندگی آنان .
14. پیران اندیشمند ، به ریشه ها می پردازند ، نه به شاخه ها .
15. جوانان باید از پیران جهان دیده ، راه درست زندگی را بپرسند ، آنها رایزان و گنجینه های با ارزشی ، از خرد و اندیشه اند .
16. تنهایی ، برای جوان ارزشمند و برای پیر آزار دهنده است .

17- فرگرد کار و کارآفرینی

1. کارآفرین ، زندگی آفرین است ، پس آفرینی جاودانه بر او .
2. کارآفرینی را یک ارزش راستین بدانیم ، تا تهی دستی از میان برود .
3. کارآفرینان ، دستان یاری بخش آدمیان هستند .
4. کدام سرزمین بدون کارآفرینی و کار ، از دامن بزهکاری و سختی ، رهایی یافته است ؟ .
5. پول و سرمایه ، در سرزمین ناآرام ، جایی ندارد .
6. هنجارها و قوانین درست به کارآفرین و سرمایه گذار ، امید و آرامش نوید می دهد .
7. در هنگامه هياهو و غوغا ، کسی در اندیشه کارآفرینی و کار نیست .
8. رسانه های تشویشگر ، بدترین دشمنان سرمایه گذاری و کار هستند .
9. کشورهای زیاده خواه ، پیشتازی خویش را در ناامنی و پلشتی سرزمین های دیگر می بینند .
10. کشوری که دارای سرمایه گذاری و کارآفرینی نیست ، توان نگرهبانی از دستاوردهای آرمانی و میهنی خویش را ندارد .
11. مبارزه پیگیر با آلودگی دستگاه دیوانی ، توان سرمایه گذاری و کارآفرینی را بیشتر می کند .

12. رسانه های تشویشگر و گروه های غوغا آفرین ، کار آفرینان و سرمایه گذاران را فراری می دهند .

13. آرامش رسانه ایی ، افزایش شادی های مردمی و هنجارها و قوانین درست دولتی ، توان سرمایه گذاری و کار آفرینی را بیشتر می کند .

14. دستگاه های پیچیده دیوانسالاری ، نباید دست و پای کار آفرینان و سرمایه گذاران را ببندند .

18- فرگرد ستیز و نادانی

1. کسانی که پیوسته از دشمن خویش یاد می کنند ، نادانسته ، او را بزرگ و بزرگتر می کنند .

2. دشمنی ، به آدمی این زمان را می دهد که توانایی های خویش را باز شناسد .

3. دشمن ! دشمن است ، فریب زبان چرب او را مخور .

4. بهترین سپر در برابر دشمنان ، خرد و اندیشه است .

5. بدخواهان را با فراموشی و دوری نابود کن .

6. ستیزه جویان ، کشته اندیشه های پلید خویش خواهند شد .

7. بسیاری از ستیزها ، برآیند دردها و گریه های دوران خردسالی است .

8. برای نزدیکی و همگرایی خاندان خویش ، باید دستگیر یکدیگر شویم .
9. مرد دلیر بهنگام ستیز و نبرد ، رایزنی و مشورت با ریش سفیدان را فراموش نمی کند .
10. همواره برای پاسخگویی به یورش دشمنان سرزمین خویش ، آماده باشیم .
11. بدخو ، زندگی اش کوتاه است .
12. آنکه همسایه مرگ است ، از چیزی نمی هراسد .
13. بسیاری از ستیزها و کشتارها ، بازتاب ناآگاهی است .
14. نرمدلی و نرمش از آدمیست و سنگدلی و سختسری ، خوی اهریمن .
15. آنکه شکوه خرد و اندیشه خویش را دید ، هیچگاه گردن کشی ، پیشه نکرد .
16. زورگو ، خواب پریشان بسیار می بیند .
17. چه بسیار گردن کشانی ، که به آبی ، دچار زبونی شدند .
18. آدم بزرگ ، زورگو نمی گردد ، آدم کوچک است که پلید و دیو کردار می شود .
19. گردن کشان ، خیلی زود ، برده آدمهای بد کردار می گردند .
20. آدمیان خونریز ، از همه ترسوتر هستند .

21. نزدیک شدن به آدمهای بی خرد ، تاوانی دهشتناک دارد .
22. سازش بر روی داشته های به یغما رفته ما ، به نام آشتی جویی و دوستی ، از نادانی است .
23. چه بسیار آدمیان نادانی که مهربانی شایستگان را ، بر نمی تابند .
24. ره آورد گفتگو با نادان ، دو چیز است : نخست ، از دست دادن بخشی از زندگی ، و دیگری ، گرفتار شدن در گمان پوچ و بی ارزش .
25. نادانی ، خودخواهی به بار می آورد .
26. نادان همیشه از آز و فزون خواهی خویش ، خسته است .
27. شمشیر نادان هایی که در برابر خردمندان می ایستند ، خودسری است و خودستایی .
28. فریادهای درونمان ، به ما می گویند تا چه اندازه ، از خویشتن خویشتن دوریم .
29. فریادرس پاکزاد است ، او گوشش پیشتر تیز شده و آماده کمک رسانی است .
30. خاموشی بیشه نبرد ، فریادها در سینه دارد .
31. کسانی که سازنده و درمانگر هستند ، کارشان را با فریاد و غوغا پیش نمی برند .
32. فریادهای دردناک و ستمدیده ، شمشیرهایست که هر آن به گونه ای ، بر روان ستمگران فرود می آیند .

19- فرگرد هنجار

1. هنجار و قانون روان آدمی ، دوستی و مهر است ، شگفت آنکه عده ای برای بدست آوردن این مهر ، همواره در ستیز هستند .
2. مهمترین قانون و هنجار گیتی ، مهربانیست .
3. تا چیزی از دست ندهی ، چیز دیگری بدست نخواهی آورد ، این یک هنجار و قانون همیشگی است .
4. برای پرش های بلند ، گاهی نیاز است ، چند گامی پس رویم .
5. بین نمای سپید و پاکی ، بازه ای بسیار است .
6. هنگام نابودی مهربانی ، هنگام در بند شدن توست .
7. کسانی را که نابود کننده داشته های دیگران هستند را باید به کارهای بدنی واداشت ، تا کمکی به خویش و دیگران باشند .
8. آرامش روان بسیار ارزشمند است ، چرا که هیچ ارتشی نمی تواند ، درون فرو ریخته ما را سامان بخشد .
9. آنکه باج می گیرد ، زندگیش بسیار کوتاه است .
10. هر گونه با پدر و مادر خویش رفتار کنیم ، با ما رفتار خواهد شد .
11. اگر هنجار ها ، قوانین و کار آگان سست باشند ، همان بهتر که باج را بدهی .

12. برآیند سامان یافتگی ، رفاه است پس : نخست باید به ساختار درست رسید ، سپس بر اساس آن ساماندهی کرد ، آنگاه رفاه همگانی ، هویدا می گردد .

13. بازده ساختار بیمار ، درد و سیاهیست .

14. در هستی همه چیز ، دارای چهار چوب و ساختار است .

15. تا ساختارها سامان نیابد ، بالندگی هویدا نمی گردد .

16. شورشهای آدمیان ، با بسامدهای پر توان گیتی ، خیلی زود به سامانه درست خویش باز می گردد .

17. ساختاری که با سرشت آدمیان سازگار نباشد ، توان پایداری ندارد .

18. نیرومندترین ساختارها ، نرم ترین آنهاست ، ساختارهای خشک و سخت ، خیلی زود ، نابود می گردند .

19. نگاهداری ساختار بیمار از نادانی است ، باید راهکاری درست ، برای درمان آن یافت .

20. سخت ترین پرسش ها ، هم اساسی ساده دارند .

21. آیینی که آدمی را به گوشه نشینی وادار کند ، پایدار نخواهد بود .

22. سامان ، از پس ساختار درست هویدا می گردد .

23. سامانه گیتی ، با آنکه یکنواخت پنداشته می شود ، ولی رو به پویش و پیشرفت است . گردش آرام هستی ، نباید ما را فریب دهد ، ما بخشی از یک دگرگونی بزرگ ، در گیتی هستیم .

24. اگر قوانین و هنجارها درست باشند ، کشتار هم گم می شود .

20- فرگرد کوهستان و فروتنی

1. در کوهستان ، ارزش دستان مهرآمیز آدمیان را ، برآستی می توان فهمید .

2. کوهستان ها و دره های بی انتها ، در درون آدمها می بینم .

3. خودخواه ترین آدمیان ، در کوهستان ، دوستی و مهر را ، با جان و دل پذیرا می شوند .

4. کوهستان ، نهیب مهر است و دوستی .

5. دریاها نماد فروتنی هستند ، در نهان خود ، کوه هایی بلندتر از خشکی دارند ، ولی هیچ گاه ، آن را به رخ ما نمی کشند .

6. فروتنی در برابر گردنکشان ، نادرست است .

7. فروتنی به جا و درست ، ما را خواستنی و دوست داشتنی می کند .

8. فروتنی و غرور بی جا ، به یک اندازه چندان آور هستند .

9. غرور و فروتنی ، هر دو بخشی از نیازهای آدمی هستند .

10. مردمی که غرور میهنی ندارند ، سرزمین خویش را خیلی زود از دست می دهند .

21- فرگرد فر و بزرگی

1. نامداری بی نیک نامی ، به پیشیزی نمی ارزد .
2. تنها کسانی شایسته هستند که کار اشتباهی را دو بار انجام نمی دهند .
3. نامداری که خود را به خواری می افکند ، هزاران دل آویخته به دامان خویش را نیز به خاک می کشد .
4. نامداران ماندگار آنانی اند ، که سرشتی نیکو و دلی سرشار از مهر دارند .
5. نامدار کهن ، پیشوا و راهبر دوران هاست ، سرشت او با آهنگ و خوی مردم سرزمین خویش ، هماهنگ است .
6. نامداران هیچ گاه ، خویش را گرفتار پاسخ به کج اندیشان نمی کنند .
7. خوشنامی ، بزرگترین فر هر آدمی است .
8. برآزندگان ، برای رفاه دیگران از خود گذشتگی می کنند .
9. برآزندگان ، شادی آفرین هستند .
10. برآزندگان گرما بخشند ، سخن و گفتار آنان ، راه روشن آیندگان است .
11. برآزندگان به گفتار کم ارزش ، زندگی خویش را نابود نمی کنند .
12. برآزندگان ، چشم در توانایی های خود دارند ، هیچ چیز نمی تواند آنان را از آرمانشان باز دارد .

13. سخن برآزندگان ، آهنگ خیزش بیشتر است .
14. برآزنده از خود نمی گوید ، او زندگی آفرین است .
15. برآزندگان در پی دگرگونی و رستاخیزند ، بالندگی و شکوفایی ، در گذر از راه های نارفته است .
16. برآزندگان شادی را ، از بوته آتشدان پر اشک ، بیرون خواهند کشید .
17. دارایی برآزندگان ، تنها دلی ، سرشار از امید است .
18. کمر راه هم در برابر ، آرمان برآزندگان خواهد شکست .
19. برآزندگان ، آزادی و میهن خویش را ستایش می کنند .
20. پرهای خون آلود برآزندگان ، نما و نوای آزادی آیندگان است .
21. کجاست سینه کش کوهستان سرد و بلندی که ، گامهای برآزندگان را ، بر تن خویش به یادگار نداشته باشد ؟ .
22. برآزندگان دستی و دامنی برای کاشتن دارند ، تا کدامین فرزند میهن برچیند .
23. ویرانه کاخ های برآزندگان هم ، هزاران گهواره امید بر بستر خویش دارد .
24. میهن دوستی ، هنر برآزندگان نیست که آرمان آنان است .
25. چه فریست زندگی را ، آنگاه که برآزندگان و اساطیر را شناسی و بی ره توشه ایی پرواز کنی ؟ .

26. آزادگان میهن پرست ، در مرداب خودستایی فرو نمی روند .
27. پندار های پاک ، در دل و روان آزادگان ، آشیانه دارد .
28. آزاده ، آدم گوشه نشین و رها از غم دیگران نیست ، او زندگی اش را به همگان ارزانی داشته ، و برای سرفرازی میهن کوشش می کند .
29. شایستگان ، آنانی هستند که آفریننده اند .
30. شایستگان ، بالندگی و شکوفایی خود را ، در نابودی چهره دیگران نمی بینند .
31. شایستگان ، با گذشت هستند و بخشنده .
32. شایستگان چهره ای گشاده دارند ، نگاهی مهربان ، دستی نوازشگر و نوایی پندآموز .
33. شایستگان بردبارند و امیدوار .
34. سالار دل ها بودن ، با ارزش تر از هر آرزویی است .
35. چه بیچاره اند مردمی که ، قهرمانشان بزدل است .
36. بیچاره مردمی که قهرمان ندارند .
37. چه نیک مردان و زنان برآزنده ای که همچون باران می بارند ، برای شکوفا شدن اندیشه آیندگان .

38. مردمی که ، نام نامداران و اساطیر خویش را پاک می کنند ، فرزندانشان را بی پناه ساخته اند ، فرزندان چنین دودمانی به نامداران کشورهای دیگر دل خواهند بست ، آنان ریشه و فرهنگ کهن خویش را ، فراموش می کنند .
39. اندیشه و سخن نامداران و اساطیر زاینده است ، یاد آنان برای فرزندان سرزمین خویش ، شادی و امید به ارمغان می آورد .
40. نامداران و اساطیر کهن ، پایه ها و ستونهای فر و شکوفایی کشورند .
41. برای بالندگی و شکوفایی میهن ، در هر بخشی باید اسطوره و نامداری زنده و سرآمد داشته باشیم .
42. درود بر روان دیاکو ، کورش و ارشک ، که پایه های جاودانه ایران زمین را بنیان نهادند . باید دودمان های ماد ، هخامنشیان و اشکانیان را پرستی ستود .
43. کورش نماد فرمانروایان نیک اندیش است و نام او می ماند ، چرا که از راستی و کمک به آدمیان روی برنگرداند .
44. مجلس مهستان در دودمان اشکانیان ، نشان از پیشتازی ایرانیان در مردمسالاری و دموکراسی دارد .
45. نادر شاه افشار توانست از خراب آبادی که دشمنان برایمان ساخته بودند ، کشوری باشکوه بسازد ، نام او ، همیشه برای ایرانیان آشنا و دوست داشتنی خواهد بود .
46. ابومسلم خراسانی ، نماد برافراشته آزادگی ایرانیان است او بندهای دشمنان ایران را پاره کرد و خون گرمی شد در رگهای سرد کشورمان ، خونی که تا ابد در دل این کشور خواهد جوشید و هر زنجیری را پاره خواهد نمود .

47. ملک شاه سلجوقی و خواجه نظام الملک توسی ، دیوانسالارانی میهن پرست و مردمی بودند ، نام این دو بزرگ ایرانی جاودانه .

48. کتاب گران سنگ شاهنامه ، مهمترین دستاورد پیشینه کهن ماست .

49. از پس استاد سخن ، حکیم فردوسی و بزرگمهر حکیم در حکمت و خرد ، کسی هم وزن حکیم خیام نیشابوری ندیده ام .

50. بزرگی اندیشه حکیم خیام نیشابوری ، در چهارچوب واژگان نمی گنجد .

51. بارزترین و گرامی ترین گرایش ماهاتما گاندی ، میهن پرستی او بود .

22- فرگرد زندگی

1. زندگی ، از بودن آغاز و تا شدن پی گرفته می شود .

2. آنچه رخ داده را باید پذیرفت ، اما آنچه را روی نداده ، می توان به خواست خویش بنا نمود .

3. بزرگترین گمشده های مادر زندگی ، نزدیکترین ها به ما هستند .

4. آدم های خودخور و نالان ، دوستان خوبی برای ما نیستند .

5. بزرگترین چاله زندگی زیاده خواه ، پذیرفتن کاریست که در توانش نیست .

6. جریان های آلوده ، به مرداب خواهند رسید و سخن گفتن از آنها، زندگیمان را تباه می سازد .

7. کسانی که زندگی خویش را ، در جنگ با نزدیکان می بینند بیمارند ، همراهی چنین آدمیانی درست نیست .
8. ناامیدی و افسردگی ، تنها بن بست زندگیست .
9. برای ربودن دل آدمیان ، بر هم پیشی گیریم که این زیباترین آورد زندگیست .
10. آنگاه که آرمان هویدا شد ، هزاران راه بن بست هم ، نمی توانند پیشدارمان باشند .
11. پاکترین آدم هم ، دشمنان بسیار دارد .
12. آنانی که کنشی ندارند و وارستگی را در پشت کردن به گیتی می دانند ، تکه گوشت هایی بیش نیستند .
13. پیران فریبکار ، آتش زندگی جوانانند .
14. بدان ، همواره آنکه برای رسیدن به تو ، از همه چیزش می گذرد ، روزی تنهایت خواهد گذاشت ، این هنجار دردناک زندگی است .
15. خودخواه تنهاست ، چرا که توان ستایشگری و مهرورزی ندارد .
16. در پی پاسخ زود هنگام ، به رخدادهای مهم زندگی خویش نباشیم .
17. ساده باش ، آهوی دشت زندگی ، خیلی زود با نیرنگ می میرد .
18. اگر در بند زندگی روزمره تان باشید ، نمی توانید گامی بسوی بهروزی بردارید .

19. مهرورزی و ستایشگری ، درمان بسیاری از دردهای آدمیان هستند .
20. پیران جهان دیده ، نابودی زندگی آدمیانی که ریشه پولشان ناپاک است را بارها و بارها دیده اند .
21. در زندگی زناشویی ، همواره از خاندان همسرمان ، به نیکی یاد کنیم .
22. زندگی ، میدان ادامه راه نادرست نیست ، هر گاه پی به ناراستی راه خود بردیم ، باید به سرچشمه پاکی روان خویش باز گردیم .
23. دوستان فراوان برای یک جوان ، نشان دهنده کامیابی در زندگی نیست ، بلکه نشان نابودی زمان ، به گونه ای گسترده است .
24. اگر آغاز زندگی ات ، با شادی و روز ، همراه بود در جست و جوی چراغ و پناهگاهی برای شبانگاهان باش ، و اگر آغازش رنج و سیاهی بود از امید در خود چراغی بیافروز که پگاه خوشبختی نزدیک است .
25. نوا زنده است یا مرده ؟ رنگ ها بخشی از پیکره ایی زنده اند یا مرده ؟ ! آدین بند و رخت چگونه ؟ ، اگر به این پرسش ها خوب بنگریم ، خواهیم دید همه آنها دارای روان و نیرو هستند . یک آوای زیبا می تواند ، ما را از خود بی خود کند ، رنگی ویژه می تواند ، ما را آرامش دهد و یا به خشم آورد ، پدیده های بی جانی همچون نامه و جامه و ... به هزار زبان با ما گفتگو می کنند ، همه آنها در حال سرودن آواز خوش دمامد زندگی هستند .
26. در زندگی نادان سرانجام یک گره ، هزاران گره باز نشدنی است .
27. تاریکی در زندگی ، ماندگار و ابدی نیست ، برسان روشنایی .
28. سرایش یک بند درست از زندگی ، نیاز به سفری ، هفتاد ساله دارد .

29. آدمیانی مانند گل های لاله ، زندگی کوتاه در هستی و نگاره ای ماندگار در اندیشه ما دارند .
30. آدمی با کینه ، زندگی را بر دوستان نیز تنگ می کند .
31. کینه را از خود دور کن ، چرا که خرمن مهر و پاکی ات را به آتش می کشد .
32. در هر سرنوشتی ، رازی مهم فرو نهفته است .
33. در پایان کوچه های بن بست زندگی ، بارها و بارها نادان ها را دیدار خواهی کرد .
34. اگر شور زندگی و امید را ، در روان یاران افسرده خویش بارور کنیم ، تنهایی هیچگاه به سراغ مان نخواهد آمد .
35. تندرستی ، پاداش نیک زیستی است .
36. تندرستی ، پرشگاه روان بیدار است ، برای گشودن دروازه های پیروزی .
37. همسران ، باید یکدیگر را همواره ستایش کنند .
38. کوشش برای تندرستی همگانی ، یکی از مهمترین کارهای دیوانسالاران است .
39. تندرستی ، پیش نیاز هر آرمان باشکوهی است .
40. برای آنکه پرواز کنی ، پیکر خویش را ، به حال خود رها مکن .

41. پاسداشت مهر پدر و مادر ، یکی از بزرگترین خوشبختی هاست .
42. خوشبخت کسی است که در برابر درون خویش ، شرمنده نباشد .
43. خردمند از آن رو خوشبخت است که می داند ، خوشبختی در راستی و پاکی است .
44. یکی از بزرگترین خوشبختی ها ، کار بیشتر برای مردم است .
45. زندگی رنج و درد نیست ، هدیه ایی است برای شاد بودن . مادر گیتی جام زهر بر دهان کودک خویش نمی گذارد ، او می پروراند برای بهروزی و خوشبختی .
46. آدم خودخواه ، دوران خوشبختی اش کوتاه است .
47. مردم با فداکاری ، خوشبختی را به یکدیگر هدیه می دهند .
48. برای مهر ورزیدن در زندگی ، به دنبال بهترین زمان مباش ، خود باش و روانت را جاری کن .
49. زندگی مردان و زنان فرهمند ، سرشار از مهر و کمک به دیگر آدمیان است .
50. زندگی خوب ، تنها در دلشادی ما نیست ، همزیستی و مهر با دیگر آدمیان ، زندگیمان را لذت بخش می کند .
51. کتابها ، نفس می کشند و زنده اند .
52. ایستایی وجود ندارد ، هر چه هست ، جوشش است و جاری بودن .

53. زایش و پیشروی در همه چیز ، بهانه زندگیست .
54. همراهان و هم آویان ، مهر و زیبایی زندگی هستند .
55. نگاه آدمهای کوچک ، چه زود پر می شود و لبریز .
56. کلید رازهای بزرگ ، در ژرفای کمی نیست .
57. هر چه بلند پروازتر باشیم به رازهای کمتری بر می خوریم .
58. آدمهای کوچک ، رازهایشان هم کوچک است .
59. با آدمهایی که همواره از شما می خواهند سخنان شان را به این و آن نگویند ، کمتر گفتگو کنید .
60. هر سخنی راز نیست ، اگر سخنی را راز می دانید ، آن را به کسی نگویند و اگر گفتید دیگر نگویند این را به کسی نگو ! چرا که خود شما ، توان نگهداری آن را نداشته اید ، چه برسد به شنونده .
61. اگر همسران رازهای زندگی خویش را بیرون نبرند ، کمتر به غم جدایی گرفتار می آیند .
62. نمی توان امید داشت ، آدم های کوچک رازهای بزرگ را نگاه دارند .
63. بخشنده از دست نمی دهد ، او همواره بدست می آورد .
64. باران ، مهر آسمان است ، همانند آدمیان مهرورز و بخشنده ایی که می بارند ، برای شادی همگان .

65. اگر آدمیان می دانستند ، بخشندگی چه داشته بزرگیست ، هیچگاه از آن دوری نمی کردند .

66. بخشندگان ، فرمانروایان بی تاج و تخت میانه مردم اند .

67. مردم ، همواره گوش به ندای بخشندگان دارند .

68. برای رسیدن به بلندای بخشندگی ، باید از آز وجود خویش بگذری .

69. گواراترین چشمه زندگی را ، در بخشندگی و از خود گذشتگی جستجو کن .

70. بخشش ، اندازه فر و شکوه آدمی را نشان می دهد .

71. برای رسیدن به جایگاهی بالاتر ، گذشت را نیز بیاموزیم .

72. به هنگام دیدار یاران از سفر برگشته ، شیرینی ببخشاییم .

73. زندگی را برای هم ، هر روز ، شیرینتر از پیش سازیم .

74. بخشایش ، پایکوبی مهر است ، در روان آدمی .

75. بخشاینده ترین آدمیان آنانی هستند که تخم امید را در دل ناامیدان میکارند .

76. پیوند ، از پس تنهایی رخ می دهد ، ارزش می یابد و توان آدمی را چندین برابر می سازد ، پس باید هر پیوند پاکی را ، شاد باش گفت .

77. پیوند پاک ، پیوندی ابدی است .

78. تنها آرامشگاه همسران ، خانه آنهاست .

79. بریدن پیوندی پاک ، فرو ریزی دهشتناکی است .
80. پیوند ما تنها با زندگان نیست ، همه ما پیوندی ابدی با نیاکان و بزرگان سرزمین خویش و همچنین آیندگان داریم .
81. در دل هر بنایی ، کرشمه یاری دیده می شود ، اگر دلنوازی نباشد ، خشتی بر خشت نمی نشیند .
82. نخستین کسانی که در آتش دوستی پسران و دختران نوجوان می سوزند ، خاندان آنهاست .
83. در وفاداری مردی که پیش از خواستگاری ، به دنبال درنوردیدن توست ، شک کن .
84. کسی که هنگام انتخاب همسر ، یکه تازی می کند و سخن ریش سفیدان را به هیچ می گیرد ، بارها و بارها با اشک ، رخس را خواهد شست .
85. سخت نمودن پیمان زناشویی به نام ارزش نهادن به سنت ها درست نیست .
86. پیمانهای زناشویی ، با جشن های بزرگ و ولخرجی های دروغین ، پایدار نمی گردد .
87. پیمان زناشویی آسان ، ارزشمند است .
88. گل زرد رنگ همیشه بهار ، سرشار از مهر است ، می توان با دادن شاخه ای از آن ، پیمان زناشویی بست .

89. کوشش کنید همسرتان را از شهر و دیار خویش برگزینید ، نبود ریشه های فرهنگی همسو ، سختی به بار می آورد .
90. به پسری ، مرد زندگی گفته می شود که توانایی خواستگاری نیز داشته باشد .
91. استوارترین پیمان ها آنهاییست که با اندیشه مان پذیرفته ایم .
92. ارزش پیمان شکن ، به اندازه کفن هم نیست .
93. کسی که دلداده خود و سرنوشتش نیست ، هر کار هولناکی می تواند از او سر بزند .
94. میدان پیمان های گسسته ، همچون مردابی دهشتناک است که باید از آن گریخت .
95. جفتت اگر پرید ، برای پریدن شتاب مکن .
96. همیشه بین خود و همسرت بازه ای را نگاهدار تا به خواری گرفتار نشوی .
97. گسستن دو همسر می تواند ، خاندانی را از هم بپاشد .
98. مردی که همسرش را به درشتی بیرون می کند ، به اشک به دنبالش خواهد دوید .
99. همسر خویش را از ناکسان بدور نداریم ، چرا که دیر یا زود پلشتی وجود آنها زندگیمان را نابود خواهد کرد .
100. همسران ، همواره باید یکدیگر را ، لبریز از واژه های مهرآمیز نمایند .

101. همسر خویش را ، به دیدار دوستان زن و مرد تنهای خویش نبریم .
102. بیش از شش ماه ، به امید بازگشت همسر جدا شده خویش ، مباش .
103. پیوندمان را با یاد آوری سرشت نیک یکدیگر ، نیرومندتر سازیم .
104. شناخت درست زن و مرد از هم ، تنها راه جلوگیری از جدایی و گسست است .
105. در کنارمان دلبر هست و اگر نیست ، در سفر رسیدن به او هستیم ، پس تنهایی وجود ندارد .
106. با سفر ، یاد رخدادهای هولناک را کمرنگ کنیم .
107. در پشت هیچ در بسته ای ننشینید تا روزی باز شود . راه کار دیگری جستجو کنید و اگر نیافتید ، همان در را بشکنید .
108. کتاب ها ، بخشی از راز مهر گذشتگان ، برای آیندگان هستند .
109. اگر شما به سختی ها پشت کنید ، آنها هیچگاه به شما پشت نخواهند نمود ، باید خردمندانه با سختی ها مبارزه کرد .
110. گاهی برای رسیدن به پیشرفت می بایست ، راه سخت کوهستان را برگزینیم .
111. راهی سوای نرمش و بازی با هستی نیست .
112. آینده از همین امروز می گذرد ، پس امروز را باید به درستی پیمود .

113. آنکه بر کردار خویش فرمانروایی کرد و دلیرانه راه خرد و اندیشه را پیمود ، بی گمان آموزگار آیندگان خواهد بود .
114. برای آشتی ، بر هم پیشی گیریم .
115. همای بخت بر شانه ات نخواهد نشست ، مگر آنکه شانه ای به گستره و پهناى کوهستان داشته باشی .
116. بخت همچون مرغی در گوش ما می خواند و ما را به سویی می کشاند .
117. بخت آدمی به گذشتگان ، آیندگان و همچنین گیتی گره خورده است .
118. زندگی و بخت در یکدیگر تنیده شده اند تا جایی که گاهی بر این باور می شویم : بخت ما در دست خود ماست .
119. چهره و کردارمان می تواند ، نمای بخت مان نیز باشد .
120. بزرگداشت ، بخشش بی ریای مهر است ، مهری که با آن می توان بوی بهار را همیشه همراه داشت .
121. بزرگداشت ، جشن مهر است .
122. بزرگداشت ، توان نیروهای جوان را نیز دو چندان می کند .
123. استخوان بندی شهرها ، در دیوار است و بزرگداشت .
124. بزرگداشت آدمیان ، شکوفایی فرهنگ را در پی دارد .
125. بزرگداشت کسانی دیدنیست ، که از دیدگان مردم بسیار دور هستند .

126. بزرگداشت ، در هر کجا می تواند باشد از خانه تا کارخانه ، از دبستان تا دانشگاه و از روستا تا شهر .

127. پدر و مادر خویش را ، بی دریغ ستایش کنیم و آنها را غرق بوسه سازیم .

128. ستایشگری آگاهانه ، چاپلوسی نیست ، چرا که خیلی زود ریشه ستاش شونده خاکی تازه را در دور ریشه خویش می یابد و در پس روزها این کار به بار خواهد نشست ، میوه تازه آن بسیار بهتر از گذشته خواهد بود .

129. ستایشگری هنر است ، هنری که با آن می توان ناراست ترین آدمیان را هم ، دلپسند نمود .

23- فرگرد زیستگاه

1. زمین به ما می گوید : گهواره شادیتان خواهم بود ، اگر دوستم باشید .

2. سرود و آهنگ زیبای طبیعت ، تپشی آرام و کشیده دارد .

3. زمین زنده و پویاست ، آن را باید پاسداشت .

4. زیستگاه زیبا ، آدمیان را در گذر زندگی ، همواره شاداب و جوان نگاه می دارد .

5. آدمیانی که زیستگاه خویش را نابود می کنند ، براستی بی ریشه و مزدورند .

6. روان رنجور ، با زندگی در زیستگاه سبز ، دوباره پیوند خواهد زد .
7. بهار تنها سه ماه است ، اما آدمی می تواند همواره بهاری باشد .
8. زمین ، تنها هدیه ای برای ما نیست ، باید آن را پاس بداریم و به آیندگان بسپاریم .
9. نابود کنندگان زمین ، زندگی خویش و فرزندانشان را کوتاه می سازند .
10. درختان ، شاهد ستمگری و ناراستی آدمیان هستند .
11. کشتارگاهی خاموش را دیده اید ؟ آری من دیده ام ، کشتارگاه خاموش درختان .
12. برای نگهداری و نگهداری از زیستگاه جانوری ، باید نگاهی فراگیر و باز داشت .
13. هنگامیکه درختان ، سر بر زمین سرد می ساینند ، نوای بوم ها هم شنیدنی است .
14. دشمنان و نابودگران جنگلها را ، باید به سرزمینهای خشک و گرم فرستاد .
15. دوستان گیتی ، درختکاری می کنند و نگهداران جانوران هستند .
16. برگها ، دست های کوچک و باز فرزندان آینده هر سرزمین هستند که باید پاسشان داشت .
17. زیستگاه ما ، براستی آینه فرهنگ ماست .

18. دستان بزهکاران را ، از دامان زیستگاه های جانوری ، کوتاه کنیم .
19. دگرگونی ، پایکوبی زمین است ، برای پوشش و زندگی .
20. گیتی ، خود زایشگر است ، زایشگر چیزی که به آن نیاز دارد .
21. چرا به دنبال زیستگاه های بکر و دست نخورده هستیم ؟ پاسخ ساده است ، چون نمی خواهیم دست نابودگر آدم ها را ببینیم .
22. دارایی یک کشور ، تنها در بانک ها نیست ، گونه های گیاهی و جانوری ، دارایی بسیار با ارزشتری است .
23. زمین همچون آینه می تواند ، بازخورد رفتارها و کنش های ما باشد .
24. نگهداری از زیست بوم های گیاهی و جانوری ، ریشه در منش و فرهنگ ما دارد .
25. شادی بر سر پرده خانه نابود کنندگان دشت ها و جنگل ها ، نخواهد نشست .
26. زمین رویشگاه گل هاست ، این ما هستیم که تن پوشی از آلودگی بر تنش می کشیم .
27. گریزی از بازگشت کنش های ما نیست ، آنچه بر زیست بوم خویش جاری ساخته ایم ، خیلی زود دامن گیرمان خواهد شد .
28. گیاهان ، بهترین و پاکترین زنجیره خوراک آدمیان هستند .
29. آدمیان ، همواره نیازمند آموزشهای زیستگاهی هستند .

24- فرگرد خرد

1. خرد و دانش ، ابزار پیراستن ناراستی هاست .
2. تن پوشی زیباتر از سرشت و گفتار نیکو ، سراغ ندارم .
3. خرد در بستری توفان زده ، شکوفا نمی شود .
4. خرد ، برآیند دانش و آزمودن های ماست .
5. تنها آشیانه خرد ، راستی و درستی است .
6. خردمند ، با فر دانش و اندیشه پاک خویش ، رخدادهای فردا را می آفریند .
7. خرد تنها در دانسته های ما خلاصه نمی شود ، بلکه در کردار ما هویدا می گردد .
8. ابزار اندیشه درست ، فریاد و شمشیر نیست .
9. گفتار و کردار آدمهای پیرامون ما ، خواه ناخواه ، بر اندیشه ما تاثیرگذار خواهند بود .
10. آنکه زیبایی خرد را ندید ، گرفتار زیبایی آدمیان شد و بدین گونه از هر چه داشت ، تهی گشت .
11. همواره آدمیان ، چنبره بدی و پلیدی را با خرد خویش ، کوچکتر کرده اند .
12. تنها آشیانه خرد ، راستی و درستی است .

13. زمین ، هر روز هزاران هزار گل زیبا به ما ارزانی می دارد ، اما کمتر کسی زمین را می بیند .
14. زیباترین خوی زن ، آزر و شرم اوست .
15. زیبارویان ، با ادب و منش نیکو ، فرشته و پریزاد می گردند .
16. آدمهای فرمند ، به نیرو و توان خویش باور دارند .
17. خردمند ، در شوخی زیاده روی نمی کند .
18. مهم نیست که دیگران ما را باور کنند ، مهم آن است که خود ، خویشتن خویش را باور کنیم .
19. خرد در آغاز ، به راستی پناه می برد .
20. آدم نیکخو ، هیچ گاه برای رسیدن به پول ، ارزش های همگانی را زیر پا نمی گذارد .
21. خردمندان ، ابزار دون پایگان نمی شوند .
22. آدمی با اندیشه و انگاره بیمار ، آینده را تیره و تار می بیند .
23. تا اندیشه ای پاسخگو در بین نباشد ، کجروی ادامه خواهد داشت .
24. سر بریده خردمندان هم ، به هزار گونه سخن می گوید .
25. اندیشه پروازگر است ، جایی فرودش آوریم که مهربانی خانه دارد .

26. آدمی تنها زمانی در بند رویدادهای روزمره نخواهد شد ، که در اندیشه ای فراتر از آنها ، در پرواز باشد .
27. دیدگاه و اندیشه تاریک ، میدان پرده پوشی (سانسور) را هر روز بزرگتر می کند .
28. اندیشمندان ، همواره بدنبال پیدا کردن راهی مناسب ، برای بهبود زندگی آدمیان هستند .
29. برای کشوری که خردمندانش خانه نشین باشند ، باید گریست .
30. آدمهای حقیر و زبون ، پیروزی های تاریخ مردم سرزمین خویش را ، به ریشخند می گیرند .
31. خردمندان ، دشمنان اندیشه خویش را دوست دارند .
32. تجربه و آزمودگی آدمها ، از زر هم با ارزشتر است .
33. راه مبارزه با پندار نادرست ، پرداختن بر اندیشه درست است . هر راه دیگری ، ریشه کجروی را نیرومندتر می سازد .
34. خردمندان ، پیشتاز روزگار خویش اند .
35. آدم خردمند ، تار و پودهای مهم زندگی را می یابد .
36. شب زندگی ، برای خردمند ، همچون روز روشن است .
37. سخن های پست ، آدمهای کوچک را به سوی خویش می کشانند و خردمندان را فراری می دهند .

38. بازده خرد برای اندیشمند ، سخن جاودانه است .
39. کسی که گوش به سخن خردمندان دارد ، از خواری و زبونی به دور است .
40. دشمنی و پادورزی ، به آدم خردمند ، انگیزه زندگی می دهد .
41. گفتگو با خردمندان و دانشوران ، پاداشی کمیاب است .
42. رایزنی با خردمندان ، پیروزی در پی دارد .
43. خردمندان را می توان به سادگی از میان برداشت ، اما هیچ سیلابی ، توان نیستی اندیشه آنها را ندارد .
44. پرسشگری ، خصلت نیک کودکی است ، که آن را باید تا پایان زندگی به همراه داشت .
45. خردمندان ، تجربه ها و آموزه های خویش را ، بی دریغ بیان می کنند .
46. آنکه پرسشهای پراکنده ، در وادی های گوناگون را همزمان می پرسد ، تنها می خواهد زمان و نیروی استاد را تباه کند .
47. برای بدست آوردن خرد ، باید کاوید و پژوهش نمود و از تجربه ها بهره گرفت .
48. آنکه به خرد توانا شد ، ترس برایش بازی بیش نیست .
49. نم نم باران ، آرام خاک و دانه را بیدار می کند ، خرد هم ناگهان پدید نمی آید زمانی بس دراز می خواهد و روانی تشنه آموختن .

50. خردمندان ، همچون باران بر اندیشه های تشنه می بارند و دگرگونی های آینده را نوید می دهند .
51. راز درست اندوختن خرد ، یکرنگی است و بخشش .
52. ریاضت ، نادرست است و هیچ خردمندی آن را درست نمی داند .
53. تنهایی ، سم کشنده زندگی است .
54. از صوفی مسلکان و مرداب اندیشه های هندی و چینی دوری کنید .
55. پیامد دانایی ، پذیرفتن بار ساماندهی دیگران است .
56. امیدی به آینده دانایی که چشم به دهان نادان دارد ، نمی رود .
57. رهایی و آزادی آدمی ، برآیند خرد است و دانایی .
58. تاوان بزرگی ، تنهاییست .
59. بیداری و خیزش مردمی ، بدون آگاهی ، شدنی نیست .
60. آگاهی ، تنها راه رسیدن به آزادیست .
61. آگاه ، بر داشته های خود بیناست .
62. آگاهی ، آرمان را نزدیک می کند و از دوباره روی ، بازمان می دارد .
63. بدون خودآگاهی میهنی ، کشور رنگ پیشرفت به خود نمی گیرد .
64. با روشنگری ، می توان پیشدار ، بسیاری از آشوب ها بود .

65. آنگاه که مردم بر داشته های خویش آگاه باشند ، دیگر تن به ستم نمی سپارند .

66. حکمت نگاهی خردمندانه به چرایی زندگی و گیتی دارد، اندیشمندانی آن را همپای فلسفه دانسته اند ، اما حکمت همانند فلسفه ، بدنبال رد اندیشه های دیگر نیست، حکمت آرام است، آزادی می جوید و در آن ، رد هیچ ایده و آیینی نیست . حکمت بدنبال بهترین راه است، و ارون بر فلسفه که تلاش دارد ، ایده های گوناگون را ارزیابی کرده و رد کند . حکمت ریشه از دانش و تجربه می گیرد ، حکمت راه های به زیستن را نشان می دهد ، در پی باید ها و نبایدها نیست ، آدمیان و اندیشه هایشان را می ستاید و شکوفایی را در سایه نیک زیستی و دوستی می داند .

67. نگاه و آرمان حکمت ، خردمندانه زیستن است .

68. زیبارویی که می داند ، زیبایی ماندنی نیست ، پرستیدنی است .

69. حکمت بیش از هر چیز ، به دانش و تجربه تکیه دارد .

70. نگاه خردمندان به ریشه ها می رسد و دیگران به شاخه ها .

71. درون ما ، از نگاه تیزبین خردمندان ، پنهان نیست .

72. نیکی ، برآیند سرشت پاک آدمی است .

73. اندیشه و انگاره ای که نتواند ، آینده ای زیبا را مژده دهد ، ناتوان و بیمار است .

74. سخن گفتن از فر خرد و دانش ، در میان آدمهای گرسنه ، بی پژوهاک است .

75. خردمندان تاریخ ، همچون رشته کوههای سترگ ، دشتهای اندیشه آدمیان را نگرهبانی می کنند .
76. برای دلهره شبانگاهان ، نسیم گرما بخش خرد را همراه کن .
77. خردمندان ، ترس را هم به بازی می گیرند .
78. سخن دلنشین خردمندان ، دل ها را آرام می کند .
79. ادب ، نمایه آغازین خرد است .
80. آدم با ادب ، دروازه دلها را همیشه گشوده می بیند .
81. با ترشروی به میان مردم رفتن ، تنها از بیماران ساخته است .
82. ادب دارای ریشه است ، خانواده و فامیل ، نژاد و تبار ، سرزمین و زیستگاه ، همه و همه ، بر میزان ادب هر آدمی تاثیر گذارند .
83. هم رنگ دیگر کسان شدن ، باور هیچ کدام از بزرگان نبوده است .
84. نیک رفتاری ، نشان خودساختگی است .
85. خرد ، ابزار توانایست .
86. مردم آدم های صبور را با ادب می نامند ، حال آنکه بردباری و صبوری سنجشی درست نیست ! باید ادب آدمها را ، در آزمون ها سنجید و نه در سکوتها .
87. ادب خویش را هیچگاه فرو مگذار ، با وجود آنکه مورد ریشخند باشی .

88. اندیشه و خرد خویش را به رخ این و آن نکشیم ، بیاموزیم که چگونه با دیگران رفتار کنیم .
89. ادب ، خوش رفتاری و ستایش ، تنها برای مرادده با بیگانگان نیست ، بیش از همه ، نزدیکان خویش را ستایش کنیم .
90. از گور آدم بی ادب هم ، باید گریخت .
91. بخش مهمی از ادب آدمی ، برآیند ریشه نژادی و خانوادگی است .
92. خرد ، شمشیر و غرور را به کنار می گذارد و همگان را به کار و کوشش فرا می خواند .
93. یک آموزگار می تواند ، با رفتار و گفتارش کشوری را دگرگون سازد .
94. آموزگاری ، دلدادگی است ، چنین جایگاهی ، هیچگاه به دست بدان مباد .
95. دانش آموزان ، جوانه های برخواسته از وجود آموزگاران هستند .
96. یک آموزگار خام می تواند ، شاگردان خویش را برای همه زندگی ، سرگردان کند .
97. طبیعت ، آموزگار بزرگیست ، خردمندان از آن درس ها می گیرند .
98. هیچ آموزگاری ، سختگیرتر و راستگوتر از زمان نیست .
99. زمانه به ما می آموزد ، بسیاری از باید ها و نبایدها ، خنده آور بوده اند .

100. شاگردانی که بدون نوآوری ، همواره سخن استاد خویش را باز می گویند ، هیچگاه برای خود و استادشان ، فر و شکوهی به ارمغان نمی آورند .
101. ارزش استاد را دانستن هنر نیست ، وظیفه و بایستگی است .
102. بهترین آموزگار استاد ، شاگرد اوست .
103. دست استاد خویش را ببوس ، چون او هم پدر است هم پرورنده خرد .
104. خردمندان همچون بازها ، دیدی گسترده و باز دارند .
105. بردباری در توان هر کسی نیست ، کسانی که بردبارند ، فرمانروایی می کنند .
106. بردباری ، بهترین سپر در روزهای سخت و ناپایداریست .
107. با بردباری ، همه چیز در چنگ توست .
108. خردمندان ، آشتی جو و نرم خو هستند .
109. ره آورد سفر در درون آدمی ، سوای از خرد و پیشرفت نیست .
110. سفر ، نای روان است ، برای اندیشه و آرمان بزرگ فردا .
111. آتش خشم را ، با آب سکوت خاموش کن .
112. برای رسیدن به گنج خرد ، بارگاه دانش خود را ، بزرگتر بساز .
113. خردمند ، همگان را به آزادی و رعایت ادب ، دعوت می کند .

114. هیچ توانایی ، هنر و تحصیلاتی ، موجب نمی شود ، به آدمی که هنوز به مرز چهل سالگی نرسیده است ، استاد بگوییم . باید ارزش و اثره ها را بدانیم و آنها را قربانی درک پایین خود نکنیم . آدمی که هنوز به چهل سالگی نرسیده ، نمی تواند بینش و نگاهی درست به گیتی و آدمیان داشته باشد . استاد ، تنها متخصص در یک رشته نیست ، استاد کسی است که به ماهیت و بینش ، فرای تخصص خود ، دست یافته است .

115. اگر دشمنت با روی خوش نزدیکت شد ، در برابرش خموش باش و تنهایش بگذار .

116. آدمهای بد کردار ، از سکوت خردمندان نیز می هراسند .

117. در هنگامه رستاخیز و نهیب توفان مردمی ، خموش باش چرا که سختت را پژواکی نیست .

118. کسی که زبانش پیش از اندیشه اش می جنبد ، باید همواره بدنبال دوستان تازه باشد .

119. اگر نگاهتان بر افق دور باشد ، هیچ فراز و فرودی ، دلتان را نمی لرزاند .

120. ناراستی ها ، پیشاپیش رو به مرگ و نیستی اند ، مگر آنکه ما آنها را در اندیشه و روان خویش ، زنده نگاه داریم .

121. آنانی که همیشه در آرامش هستند ، لابلای ترین آدمهایند .

122. جایی که خردمندان خوار باشند ، شورش ها و رستاخیزهای بی سامان ، میدان داری می کنند .

123. دانش امروز ، فر بسیاری در پی داشته ، ولی نیروی جاری سازی آرامش در روان ما را ندارد . آسودگی و آرامش ، در سخن خردمندان است .
124. آرامش اگر همیشگی باشد ، سستی و پلشتی در پی دارد .
125. می گویند ، رسیدن به آرامش آرمان است ، باید گفت آرامش همانند تختگاه نوک کوه است ، آیا کوهنورد همیشه بر آن خواهد ماند ؟ بیشتر زمان زندگی او در کوهپایه و دامنه می گذرد ، به امید رسیدن به آرامشی اندک و دوباره نهیب دل و دلدادگی به فرازی دیگر .
126. آدم های دور اندیش ، بازیچه رخدادهای ناگهانی و روزمره نمی شوند .
127. برای آنکه روانت را بپروری ، در آغاز با خود یکی شو .
128. روان خود را با شنیدن و خواندن رویدادهای نادرست و حوادث هولناک ، به بند نکشیم .
129. اگر شیفته کارت نباشی ، روانت بیمار می شود و در پایان ، پیکرت از پای در خواهد آمد .
130. گاهی تنها راه درمان روانهای پریشان ، رفتن به سوی رخدادهای تازه است .
131. آسودگی دیگران ، بخشی از آرامش و رفاه ماست .
132. بازده رنج و سختی خردمندان ، اندر زهای شیرین و پندآموز است .

25- فرگرد آغاز

1. ستایش ، هنگام نو رستن و رویش را .
2. آغاز هر روز ، نو شدنی دوباره است ، و زمانی برای پویایی بیشتر .
3. هر آن ، می تواند آغازی دوباره در زندگی ما باشد ، پس هیچگاه ، پایانی پیش روی ما نیست .
4. آغاز ها را باید جشن گرفت ، چرا که شیره جهان ، در بالندگی و زایندگیست .
5. زاد روز خود و نزدیکانمان را فراموش نکنیم ، جشن بگیریم و شادی را به یکدیگر هدیه دهیم .
6. آدم های فرهمند ، پیوسته بدنبال آغازهای شیرین هستند ، تا از آن بزم و جشن بسازند .

26- فرگرد اُرد

1. آغاز اُرد ، پایان کسی نیست ، بهار اندیشه ای است که پیش از او ، سه حکیم دیگر از آن یاد کرده اند خردمندان نام آشنایی همچون : بزرگمهر ، فردوسی و خیام نیشابوری . اُرد همه اندیشه های آنان را باور ندارد اما از نگاه و اندیشه آنها بهره ها برده است .

2. به آنهایی که می گویند اُرد دلدادگی نمی داند ، بگویید او هم دلداده شد ، یک بار و برای همیشه ، دلباخته میهن پاکش ایران .

3. آرزوهای اُرد ، با شکوه سرزمین مادری اش ایران ، به پایان می رسد .

4. با ارزشترین نشان اُرد ، ایرانی بودن است .

5. چشمه مهر و مهربانی ، همواره در دل اُرد ، جاری خواهد بود .

6. اُرد ، یک ایرانی است ، نام شناسنامه ایی او مجتبی شرکاء می باشد . در شهر مشهد زاده شد ، پدرش محمد تقی شرکاء فرزند بابا ، از شهر شیروان در خراسان شمالی ، او مردی بسیار نیک و مهربان بود تا آخرین زمان زندگی ، دل به کانون گرم خانواده اش داشت . مادر اُرد ، فاطمه جاهد طبسی از ایل قشقایی شیراز ، او زنی دانش آموخته و دلسوز بود که همه عمر برای رشد فرزندان دلبندهش کوشش نمود . اُرد سه برادر به نام های مرتضی ، مصطفی و مجید دارد و سه خواهر به نام های فروغ ، ملیحه و الهه ، او یک زندگی زناشویی ناموفق داشت این زندگی زناشویی 5 سال به طول انجامید و حاصل آن دختری به نام غزاله است ، غزاله از 4 سالگی با پدر زندگی می کند . ارد دیگر هیچگاه ازدواج ننمود و تمام زمان خود را صرف تربیت فرزند و نوشتن اندیشه هایش کرد . شادی بر لب بام خانه اُرد ننشست ، اما همواره برای همگان پیک شادی ، دوستی و مهر بوده است ، آنچه او دوست داشت از او گرفته شد پس او ماند و مثنی سخن و دلی هزار پاره . آری اُرد واژگانی شد به دهان همگان ، آدمیان هزارستان سخنان او شدند ، او خود در زندان سرد تنهایی و امید برای بالندگی سرزمین مادری ، تا کدام خنجر زهر آگین ، پرنیان تن و واژگان او را بشکافد و به این داستان غم انگیز پایان دهد .

7. هر گاه ، با هزار واژه مهر ، به سوی مردم میهنم شتافتم ، تنهاترین ایرانی بودم .

8. کتاب سرخ را ، اُرد بر پایه پنداشت ها و دلنگرانی های خویش برای آیندگان نگاشت .

9. پیام اُرد برای جهانیان ، زندگی در سایه مهربانی ، آزادی و شادی است .

27- فرگرد پیروزی و شکست

1. باور داشتن به پیروزی ، بسیار با ارزشتر از خود پیروزیست .

2. نخستین گام در راه پیروزی ، آموختن ادب است و نکو داشت دیگران .

3. شکست های زندگی ، درهای پیروزی را می گشایند .

4. ریشه شکست های بزرگ ، از ناراستی های بسیار کوچک ، سرچشمه می گیرند .

5. فرومایگان پس از پیروزی ، همآورد شکست خورده خویش را ، به ریشخند می گیرند .

6. شکست ، بن بست نیست ، یک پیچ است بسوی پیروزی .

7. در دل سیاهی شکست ، نور امید سو سو می زند ، نوری که اگر باورش کنیم ، بزودی خورشید تابان زندگی ما خواهد شد .

8. اگر زندگی را در نرمش و جاری بودن بدانیم ، هیچ گاه نمی شکنیم .

9. شناخت موشکافانه هر شکست ، پیشرفت را در پی دارد .
10. بسیاری از رویدادهای تلخ زندگی ، پیک خوشبختی هستند .
11. شکست و پیروزی ، دل آدم فرهمند را نمی لرزاند ، او به آرمان و هدف خویش می اندیشد .
12. میوه کشتن ، کشته شدن است .
13. تراج و شورش ، هیچگاه بهانه تراج و شورش دیگری نیست .
14. هر حماقتی ، شجاعت و بی باکی نیست .
15. از پیروزی و شکست دیگران ، می توان پندها گرفت .
16. فرمانروای صوفی منش ، دشمنان سرزمین خویش را ، هر روز گستاخ تر می کند .
17. نادانی و پستی کسی در گذشته ، نمی تواند دلیلی برای نابودی خاندان او باشد .
18. گفتگو با آدمیان ترسو ، خواری بدنبال دارد .
19. دشمن ابزار نابود ساختن آدمی را ، در درون سرای او جست و جو می کند .
20. بزرگترین کارخانه نابودی توانمندیها ، آیین آموزشی نادرست است .
21. هیچ پیروزی و شکستی ، همیشگی نیست .

22. با ولخرجی تنها مال نمی رود ، زمان ارزشش فراتر است و آن هم نابود می شود .
23. فزون خواهی ، برای داشته های ما زیانبار است .
24. بزرگترین فر و داشته قهرمانان و بی باکان روزگار ، دلهایی است که به آنها امید بسته اند .
25. وابستگی زیاد به دانستن اخبار و رویدادهای پراکنده روز جهان ، پسرفت ما را به ارمغان می آورد .
26. دارایی زیاد برای یک جوان ، می تواند ابزار سرگردانی باشد .
27. اندیشه را می توان در بند کشید ، اما نابود شدنی نیست .
28. کسانی که بیم از دست دادن جایگاه خویش را دارند ، همواره فریاد می کشند .
29. پیشرفت آدمی زمانی بدست می آید ، که بر کردار و رفتار خود ، فرمانروا باشد .
30. سرزمین شاد را ، هیچ شکستی ، ناتوان نمی سازد .
31. پیشرفت ، تنها در سایه آمادگی همیشگی ما بدست می آید .
32. هنرمندان ، شاعران و نویسندگان افسرده و غمگین ، دروازه های شکست را بر روی سرزمین خویش باز می کنند .
33. برای پویایی و پیشرفت ، گام نخست از پشت درهای بسته برداشته می شود .

34. توانمندی های خویش را ، به فراموشی نسپاریم .
35. آرمان های بزرگ ، آدم های بی باک و دلیر را ، به سوی خویش می کشانند .
36. بی باکی گله ، در بیداری چوپان است .
37. پیش نیاز دلیر بودن ، بدنی ورزیده نیست ، گاهی آدمهای سبکبار ، پشت کوهستان را هم ، به خاک مالیده اند .
38. بزرگان ، بی باکند ، آنها خوی برتر خویش را ، به آیندگان هدیه می دهند .

28- فرگرد نقد و ارزیابی

1. نقد بی کینه دیگران بر کار ما ، پاداشی است ، که ارزش آن را باید دانست .
2. خودستایی ، بزرگترین دام برای کسانی است ، که کار دیگران را نقد و بررسی می کنند .
3. آنکه ایراد می گیرد و راه درست را نشان نمی دهد ، یاوه گویی بیش نیست .
4. کسی رستاخیز و دگرگونی بزرگی را فراهم می آورد که پیشتر ، بارها و بارها ، در کشاکش روزگار ، خود ساخته و نیرومند شده باشد .

5. جایگاه نقد شما بر کار دیگران ، می تواند آغازگاه نخستین گامتان ، برای سازندگی و آفرینش باشد .
6. برای جلوگیری از تباهی و بیراهه روی ، راه نقد و ارزیابی را باز بگذاریم .
7. نقادی و ارزیابی ، به معنای تحقیر نمودن و نابود ساختن توان دیگران نیست .
8. ارزیاب و نقاد دانا ، نگاهی سیاه و یا سپید ندارد او توامان درستی و نادرستی هر کاری را می بیند و از هر دوی آنها سخن می گوید .
9. نقاد و ارزیابی که نکات درست و مثبت را نمی بیند و مدام از زشتی ها و اشتباهات دیگران سخن می گوید ، حرافی بیش نیست .
10. نقاد ، با بی ادبی ، زحمات و دستاوردهای خویش را بر باد می دهد .

29- فرگرد گروه

1. گروه ، توان افزون آدمیان است .
2. کارهای گروهی ، هر چه بزرگتر و شادابتر باشند ، شوق به زندگی و امید را ، افزونتر می کنند .
3. گروه ، بدون گرامیداشت همه یاورانش ، توان ایستایی ندارد .
4. خبرچینان و بدگویان ، بزرگترین آفت های ماندگاری هر گروهی هستند .

5. گروه هدفمند ، کمتر دچار سردرگمی و از هم پاشیدگی می شود .
6. کار گروهی ، بدون همراهی جوانان شوریده و کوشا ، بی سرانجام است .
7. برای ماندگاری یک گروه ، باید دلداده و از خودگذشته بود .
8. گروه های مردمی ، توان و نیروی یک سرزمین هستند که باید پاسشان داشت .
9. دیوانسالاران ، باید پشتیبان و همراه گروه های گوناگون و پاک مردمی باشند .

30- فرگرد روان و خویش

1. سرزمین روان ما ، میدان کینه و دشمنی های بیهوده ، نیست .
2. روان دانایان ، فربه تر از دیگران است ، این نیرویست که دانش و خرد ، به آنها بخشیده است .
3. روان آدم های شاد ، از بیماری و نابودی ، به دور است .
4. کسی که خود را بزهکار می شمارد ، زندانبان وجود خویش است ، اگر او را از تنهایی به در نیاوریم ، هر روز خودش را ، شکنجه می کند .
5. روان شایستگان ، گرایش به پدید آوَرندگی و آفرینش دارد .

6. به خواب هایت دل مبند ، زندگی از آن هوشیاران و بیدارانی است ، که از تنهایی خویش برون آمده و به هم پیوسته اند .
7. هیچ کس نمی تواند ، همه عمر با خودخواهی زندگی کند .
8. روان مردگان و زندگان ، در یک گردونه می چرخد .
9. دوری از آرمان و هدف ، آشفتگی و پریشانی روان ما را در پی دارد .
10. اگر خاطره شیرینی برای خود نسازیم ، یاد خاطرات غمناک گذشته ، روان ما را از پا در خواهد آورد .
11. روان ، همواره تشنه پرواز و بالا بردن خواسته های آدمی است ، این سرشت خوب ، همان ریشه بالندگی آدمیست .
12. اگر دشمن خطرناکی داری ، بجای پنهان شدن ، بکوش همگان را از گرفتاری خویش ، با خبر و آگاه سازی .
13. امیدی به آینده آدمهایی که مدام می گویند نمی توانم و یا نمی شود ، نیست .
14. خویشتن خویش را ، دوست داشته باشیم .
15. خویش را خوار نکنیم ، ارزش خود را براستی بدانیم .
16. آدمهای بدکردار ، همگان را برای رسیدن به خواسته های خویش ابزار می سازند .

17. بسیاری از آرزوهایمان را ، می توانیم به آسانی ، با نشان دادن توانمندی خویش بدست آوریم .

18. بدترین اندیشه ها ، روان ما را به تنهایی و خلوت فرا می خوانند ، آدمیان باید درکنار هم ، شاد باشند و برای پیشرفت و امنیت سرزمین خویش ، کوشش کنند .

19. خود کامگان ، در ژرفنای وجود خویش گم می شوند .

20. روان زخمی ، در تنهایی ، عفونی و خطرناک می گردد ، باید وارد گروه های فعال اجتماعی و شاد شد .

21. روان پاک ، برای همگان ، آرزوی بهروزی و شادمانی می کند .

22. کردار و رفتار ناپسند را ، با دارایی زیاد هم ، نمی توان پنهان ساخت .

23. درون ما نباید میدان جنگ و ستیز باشد ، آرام باشیم و بجای تحقیر سرنوشت خود ، خویشتن را دوست داشته باشیم و تقدیر را از یاد نبریم .

24. خیزش درونی ، برای بهروزی هر چه بیشتر ، نیرویی است که بسیاری آن را ندارند .

25. خودت را بشناس و به آن بیال .

26. در برف ، سپیدی پیدا است ، آیا تن به آن می دهی ؟ بسیاری با نمای سپید ، نزدیک ما می شوند ، که در ژرفنای خود ، نیستی بهمراه دارند .

31- فرگرد رسانه

1. محبوبیت نزد افکار عمومی ، بزرگترین ثروت برای هر آدمی است .
2. رسانه بیمار ، افکار عمومی را فراری می دهد .
3. خود را برای پیشرفت مردم ارزانی دار ، تا همگان پشتیبان تو باشند .
4. تا مردم بر داشته ها و حقوق خویش آگاه نشوند ، گامی برای نگهداری از آنها بر نمی دارند .
5. رسانه ، تنها می تواند پژواک ندای مردم باشد ، نه اینکه به آنها بگوید ، شما چه بگویید ، که خوشایند دل ما باشد .
6. رسانه های آزاد ، دشمن همیشگی بزهکارانند .
7. دیدگاه خوب مردم ، بهترین پشتیبان و تکیه گاه برگزیدگان است .
8. ویرایش فرهنگ نادرست ، برای یک سرزمین ، بسیار مهم است ، خوشبختانه اینترنت و رسانه ها به این چرخه ، تندی بخشیده اند .
9. فرهنگ اشتباه را ، بی مهابا کنار بگذاریم ، با ماست مالی آن ، فرزندان خویش را دچار تباهی خواهیم نمود .
10. هیچ رستمی ، توان آن را ندارد ، که سرزمینی با فرهنگ نادرست را ، سامان بخشد .
11. شالوده و زیربنای گسترش هر کشور ، فرهنگ درست است .

12. خردمندان و فرهنگ سازان ، همیشه زنده اند .
13. جایگاه هنر و هنرمند ، بسیار ارزشمند است .
14. خردمندان و هنرمندان ، سازندگان آینده اند .
15. در بلند هنگام هیچ نیرویی نمی تواند ، در برابر فرهنگ و هنر ، ایستادگی کند .
16. هنر ، برآیند شناور بودن خرد ، در جهان احساس است .
17. آهنگ دلپذیر ، نوا و آوای گیتی است .
18. هنرمند و نویسنده مزدور ، از هر کشنده ای زیانبارتر است .
19. تنها آثار هنری جاودانه می شوند ، که به درون هنرمند نزدیکترند .
20. اینترنت اندیشه و دودمان ما را ، به آیندگان گره خواهد زد ، از این پس ، دیگر گذشته برای آیندگان ، تیره و تار نخواهد بود ، اندیشه ما ، سپیده دم پیدایش فصلی نو ، از تاریخ بشری است .
21. اینترنت ، دستگاه شتاب دهنده شکوفایی اندیشه آدمیان است .
22. اینترنت ابزار آگاهیست ، گریزی از روشنی و نور نیست .
23. اینترنت ، بزرگترین دستاورد دانش آدمیان است ، عظمت فضای مجازی را آنگاه بیشتر می فهمیم که بدانیم ، به شمار آدمیان ، پندارها و اندیشه های گوناگون در آن شناور است .

24. در گذشته ، بیشتر تجربه های آدمیان ، جایی ثبت نمی شد ، اما امروزه اینترنت ابزاری است برای ثبت تجربه ها و بالندگی بیشتر .

25. فرزندان خویش را ، با آموزش درست اینترنت ، پیشگام جهان آینده سازیم .

26. اینترنت همچون دریاست ، سرشار از داشته های آموزنده ، که هر روز بر دارایی آن افزوده می گردد .

27. اینترنت میدان شکوفایی و بالندگی آدمیان است ، همه برای رشد یکدیگر ، کوشش می کنند و این با سرشت آدمی سازگار است .

28. جایگاه فرهنگی کشورها ، در رشد و بالندگی بشری را ، می توان در میزان داده های فرهنگی هر یک از آنها ، در پهنه اینترنت دید .

32- فرگرد سخن و اندرز

1. به هنگام گرفتاری ، پند از بزرگان و خردمندان بگیریم ، نه رمالان و جادوگران .

2. سخن بزرگان ، اندیشه ما را ، پولادین می سازد .

3. برده سخن دل مباش ، آدمهای خوشبخت ، ندای خرد و دل را هم زمان می شنوند .

4. با واژگان و سخن خویش ، نوازشگر روح و روان دیگران باشیم ، نه شمشیری برای نابودی دلها .

5. آنکه پیاپی سخنتان را می برد ، دلخوش به شنیدن سخن شما نیست .

6. از باورهای خویش سخن بگوییم ، باورهایی که براستی آنها را دوست داریم .

7. اگر دل گیتی را بکشاییم ، این سخن را خواهیم شنید : هر کنشی واکنشی را در پی دارد ، پس کردار ما ، چه خوب و چه زشت ، بی بازگشت نخواهد بود .

8. سخن بدون پشتوانه ، گزاف گویی است .

9. سخنان زیبا و دوست داشتنی بگوییم ، چرا که آنها ، نگاره و صورت ما ، در اندیشه دیگران خواهند شد .

10. اندرز جوان باید کوتاه ، تازه و داستان وار باشد .

11. فراموش نشدنی ترین آموخته ها ، آنهایی است که اندوهی فراوان برای بدست آوردنشان کشیده ایم .

12. پند و اندرزهای پیران ، آخرین تیرهای آنها ، برای ادامه زندگی ، در دودمانهای آینده و پسین است .

13. پند و اندرز نادرست ، موجب نفرت همیشگی دیگران ، از ما می شود .

14. آن که پند و اندرز نمی پذیرد ، خیلی زود گرفتار می شود .

15. پند و اندرز بسیار ، همچون دشنام آزار دهنده است .

16. سخن مهر آمیز و دلگرم کننده ، می تواند از فانوس کوچک ، ستاره بسازد .
17. واژه ها سرشار از آموزه هاست ، ارزش آنها همپای زندگی است .
18. همواره نگاهمان بر روشنایی باشد و راستی ، اینگونه راههای آینده ، روشن است و هموار .
19. بینشی که همه چیز را خوب و یا بد می پندارد ، درست نیست . باید ترازوی خرد و اندیشه را ، همواره در زندگی به کار گرفت .
20. کسی که خود را دوست ندارد ، به سادگی به جایگاه و حریم دیگران نیز ، یورش می برد .
21. نابکارترین آدم ها ، برای رشد خود ، به جایگاه دیگران می تازند .
22. اگر پنداری توان پیش بردن ما را نداشته باشد ، همان بهتر که زودتر رهاش کنیم .
23. رویا پردازی که کار آفرین هم باشد ، می تواند سرچشمه دگرگونی های بسیار شود .
24. پندار های خواب و بیداری ما ، اگر ادامه یابند و با کار همراه شوند ، بی شک کم کم ساخته خواهند شد .
25. سخن و مهر پاک ، بر روان آدم پلید ، کارساز نیست .

33- فرگرد توانایی و کوشش

1. همکاری های گروهی ، بهروزی و توانایی در پی دارد .
2. بدهکار ، فر و جایگاه خویش را به بازی گرفته است .
3. سپاسگذاری از دیگران ، نشان فرمندی و توانایی است .
4. اندیشه برتر ، در روزهای توفانی و آشوب و همچنین آسودگی و آرامش ، توانایی برتر خویش را از دست نمی دهد .
5. آنگاه که تلاش می کنیم همه چیز را به زور ، در چنگ خویش داشته باشیم ، دستمان ، خالی تر از هر زمان دیگری است .
6. آنگاه که شب فرا رسید و همه پدیدگان فرو خفتند ، ابردریاها به پا می خیزند، آیا تو هم بر می خیزی ؟
7. آنکه نمی تواند از خواب خویش ، برای فراگیری دانش و آگاهی کم کند ، ارزش برتری و بزرگی ندارد .
8. کارگزاران شایسته ، کارهای مهم را ، بدست ناتوانان نمی سپارند .
9. با اشک ریختن ما ، ناتوانان ، توانا نمی شوند ، باید توانا شد و آنگاه کمک نمود .
10. آدم توانا ، دیگران را ناتوان نمی نامد .
11. امیدوار مباش دیگران همواره همراهیت کنند ، باید دست بر زانوی خویش گیری .

12. آنانکه برای بهروزی آدمیان کوشش می کنند ، شایستگان دوران خویش هستند .
13. پایداری و کوشش ، کلید هر در بسته ای است .
14. برای نوآوری و آفرینش نباید بدنبال رخدادی ناگهانی بود ، این هدف ، با کار و کوشش بدست می آید .
15. سازگاری با زیستگاه و کوشش برای بهتر شدن جایگاه امروزی ، ویژگی آدمهای خردمند است .
16. آدمی ، به آرامی می آموزد که نباید برای هر کاری ، همه زندگی و اندیشه اش را درگیر سازد .
17. باور درونی ، نیروی شتاب دهنده ، پرتاب شدن به سوی ایده هاست .

34- فرگرد غم

1. تباهی زندگی ، برآینده کاشتن تخم غم است .
2. از مردم غمگین ، نمی توان ، امید بهروزی و پیشرفت کشور را داشت .
3. کار و همچنین کوشش های اجتماعی ، بهترین آرام کننده ، روان های پریشان و غمگین است .

4. یاران سوگوار خویش را ، تنها نگذاریم ، باید آنان را ، به زندگی دلگرم سازیم .
5. با بازگویی رخدادهای بد زندگی ، خویش را نیازاریم .
6. از دیگران نخواهیم ، رخدادهای اندوهناک گذشته خویش را ، برایمان بازگویند .
7. اندوه گذشته را نباید خورد ، که بیماری ساده را ، کشنده می کند .
8. غمگین مباشید ، چرا که خوشبختی ، می تواند از درون تلخ ترین روزهای زندگی شما ، زاده شود .
9. آدمهای بزرگ و اندیشمند ، بسیار اشک می ریزند .
10. نواهای غمناک ، بدن و روان آدمی را پژمرده و نابود می کند .
11. از شنیدن آهنگ ها ، داستانها و رویدادهای غم انگیز ، دوری کنیم .
12. غم ، سیاهچال توانایی هاست .
13. کسی که همواره ، ساز ناله اش کوک است ، دمامد زندگی خود و نزدیکانش را ، تلخ و تاریک می کند .
14. برای گرامیداشت یاد رفتگان ، گیاهی بکاریم ، شیرینی ببخشاییم ، با اشک و سوگواری ، راه به جایی نمی بریم .
15. خوشبختی را ، در کاشانه غم پرستان ، جست و جو مکن .
16. تنها بزهکاران ، از دیدن اشک دیگران ، شاد می گردند .

17. نیرنگ ، همراه غم پرستان بیمار است .
18. از آدمیانی که به دنبال غم هستند ، باید هراسید .
19. کسی که دوران شادمانی اش را ، به خاکستر غم و اندوه می کشد ، بیماری بیش نیست .
20. زندگی ، پهنه غم و اندوه نیست ، اندک زمانی است ، برای شادی و بالندگی .

پایان

کرج - سیزدهم تیرماه هزار و سیصد و نود دو خورشیدی