

---

فلسفه  
سفره هفت سینی نوروز  
هفت قدم جاودان

فریبرز رهنمون

---

سفره نوروزی در دوران اسلامی هفت سین نامیده شد تا آخوندها جشن نوروز را ممنوع نکنند. زمان آشکار کردن سفره نوروز برای جوانان امروز ایران فرا رسیده است. اجداد ما ایرانی ها خردمند بودند. آنها فرهنگ خود را **مزدا یسینی** نامیدند - مردمانی که به خرد ارج می گذارند.

به گفته فردوسی  
ازو هر چه اندر خورد با خرد دگر بر ره رمز و معنی برد  
خصوصیات سیر، سیب، سمنو، سنجد و ... نمایان خرد نیست  
راز سفره نوروز  
هفت گام در زندگی به سوی خودشناسی در گاتاهای زرتشت نهفته است

براستی، دانش اشا(۲)

که از اندیشه و خرد نیک (۱) سر چشمه گرفته  
که پیش از این هرگز شناخته نشده  
میان دانایان و در هستی

از آن است که راهنمای خوب (۳) پدید می آید که هرگز بکاستی نمی رود

و می افزاید پارسای (۴) را

و ما را بسوی رسای (۵) راهنمای می کند

زرتشت - گاتا - یسنا - هات 28 بند 3 (ف ر)

و کسانى که درستکار هستند (۴) را میستایم

برای کارهای نیک و خرد نیگ که

هماهنگ با خرد در هستی هست

آنها هدفشان نیگ خواستشان خشنودی

و پاداششان پارسایی، نیک نامی (۶) و ستایش است

زرتشت-گاتا-یسنا هات 28 بند 10 (ف ر)



هفت گام در زندگی به سوی خودشناسی

- ۱- از منش خود نیک استفاده کنید. **بهمن**
  - ۲- با استفاده از منش نیک به راستی ها دست یابید. **اردیبهشت**
  - ۳- با راستی (اشا) بدست آمده شهریاری کنید و با قانون و راه و روش درست زندگی کنید. کارهای نیک و کالاهای خوب تولید کنید. **شهریور**
  - ۴- با شهریاری نیک، جامعه نیک و درستکار با خواسته ها و اهداف نیک بوجود میآید. **اسفند**
  - ۵- کسانی که در جامعه نیک زندگی می کنند می توانند به رسایی برسند.  
رسایی در حرفه و کار. **خرداد**
  - ۶- کسانی که به رسایی می رسند **جاوید نام** می شوند. نام نیکشان در یادها جاودانه می شود. **امرداد**
  - ۷- کسانی که به رسایی می رسند به خد می آیند ، **خودشناسی** - رسیدن و یکی شدن با خدا درون.  
آفرینش خرد (گر به خود آیی به خدایی رسی).
- پس هفت سینی را روی میز بگذارید و با هر چیزی که خوشتان می آید آنها را پر کنید. نام آنها، تعداد و نوع اقلام موجود در سینی مهم نیست. همه چیز را داخل هفت سینی بگزرید. زیرا هفت نماد هست. هفت گام به سوی خودشناسی در زندگی.

