

اندیشه نیک



کردار نیک

گفتار نیک

سرودهای زرتشت

برگردان به فارسی
موبد رستم شهزادی

گردآورنده:

www.zoroaster7.persianblog.com

به خشنودی اهورامزدا

پیش از آغاز

گات ها از کهن ترین و سپنتا ترین بخش های اوستاست که از خود اشو زرتشت به یادگار مانده. گات ها جمع گات به چم سرود یا شعر و گفتار منظوم است. گات در زبان پهلوی به گاس تبدیل شده و به فارسی گاه گوئیم. در علم موسیقی امروزی ایران هنوز واژه گاه به معنی آهنگ یا نت موسیقی باقی مانده، مانند سه گاه و چهار گاه. در زبان سانسکریت، گات به صورت گیت git در آمده که بعدها به عربی جیت یا جید تلفظ می شود و تجوید به معنی خواندن قرآن با آهنگ و وزن می باشد. به طور کلی کهن ترین ادبیات هر قومی را سرود یا شعر یا مناجات تشکیل می دهد، زیرا مردم می توانند شعر و ترانه و سرود را به آسانی از بر کنند و به خاطر بسپارند. ادبیات منشور بعدها پیدا می شود که آن هم پس از پیدایش خط و نوشتار به وجود می آید. بنابراین اهمیت و تقدس گات ها در میان ایرانیان از روزگار بسیار باستان شناخته شده بود، به طوری که اوستاهای بعدی همه آیات گات ها را به نیکی و احترام نام می برند، از جمله در یسنای ۵۷ که به نام ستوت یشت معروف است آمده: " ما می ستاییم کسی که برای نخستین بار گات های اشو زرتشت را بسرود" در وندیداد که کتاب فقهی دین زرتشتی است، در فرگرد ۱۹ بند ۳۸ از پنج گات های زرتشت یاری می طلبد و در نخستین کرده ویسپرد نیز از گات های زرتشت به طور جداگانه نام می برد و به هر یک درود می فرستد. یکی از دلایل تقدس زیاد و اهمیت فوق العاده گات ها، از میان دیگر بخش های اوستا، این است که تمام اصول دین و آموزش های کیش زرتشتی در آن گنجاینده شده است، گرچه دیگر بخش های اوستا را نمی توان از نقطه نظر یادگارهای کتبی فقهی و تاریخی و علمی و حماسی و آیینی کم اهمیت تر دانست، ولی هیچ کدام از لحاظ دارا بودن مفاهیم و معانی ژرف خدانشناسی و بیان دلکش و ارزش مینوی به پای گات ها نمی رسند. به راستی می توان گفت که گات های اشو زرتشت کتاب اصول دین زرتشتی و بخش های دیگر اوستا فروع دین و شریعت و فقه زرتشتی است. گات

ها دارای پنج بخش است که روی هم به هفده "ها" یا "هات" تقسیم شده است و چون نگینی در میان یسنا جای دارد. گات های پنج گانه عبارتند از:

۱- اهنود شامل هفت هات ۲۸-۲۹-۳۰-۳۱-۳۲-۳۳-۳۴

۲- اشتود شامل چهار هات ۴۳-۴۴-۴۵-۴۶

۳- سپتمد شامل چهار هات ۴۷-۴۸-۴۹-۵۰

۴- وهوخشتر شامل یک هات ۵۱

۵- وهیشتوايشت شامل یک هات ۵۳

کتاب های دیگر اوستا عبارتند از:

۱- یسنا ۲- ویسپرد ۳- یشت ها ۴- ونیداد ۵- خرده اوستا

۱- با دستهای برافراشته به سوی تو ای مزدا با فروتنی تمام پیش از همه چیز خواستارم که بهره ای از خرد مقدس خود را به من عطا فرمایی تا به همراهی درستی کردار و ضمیر پاک بتوانم خوشبختی روان آفرینش (همه جهان) را فراهم سازم.

۲- ای اهورا مزدا بشود که با اندیشه نیک به تو نزدیک شوم و با پیروی از هنجار هستی به ارزش نیروهای تن و روان خود پی برم تا بتوانم راستی جویان را به سوی روشنی و خرمی و زندگانی نیک هر دو جهان رهبری کنم.

۳- ای اهورامزدا-من این سرود های ستایش خود را آن سان که پیش از این کسی نسروده است نیازت می کنم-ای روان راستی و ای نیک اندیش واقعی- از تو درخواست می کنم تا در جهان نیروی فنا ناپذیر معنوی ات پرتو افکند. اینک که تو را با ستایش خود فرا می خوانم به سویم شتاب و مرا از خوشبختی و کامیابی راستین برخوردار ساز.

۴- هنگامی که با منش پاک تو را با سرود های ستایش فرا می خوانم , آگاه هستم که مرا برای رهبری روان مردم جهان گماشته ای و از پاداشی که تو ای مزدا اهورا برای کردار نیک می بخشی خبر دارم و آماده ام تا زمانی که مرا تاب و توان است به مردم بیاموزم که به سوی راستی راه پویند.

۵- ای راستی کی به تو خواهم رسید؟ کی مانند دانایی از بخشش منش پاک خشنود خواهم شد؟ چه وقت به فرمان برداری از ندای دل و وجدان به سوی تو راه خواهم یافت؟ کی خواهم توانست با زبان خویش و با بیان روشن آیین مقدس تو را به جهانیان بفهمانم؟ چه وقت توان آن را خواهم داشت که جنگ جویان و بدخواهان و راهزنان و گمراهان را به سوی راهی که از همه بهتر و برتر است رهبری کنم؟

۶- ای مزدا به سوی من آی و مرا از بخشش منش پاک و راستی برخوردار ساز- از تو می خواهم که به من زندگی دراز و نیروی سرشاری از مادی و معنوی ارزانی داری تا بتوانم بر کینه بدخواهان و دشمنی دشمنان راه تو پیروز گردم.

۷- ای اشا بهترین راستی را به من آشکار ساز- ای آرمئیتی خواهش و آرزوی مرا نسبت به گشتاسب شاه برآورده ساز. ای مزدا- ای سرور من، چنان کن که پیامبر تو بتواند پیروانی برای خود فراهم سازد تا به یاری آنان فرمان مقدست را در جهان بگستراند.

۸- ای اهورا- ای بهتر از همه و ای اشا، ای کسی که پیوسته با بهترین راستی هم اراده ای، آرزوهای مرا و همه یارانم از جمله نامور فروشوتر و کسانی را که اراده کنی برآورده ساز تا همه از بخشش نیک اندیشی در این جهان و بهشت جاودان در جهان دیگر برخوردار شویم.

۹- ای اهورامزدا- مبادا هرگز کار ناشایستی از من سرزند که مورد خشم تو قرار گیرم. ای راستی و ای سرچشمه پاک منشی پیوسته می کوشم تو را بستایم- ای کسی که آرزوهای ما را بر می آوری- تو را از ته دل درود می گویم، چه می دانم نمازی که از روی ایمان و اعتقاد کامل انجام گیرد به درگاهت پذیرفته خواهد شد- ای کسی که امید بهشت ما به سوی توست.

۱۰- ای مزدا اهورا، کسانی را که با درستی عمل و خلوص نیت ستایش تو را به جا می آورند کامروا ساز و آرزوهای آنان را برآورده فرما، چه به خوبی می دانم ستایشی که بدون ریا و عمل درست به درگاهت نیاز شود پذیرفته می شود و بازتاب نیک خود را بروز خواهد داد.

۱۱- چون از راه خلوص نیت و ستایش درست می توان به خدا که اصل راستی و پاک منشی است دست یافت، پس ای مزدا اهورا با نیروی خرد و کلام خویش مرا آگاه فرما که در روز نخست، این آفرینش چگونه هستی یافته و پایان آن چگونه پیش خواهد آمد تا من آن را به درستی به مردم بیاموزم.

۱- روان آفرینش (یا روح موجودات جهان) به درگاه آفریدگار به دادخواهی می پردازد و می گوید:

پروردگارا برای چه مرا آفریدی؟ چرا به من پیکر هستی بخشیدی؟ خشم و ستیز و کینه و زور مرا به ستوه آورده و برای من به جز تو دادرسی نیست. از تو درخواست می کنم برایم یاور و نجات دهنده ای فرستی تا بتواند زندگانی آسوده و خرمی به من بخشد.

۲- آن گاه آفریدگار جهان از اشا (که مظهر ضمیر پاک و هنجار آفرینش اهورامزداست) پرسید: چه کسی را تو به عنوان رهبر و نجات دهنده مردمان جهان می شناسی تا او را یاور و پشتیبان باشد تا ما به او نیروی آباد کردن جهان و گسترش راستی بخشیم؟ ای اشا چه کسی را به عنوان پیشوا و رهبر مردمان جهان معرفی می کنی که بتواند سپاه بدکاران و گمراهان را در هم شکند و خشم و نفرت را از جهان و جهانیان دور سازد.

۳- سپس اشا به اهورامزدا چنین پاسخ داد: آن پیشوا و رهبری که برای جهانیان برگزیده خواهد شد، نباید چون سلطانی بیدادگر و زورگو باشد، بلکه باید دادگر و مهربان باشد، ولی من در میان کسانی که در این جهان به سر می برند کسی را نمی شناسم که بتواند نیکوکاران را در برابر ستم پیشگان یاری کند. در واقع چنین کسی باید بسیار نیرومند باشد تا ما بتوانیم به موقع به یاریش برخیزیم.

۴- ای مزدا تو خود از همه بهتر می دانی که در گذشته چه کارهای ناشایستی از بدکاران و هواخواهان آنان سرزنده است یا در آینده سر خواهد زد. پس برای این ماموریت بزرگ یعنی رستگاری مردمان جهان اراده تو به هر که تعلق گیرد بدان خرسندم.

۵- بنابراین من و روان آفرینش با دستهای برافراشته از تو خواستاریم که مبادا هرگز نیکوکاران دچار رنج و آزار شوند و به پارسایان و کارگران درست کار از سوی بدخواهان رنج و آسیب رسد یا بر آن‌ها غالب شوند.

۶- آن‌گاه اهورامزدا که همه چیز را از خرد خویش در می‌یابد خطاب به اشا و روان آفرینش گفت: آیا یک رهبر دنیوی شایسته یا نجات‌دهنده روحانی را که سرشار از پاکی و راستی باشد نمی‌شناسی که من او را به عنوان پاسبان و نگهبان آفرینش برگزینم و ماموریت آرایش جهان را به او سپارم؟

۷- اهورامزدا به سخنان خود چنین ادامه می‌دهد: مگر این سرود مینوی خوشبختی افزا (اهونور) را که یگانه سرود آرامش بخش دلها و اراده اش با اشا یکسان است برای پیشرفت جهان و مردمان درست‌کردار نبخشیده‌ام. آن‌گاه اهورامزدا خطاب به وهومن یا خرد مقدس خویش کرد و گفت: ای وهومن کیست آن رهاننده‌ای که تو بر خواهی گزید تا بتواند مردمان را یاری کند و از گمراهی برهاند؟

۸- یگانه کسی که (به نظر من) آیین مقدس را پیروی می‌کند و اندیشه راستین را می‌گستراند، همانا زرتشت اسپنتمان است، تنها اوست که خواستار آموزش آیین راستین و سرودهای ستایش‌مزداست. بنابراین، برای پیش‌برد کارش ما به او زبانی سخنور و گویا و گفتاری دل‌پذیر و شیوا خواهیم بخشید.

۹- آن‌گاه روان آفرینش با بانک بلند فریاد زد: آیا من باید بدون چون و چرا، رهبری و پشتیبانی چنین ناتوانی را بپذیرم و به سخنان او گوش دهم؟ در صورتی که من در آرزوی فرمانده و سرداری توانا و سلحشور بودم تا بتواند با بازوان نیرومند خود مرا یاور و پشتیبان باشد.

۱۰- در این صورت، ای اهورامزدا و ای اشا از شما درخواست می‌کنم، به زرتشت نیروی معنوی و توانایی جسمی ببخشید و ای وهومن تو نیز به زرتشت نیروی اندیشه و هوش سرشار ارزانی دار تا از پرتو آن جهانیان را آرامش و آسایش بخشد. پس ای مزدا با پیشنهادت خشنود و خرسند خواهیم بود و زرتشت را به عنوان شایسته‌ترین مرد جهان به رهبری خود می‌پذیرم.

۱۱- ای مزدا- کی راستی و اندیشه نیک و توانایی مینوی به ما روی خواهد کرد؟ کی انجمن مغان و پیشوایان دین آیین تو را خواهند پذیرفت. اینک که یاور و پشتیبانی برایم برگزیده ای، آماده ام، او را بپذیرم و خشنودی او را فراهم سازم.

سرود سوم- یسنا-هات ۳۰

۱- اینک از برای کسانی که خواستار شنیدن حقیقت هستند سخن می گویم- این گفتار از سوی اهورامزدا سرچشمه راستی و نیک اندیشی است و هر که دانا و هواخواه راستی باشد، باید به آن گوش دهد، زیرا تنها با پیروی آن می توان به سرای درخشان فردوس راه یافت.

۲- ای مردم بیابید بهترین گفتار را به گوش هوش بشنوید و با اندیشه روشن در آن بنگرید و پیش از آن که فرصت از دست برود هر مرد و زن باید به شخصه میان راه درست (مزدپرستی) یا نادرست (دیوپرستی) یکی را برگزیند، بشود که به یاری مزداهورا در گزینش راه درست کامیاب شوید.

۳- آن دو نیروی هم زادی که در آغاز در اندیشه آدمی پدیدار شدند، یکی سپنتا مینو یعنی نیکی در اندیشه و گفتار و کردار و دیگری انگره مینو یعنی بدی در اندیشه و گفتار و کردار است. از میان این دو، دانا نیکی را برمی گزیند و نادان بدی را.

۴- هنگامی که این دو نیرو به هم رسیدند، هستی و نیستی (حرکت و سکون) پدیدار شد و تا هستی برقرار است بدترین زندگی و وضع روانی بهره پیروان بدی و بهترین زندگی و خوشبختی پاداش پیروان نیکی است.

۵- از میان این دو نیروی هم زاد، نادان زشت گرا بدترین کردار و خردمند راست گرا، که پیوسته خواستار نیکی و خشنودی پروردگار است، نیکی را که با خرد مینوی و ایزدی آراسته است، بر می گزیند.

۶- از میان این دو نیرو، نادانان چون نمی توانند نیک را از بد تمیز دهند، در هنگام مشورت با بداندیشان و فریبکاران، دیو فریب فرا رسد و آنان را به گزینش زشت ترین اندیشه وادار سازد و سپس برای انجام کار زشت ناگزیر به سوی خشم و زور روی آورند و بدین وسیله زندگی آدمیان را به تباهی کشانند.

۷- کسانی که از نیروی ایزدی و نیک اندیشی و راستی برخوردار باشند و فرشته مهر و دوستی در وجود آنان راه یافته باشد، در انتخاب راه نیک کامیاب می شوند و به پاداش آن در دو جهان بهره نیک یابند.

۸- هنگامی که کیفر اهورایی بر گناه کاران فرا رسد و بدان به جزای زشت خود رسند، آن گاه جهان را نیروی پاک منشی فرا خواهد گرفت و با پیروی از راه ایزدی، در پایان، بدی به دست نیکی شکست می خورد و دروغ به بند راستی در می آید.

۹- ما خواستاریم از زمره کسانی باشیم که جهان را به سوی پیشرفت و آبادی و مردم را به سوی راستی و پارسایی ره نمایند. بشود که مزدا ما را یاری فرماید تا با نیروی اندیشه و دل (عقل و عاطفه) به سرچشمه دانایی پی بریم.

۱۰- بدکاران پس از رسیدن به سزای زشت خود، پشیمان می شوند و اندیشه و دل آنان به سوی نیکی خواهد گرایید و آن گاه اشا و خرد پاک به یاری آنان می شتابد و در گزینش راه درست به آنان یاری می دهد.

۱۱- ای مردم اگر از قانون ازلی که مزدا برقرار داشته است، آگاه می شدید و از خوشی و پاداش نیک راستی و رنج و پادافره زشت کژی در این جهان و سرای دیگر با خبر می شدید آن گاه کاری می کردید که همیشه روزگارتان به خوشی بگذرد.

سرود چهارم-یسنا- هات ۳۱

۱- ای مردم اینک شما را از پیامی آگاه سازم که تا حال کسی نشنیده است، و فرمانی که شنیدن آن برای بدکاران و دروغ پرستان ناگوار خواهد بود، ولی برای کسانی که از ته دل به مزدا ایمان آورده اند، دل پذیر می باشد.

- ۲- از آن جایی که برگزیدن بهترین راه برای مردم کار دشواری است، من که زرتشت هستم برای رهبری شما برگزیده شده‌ام. رهبری که اهورامزدا گواه راستی و درستی گفتار اوست- باشد که همه برابر آیین مقدس مزدا زندگی کنیم.
- ۳- من شما را از پاداش و سزایی که اهورامزدا برای گروه نیکان و بدان مقرر داشته آگاه خواهم ساخت و به شما خواهم گفت سرانجام کسی که به پیروی راه دین مزدا برآید چیست؟ مزدا این‌ها را از زبان و کلام خود به من آموخت و فرمان داد تا آن را به جهانیان برسانم.
- ۴- بنابراین، من از اهورامزدا پیوسته درخواست می‌کنم، مرا در این کار بزرگ یاری فرماید تا بهترین راه زندگی را به مردم بیاموزم و از نیروی خرد و راستی و عشق الهی آرزومندم مرا توانایی بخشند تا بر دروغ پرستان چیره شوم.
- ۵- ای مزدا- در پرتو اشا بهترین راه را به من بنما تا هم خود در آن گام بردارم و هم پاداش شادی بخش پیروی از آن را به دیگران بیاموزم. مرا نیز از منش پاک برخوردار ساز تا از حال و آینده مردمان جهان آگاه شوم.
- ۶- کسی که راه راست را به مردم بیاموزد و دیگران را از پیام فرخنده و جاودانی مزدا آگاه سازد، بشود که از بهترین پاداش نیک برخوردار شود و از نیروی اهورایی که در پرتو پاک منشی به دست آید بهره مند شود.
- ۷- ای مزدا- ای اندیشمند بزرگی که از روز نخست افلاک را با نور خود روشن ساختی و با نیروی خرد خویش به این درستی و خوبی نظم و هنجار دادی- ای کسی که همواره یکسانی، فروغ ایمان و نور پاک منشی را بر همه ما بتابان.
- ۸- ای مزدا- هنگامی که تو را با نیروی خرد و اندیشه ژرف جست و جو کردم و با دیده دل نگریستم دریافتم که تویی سرآغاز و سرانجام همه چیز- تویی سرچشمه خرد و اندیشه و تویی آفریننده راستی و پاکی و تویی داور نیک کردار مردمان جهان.

۹- ای اهورامزدا- تویی آفریننده جهان مادی و خرد مینوی و تویی که به مردم جهان اختیار انتخاب راه نیک و بد دادی تا بنا به اراده خود یا به سوی رستگاری شتابند یا به گمراهی گرایند.

۱۰- از این دو راه آن که نیک اندیش و در پیشبرد نیکی کوشاست راه رستگاری را اختیار کند و آن کسی که بداندیش و کاهل و تن پرور است، راهی را برمی گزیند که جز از رنج و سختی بهره ای نخواهد برد.

۱۱- ای مزدا هنگامی که در روز نخست با خرد خویش به کالبد ما جان بخشیدی و به ما نیروی اندیشه و قوه تمییز نیک از بد دادی- از آن روزی که در تن خاکی ما جان و روان دمیدی و به ما اراده و نیروی گفتار و کردار ارزانی داشتی، خواستی که هر کس بنا به اراده خود و با آزادی کامل راهی را که خود صلاح داند برگزیند.

۱۲- بنابراین، از همان آغاز هر کسی خواه طرفدار راستی یا دروغ- خواه نادان یا دانا، بنا بر ندای دل و اندیشه خود عقیده خود را آشکار می سازد. ولی در عین حال خرد مقدس اهورایی پیوسته آماده است تا کسانی را که در انتخاب راه سرگردان و در شک و تردیدند، راهنمایی کند.

۱۳- اهورامزدا از هر کار آشکار و نهان مردم آگاه است و گناهان کوچک و بزرگ همه را با دیدگان روشن بین خود می بیند و پیوسته همه کارها را برابر قانون ابدی خویش پاداش و جزا می دهد.

۱۴- ای اهورا، می خواهم از نتیجه اعمال مردمان چه در گذشته و آینده با خبر شوم و بدانم چگونه در این جهان و جهان دیگر پارسایان و نیکوکاران به اجر و پاداش کردار نیک خود می رسند و چه سان بد کرداران و گمراهان به جزای بد خود گرفتار می شوند.

۱۵- آری تنها اهورامزداست که کیفر کارهای مردم را در گذشته و حال و آینده به درستی خواهد داد. چه او برای کسانی (چون دشمنانم) که پیوسته دروغ پرستی و بد کرداری را رواج داده اند و جز از نفاق افکنی و آزار طرفداران با ایمانم قصد دیگری ندارند، سزایی مقرر داشته ای و حساب همه کارهای نیکان و بدان را در روز واپسین مد نظر خواهی داشت.

۱۶- هر دانایی که برای پیشبرد راستی از میان مردمان برای خوشبختی باشندگان خانه ها، شهرها و کشورها تلاش کند و آنان را به پیروی از راه راستی فراخواند، چنین کسی از هواخواهان اهورامزدا به شمار است.

۱۷- کدام یک از این دو بزرگ تر است، کسی که دانا و پیرو راستی است یا آن که به دروغ و گمراهی گرویده است؟ پس دانا باید راه نیک را به دیگران نشان دهد تا مبادا نادان سرگشته بماند- ای اهورامزدا ما را در شناسایی راه نیک یآوری فرما.

۱۸- هرگز به گفتار و آموزش دروغ پرست و گمراه گوش ندهید زیرا چنین کسی خانه و ده و شهر و کشور را به ویرانی و تباهی کشاند. پس باید آنان را از خود دور سازید و به خود راه ندهید.

۱۹- ای مردم به گفتار دانایان و نیک اندیشان گوش فرا دهید، زیرا راهنمایی و آموزش آنان درمان بخش روح و زندگی است. ای اهورامزدا، این گونه دانایان را به وسیله فروغ و نیروی خود زبانی شیوا و گفتاری دل نشین بخش تا بتوانند در گسترش آیین راستی کامیاب شوند. گرچه ای اهورامزدا تو خود با داوری درست خویش از ضمیر همه آگاهی و پاداش و سزای پویندگان راه راستی و دروغ را به خوبی خواهی داد.

۲۰- کسی که پیرو راستی است جایگاهش در هر دو جهان در سرای شادی و روشنی خواهد بود، ولی دروغ پرست و گمراه زمانی دراز در سرای تاریکی با ناله و افسوس به سر خواهد برد. این هر دو دسته پاداش و جزای خود را به دست خود و با کردار خویش فراهم می سازند.

۲۱- کسانی که از روی رساییِ اندیشه و کردارِ نیک خود به اهورامزدا گروند، از بخش کمال واقعی و جاودانی و راستی و پاک منشی و نیروی معنوی برخوردار شوند. چنین کسانی به راستی به دوستان و هواخواهان اهورا به شمار خواهند آمد.

۲۲- کسی که دانا و خردمند است، با منش نیک خود حقیقت را دریافت خواهد کرد. چنین کسانی با نیروی معنوی و گفتار نیک خود از آیین راستی پشتیبانی می کنند و نسبت به مزدا اهورا وفادارند و شایسته ترین یار و مددکار مردم به شمار می روند.

سرود پنجم-یسنا-هات ۳۲

۱- برای رسیدن به خوشبختی و بخشایش اهورایی، باید همگی شما ای خویشان و همکاران و یاران و همچنین شما ای گمراهان روی به سوی خدا آرید. پروردگارا بشود که ما همه پیامبر پیغام تو باشیم و کسانی را که دشمن نام و راه تو هستند از خود دور نگه داریم.

۲- ای اهورامزدا از روی خرد مقدس و نیروی سروری خویش دعای ما را مستجاب فرما و مهر پاک و دوستی کامل و رسا را به یاری ما فرست تا همه با هم یک دل شده یکدیگر را از خود دانیم.

۳- ای دیو پرستان و گمراهان، شما و هواخواهانتان و همه کسانی که به شما احترام می گذارند، از گروه کژمنشان و تیره دلانی هستید که مدتهاست کردار زشتتان در هفت کشور زمین بر همه آشکار و به بدی شناخته شده اید.

۴- شما اندیشه مردمان را از راه راست منحرف کرده و آنان را به ارتکاب زشت ترین کارها واداشته اید. از این روی شما از یاران دروغ به شما می روید، زیرا از خواست اهورامزدا گریزان و از آیین مقدسش روگردانید.

۵- ای دیوان همان گونه که اهریمن زشت کردار با اندیشه پلید خود شما را فریفته و به امید و نوید رسیدن به سروری و بزرگی، شما و هواخواهانتان را به کردار زشت

و داشته است، همان گونه شما نیز، مردمان را گمراه ساخته و از زندگی خوش و جاوید بی بهره کرده اید.

۶- شخص گناهکار و گمراه ممکن است برای مدتی با کارهای زشت خود کامیاب و پیروز شود، ولی اهورامزدا از خرد خویش به گُنه اندیشه هر کسی پی می برد و کردار همه را به درستی داوری می کند و سرانجام برابر قانون ابدی او سروری و پیروزی نیکی و راستی همه جا را فرا خواهد گرفت.

۷- هیچ یک از این گناه کاران از درس زندگی و واکنش نیک کار و کوشش آگاه نیستند و از داوری و کیفر پروردگار بی خبرند- ای اهورامزدا، تو تنها از فرجام کار مردم آگاهی و از واکنش گناه مردمان به خوبی باخبر می باشی.

۸- از میان این گنه کاران جمشید و پسر ویونگهان به خوبی شناخته شده است، چه او برای جلب رضایت خود و مردم جهان استفاده از لذت های جهان مادی را به مردم آموخت(نه معنوی را)، ولی مزدا در داوری روز واپسین درباره من چنین قضاوت نخواهد کرد(چه من برای پیشرفت روان مردمان کوشیده ام، نه جسم مادی آنان).

۹- آموزگاران دروغ تعالیم مقدس را تحریف می کنند و با آموزش های نادرست خویش، اساس زندگی مردم را به هم می زنند. چنین کسانی همه را از بخشش گران بهای عقل و خرد و به کار گماردن اندیشه درست و راست باز می دارند. ای مزدا از دست چنین کسانی با روح و قلب خود، به تو پناه می آورم.

۱۰- چنین کسانی آموزش های کتاب مقدس را که می گوید به زمین و نعمت های آن و به خورشید حیات بخش و عناصر سودمند جهان به دیده احترام بنگرید، گفتاری پوچ می شمارند و بدکرداران را پول و رشوه می دهند تا نیک اندیشان را بیازارند و کشتزارها و خانه های آنان را ویران کنند و بر ضد پیروان راه راستی سلاح به کار برند.

۱۱- چنین کسانی پیوسته به نابودی زندگی مردمان کوشند و مردان و زنان آزمند را با مال جهان بفریبند و به این وسیله آنان را از راه راست و درست زندگی منحرف کنند و با این کارها اندیشه پارسایان را پریشان و زندگی آنان را تباه می سازند.

۱۲- با این آموزش ها، آنان مردم را از کردار نیک باز می دارند و حیوانات را با فریاد شادی قربانی می کنند و با گفتار گمراه کننده عده ای را که چون کورانِ با چشم و کرانِ با گوشند، با آشوب و غوغا به جان خلق اندازند تا خود بتوانند با جور و ستم بر مردم سروری کنند.

۱۳- با هر نیرویی که این پیشوایان دروغین دینی خواسته باشند با منش زشت خود بر مردم سروری کنند، در پایان به تباهی زندگی خودشان خواهد انجامید، ولی هر زمانی که اینان از کردار زشت خود پشیمان شوند و در پی پیام راستین برآیند پیامبر خدا آنان را می پذیرد و به سوی راستی هدایت می کند.

۱۴- دیر بازی است که این گروه گمراه کننده که چشم و گوش خود را به عمد بر حقیقت بسته اند، از خیل هواخواهان دروغ یاری می جویند تا به مردم بفهمانند که با هدیه گوشت حیوان قربانی شده و اشام سکرآور (هوم) می توان تباهی و مرگ را از خود دور داشت.

۱۵- ولی سرانجام، مردم ستم دیده از این دو دسته پیشوایان دروغین و فرمانروایان ستمگر به تنگ آیند و با شورش علیه آنان، دشمنان خود را نابود کرده و تن و روان خود را در هر دو جهان آزاد خواهند ساخت.

۱۶- آموزش های مرد پارسا برای هوشمندان از همه چیز سودمند تر است. ای اهورامزدا، ای کسی که در همه کارها پیروزمندی، رنج و آزار دشمنان را از ما دور دار و ما را یاری فرما تا خشم و دشمنی بد خواهان را با سخنان مهر آمیز خود دور گردانیم.

۱- بر هر کس بایسته است که برابر قانون ازلی (اشا) که آیین بنیادین زندگی است رفتار کند، چه داور بزرگ در روز واپسین نسبت به نیکان و بدان و هم چنین آنان که بدی و نیکی شان برابر است، از روی بی نظری داوری خواهد کرد.

۲- کسی که با اندیشه و گفتار و کردار با بدی پیکار کند و با دست و زبان از پیشرفت بدی بکاهد یا یکی از بدکاران را به راه راست رهبری کند، چنین کسی خشنودی اهورامزدا را فراهم می سازد و از یاوران نیکی به شمار است.

۳- کسی که یکی از طرفداران راستی را خشنود سازد، خواه آن کس خویش یا بیگانه باشد، یا این که یکی از بندگان نیک خدا را یاری دهد، چنین کسی از بوستان بهشت و خرم راستی برخوردار خواهد بود.

۴- ای مزدا تو را ستایش می کنم و خواستارم روح نافرمانی و گژاندایشی از پیروانم دور شود. هم چنین خیره سری و بداندیشی از همکارانم و فریب و دشمنی از نزدیکانم و نکوهش و ناسزاگویی از پیشوایان و کشاورزان و دروغ از دوستانم بازداشته شود.

۵- برای رسیدن به آرمان خویش و رهبری درست مردمان از سروش (نیروی فرمان برداری و ایمان) یاری می خواهم. آرزومندم که از زندگانی دراز و تندرستی و نیک اندیشی برخوردار شوم و به یاری آشا به پایه رسایی که پیشگاه اهورایی است برسم.

۶- ای اهورامزدا همچون ستایشگر با ایمانی که در راستی و پاکی پابرجاست با دل و جان و با همه وجودم از تو درخواست می کنم که در انجام رسالتم در این جهان به درستی و راستی برآیم و در پایان به دیدار و هم پرستی تو سرفراز شوم.

۷- ای مزدا- ای بهتر از همه- در اندیشه ام راه یاب تا به درک تو نایل شوم، زیرا آرزومندم در پرتو راستی و پاک منشی بتوانم شنوندگانی را خارج از انجمن مغان به دست آورم تا بشود که همه مردمان به وظایف و تکالیف خود نسبت به خدا و خلق خدا آشنا شوند.

۸- ای مزدا ما را از حقیقت آگاه فرما تا به یاری اندیشه پاک، تو را به درستی بستاییم. اینک این سرود ستایش (مناجات) را که از راستی و دلی پاک سرچشمه گرفته است، بپذیر. باشد که در پرتو این دو نیرو (اندیشه و دل) به رسایی و جاودانی برسیم.

۹- ای مزدا تنها با نیروی خرد و بینایی دل است که می توان به سرچشمه راستی که پروردگار است، رسید، نعمتی که در پرتو آن راستی و درستی در افزایش خواهد بود. بشود که به یاری و رهنمایی بهترین اندیشه و دلی پاک از بخشش های راستی و بینایی برخوردار شویم.

۱۰- ای مزدا- به راستی که همه خوشی ها و رنج های زندگی آن چه بوده و هست و خواهد بود، از تو است که به هر کس به فراخور کردارش از روی دادگری خویش ارزانی می داری. بشود که ما را در پرتو منش پاک و شجاعت معنوی (خشترا) و پرهیزکاری (اشا) به والاترین بخشش ها برخوردار سازی.

۱۱- ای اهورامزدا- ای توانا تر از همه- مرا از ایمان پاک و استوار و خرد مقدس و شجاعت معنوی و فداکاری برخوردار ساز- آواز دلم را بشنو و هنگامی که به هر یک پاداشی در برابر کردارشان می بخشی، بدون در نظر گرفتن لیاقتم مرا مشمول آمرزش خویش ساز.

۱۲- ای اهورا- در اندیشه ام راه یاب و از پرتو ایمانی استوار و خردی پاک مرا رسایی و کمال مادی و معنوی بخش- ای مزدا ستایشم را به نیکی پاداش ده و به یاری اشا مرا نیروی پارسایی بخش و در پرتو خرد پاک مرا با عشق و مهر جهانی بیارای.

۱۳- ای اهورایی که از همه چیز با خبری- شادی و خرمی بی مانندت را همراه خشترا(نیروی معنوی) و وهومن(اندیشه پاک) به کسانی که به من گرویده اند بخشش فرما و به وسیله آرمئیتی(ضمیر پاک) دل های همه را روشن کن تا همه به خوبی سود پاکی اندیشه و دل را دریابیم.

۱۴- من که زرتشت هستم، برای فرمان برداری تو ای اهورامزدا همه هستی و تن و جان خود را با اندیشه و عشق واقعی به تو پیشکش و در راه پیشبرد پارسایی، همه کردار و گفتار و نیروهای خود را در راه خدمت به مردم جهان آماده کرده ام.

سرود هفتم- یسنا- هات ۳۴

۱- ای مزدا می دانم که در برابر نیاز گفتار و کردار نیک و ستایش پاک بندگان به آنان جاودانی و رسایی و نیروی معنوی خواهی بخشید- بشود که ما نیز با این نیازها در ردیف کسانی باشیم که با این نیروها به شناسایی تو و ضمیر خویش نایل می شوند.

۲- تنها با اندیشیدن به خدا و گام نهادن در راه پارسایی است که روان آدمی می تواند به مزدا نزدیک شود. پروردگارا، بشود که ما نیز با ستایش و کردار پارسایی به تو نزدیک شویم.

۳- ای اهورامزدا- با فروتنی تمام ستایش خود را به راستی و درستی(اشا) به تو پیشکش می کنم و آرزومندم که همه جهانیان را با نیروی منش پاک و خشترا(نیروی معنوی) برخوردار سازی، چه می دانم که هوشیاران و نیک اندیشان پیوسته از این نیروها برخوردار می باشند.

۴- ای اهورا- ما فروغ اندیشه نیک و پارسایی را که از وجود تو پرتوافکن است، خواستاریم، آن نور فروزانی که سبب راهنمایی و قوت قلب مردمان است و به کمک آن نور است که تو می توانی نیک را از بد و پاک را از ناپاک تمیز دهی، چه تویی دانای کل.

۵- ای مزدا چه شگرف است نیروی تو و چه توانا است فرمانروایی تو بر جهان- ما همه آرزومندیم که به یاری نیروهای تو، یعنی وهومن و اشا، بتوانیم در ماندگان و ناتوانان را از شر دشمنان دین و رهنزان راه تو در امان داریم.

۶- چون تو ای مزدا سرچشمه راستی و همه نیروها هستی، ما را رهبری فرما تا در پرتو نیروهایت دوران زندگی خاکی را چنان که بایسته است بگذرانیم و در پایان با روانی پاک به سویت بازگردیم.

۷- هر ستایشگر واقعی که معتقد به مهر و بخشایش اهورامزدا و سودمندی آموزش های دین او باشد، باید چه درگاه خوشبختی یا هنگام بدبختی با ایمانی استوار پابرجا ماند و به گسترش پیام مقدس بکوشد و یقین بداند که او پیوسته پشت و پناه همه ماست و پیروان راه خود را از پرتو مهر و نیروهای خود نگه می دارد.

۸- آنان که دچار شک و تردیدند، از کارها و کوشش های ما هراسان و نگران هستند، چه ما با پشتیبانی مزدا آماده روبه رو شدن با هر سختی و خطری هستیم و می دانیم که پروردگار یکتا با بد اندیشان و بد گفتاران و بد کرداران مخالف و از آنان روگردان است.

۹- آنان که به راه زشت کاری و بدگویی گام می نهند، در زمره بی خبرانند و راستی از آنان دور خواهد ماند. چه آنان خود را از فروغ دانش دور کرده اند و در نتیجه خوشبختی نیز از آنان دور خواهد ماند.

۱۰- ولی فرد دانا و خردمند با آگاهی از دانش خدایی چون هسته مرکزی حقیقت و راستی باید تبه کاران و نادانان را به پیروی از نیک اندیشی و نیک گفتاری و نیک کرداری وادارند و بی گمان آنان پس از شناخت راه راست و درست همه به سوی خدا روی خواهند آورد.

۱۱- پروردگارا- ما را از بخشش خرداد(رسایی و کمال مادی و معنوی) و امرداد(جاودانگی و نیک نامی) که از راه وهومن و اشا و خشترا(نیک اندیشی و پرهیزکاری و تسلط بر نفس) به دست می آید، بهره مند ساز تا در پرتو این فروزگان به آرزوهای نیک خود برسیم.

۱۲- کدام است آیین تو و چیست آرزوی تو ای اهورامزدا؟ چه ستایشی سزاوار توست! آن را آشکارا به من بنما تا از برکات انجام آن برخوردار شویم. پروردگارا به ما بیاموز که چگونه در پرتو راستی رهسپار راه تو باشیم.

۱۳- ای اهورا می دانم راه پاک منشی که به من نمودی راهی است که بر پایه آموزش های هوشیاران و خردمندان استوار است و آن آموزش ها می گوید هر کار نیکی که تنها به خاطر نیکی و راستی انجام پذیرد، سزاوار پیروی است و نتیجه آن همانا رسیدن به توست ای مزدا.

۱۴- پاداش گران بهای مزدا از آن کسی است که در کالبد جسمانی و جهان مادی با منش پاک به کار و کوشش پردازد و در آبادانی و پیشرفت جهان بکوشد و به این وسیله خواست پروردگار را برآورده سازد.

۱۵- اهورامزدا در آیین خود ما را از بهترین گفتار و کردار آگاه فرموده و برترین راه ستایش را به ما آموخته است. باشد تا با پیروی از علم و عمل یا گفتار و کردار نیک به یاری اهورا از یک زندگانی کامل که سرشار از راستی و درستی باشد برخوردار گردیم.

سرود هشتم- یسنا- هات ۴۳

۱- خوشبخت کسی است که خوشبختی دیگران را فراهم سازد. چنین است فرمان و خواست اهورامزدای چاره ساز. از این روی ما خواستاریم که با نیروی راستی و پایداری نیاز یکدیگر را برآورده سازیم. ای آرمئیتی، ای مهر خدایی ما را در زندگی از بخشش بینایی کامل و منش پاک برخوردار ساز.

۲- ای مزدا بهترین بخشش ها را که خودشناسی است به ما ارزانی دار- ای نورانی ترین نور معنوی به وسیله خرد مقدست ما را از دانش و منش پاک برخوردار ساز تا با پیروی از قانون اشا روزهای زندگانی خود را قرین خوشبختی و رسایی مادی و معنوی سازیم.

۳- پروردگارا کسی که ما را به راه راست و درست زندگی و رستگاری جهان مادی و معنوی رهبری کند، بهشت بهره اش ساز، آن بهشتی که پایگاه پرهیزگاران و پاک منشان و بارگاه قدس اهورایی است. بشود که به رهبری آنان ما به تو راه یابیم.

۴- ای مزدا من دریافتم که تویی توانا و پاک و داور دادگری که هر نیکی و بدی را پاداش و سزا می بخشی- ایمان من به تو ناگسستنی است. چون پاداش و سزای نیک اندیش و دروغ پرست را از زبانه آذر فروغمند و پاکت که جز از راستی و داد نیست برقرار داشته ای.

۵- آن گاه تو را مقدس شناختم ای مزدا اهورا که تو را سرآغاز و سرانجام همه چیز دانستم و دریافتم که تو از روز نخست نتیجه و بازتاب هر گفتار و کردار نیک یا بدی را مقرر فرمودی و داوری تو پیوسته بر این اصل است که بدی بهره بدان و نیکی پاداش نیکان است تا روز بازپسین.

۶- از آن دم که خرد مقدس مزدا در درون کسی راه یابد، نیروی معنوی و منش پاک در او پدیدار شود و آنگاه است که پیامبر تو خواهد توانست به او علم دین و دانش مینوی بیاموزد تا به وسیله آن آموزش ها، کشور پارسایی گسترش یابد و کسی نتواند پیروان تو را از راه راست و درست باز دارد.

۷- ای مزدا اهورا- هنگامی تو را مقدس شناختم که منش پاک به من روی نمود و واداشت تا بیندیشم که من کیستم و از کجا آمده ام و دریابم که وظیفه من در این جهان چیست و به طرفداری از کدام گروه (نیکان یا بدان) برخیزم؟

۸- آن گاه به خود پاسخ داده ، گفتم: من زرتشتم و تا آن جا که نیرو دارم دشمن سرسخت دروغ و پشتیبان استوار راستی خواهم بود تا زمانی که همه جهانیان به کشور جاویدان راستی راه یابند- از این روی همیشه ای مزدا تو را ستایش گر و با سرودهای نیایش، تو را خواهم ستود.

۹- ای خدای دانا، آن گاه تو را مقدس شناختم که وهومن (منش پاک) به من روی آورد و پرسید: چه راهی را با صمیم قلب، پیروی خواهی کرد؟ و من پاسخ دادم،

من راستی را که بهترین و والاترین راه است پیروی می کنم و تا آن زمان که نیرو دارم دل به این فروغ مینوی خواهم بست.

۱۰- پس ای منش پاک راه راست را به من بنما چه هماره خواهان آنم تا با نیروی آرمئیتی (آرامش وجدان) آن را بپیمایم. ای وهومن پیوسته به پرسش های ما پاسخ ده چه راهنمایی های تو چنان است که از جانب خدای بزرگ رسیده باشد و تنها این راهنمایی هاست که همه را توانایی و کوشایی می بخشد.

۱۱- آن گاه تو را مقدس دانستم ای مزدا اهورا که وهومن (خرد پاک) بر من ظاهر شد و راه راست را به من نشان داد و چون آن را دریافتم بر آن شدم تا به مردمان بیاموزم هر چند در این راه رنج و سختی کشم، راستی را که بهترین آیین است به آنان نشان دهم.

۱۲- هنگامی که فرمان سروش و اشا را از درون خود شنودم بر آن شدم تا راه راست و آیین درست را به مردم بیاموزم و دمی از آن سرنیچم و چون دانستم که این آیین راست و درست است با کوشش و اراده و جرات تمام تعلیم خواهم داد. باشد که من و پذیرندگان این دین کامروا گردیم.

۱۳- آن گاه تو را مقدس شناختم ای مزدا اهورا که خرد پاک به من روی کرد و پرسید: ای زرتشت آرزوی تو چیست؟ و من گفتم آرزومند یک زندگی دراز و سالم هستم تا بتوانم در برابر دروغ پرستان هر چه بیشتر ایستادگی کنم و بر آنان پیروز شوم.

۱۴- همان گونه که دوست مهربانی پیوسته پشت و پناه دوست خود است، ای مزدا مرا دستگیر و پشتیبان باش و نیرویی به من ده تا بتوانم آیین تو را به خوبی بگسترانم و به آنان که به فرمان تو و دستوره های تو گوش می دهند بیاموزم تا از دروغ پرستان روی بگردانند و با آنان بستیزند.

۱۵- هنگامی تو را مقدس شناختم ای مزدا اهورا که وهومن به سوی من آمد و مرا واداشت تا دریابم که برای نیرومندی روان بهترین چیز اندیشه و یاد تو در گوشه

خاموشی است و مرا آگاه فرمود که نباید هرگز به جلب رضایت و خشنودی دروغ پرستان برآمد، زیرا آنان راستی را بدترین دشمن خود می دانند.

۱۶- بنابراین من که زرتشت هستم آرمییتی (نیروی ایمان و وجدان) را برای خود برگزیدم. باشد که به یاری آن، نیروی راستی و پاکی چون خورشید تابان بر همه نورپاشی کند و آرمییتی و وهومن ما را به حسب کردار نیکمان پاداش و مزد بخشد.

سرود نهم- یسنا هات ۴۴

۱- این را از تو می پرسم ای اهورا، مرا آگاه فرما، چگونه تو را به درستی باید ستود؟ ای مزدا آن را به من، که چون جان تو را دوست دارم، بیاموز تا همه بتوانیم از این راه به حقیقت پی بریم و منش پاک به سوی همه ما روی آورد.

۲- از تو می پرسم ای اهورا، چه به راستی می خواهم بدانم، آیا سرانجام زندگی پارسایی خوشبختی در دو جهان است و کسی که برای رستگاری روان دیگران می کوشد، بهره نیک خواهد برد؟ این را مزدا می دانم که هر که به مردم مهر ورزد و برای رستگاری دیگران بکوشد، چنین کسی دوست تو و درمان بخش زندگی مردم خواهد بود.

۳- از تو می پرسم ای اهورا- چه به راستی می خواهم بدانم- جز تو چه کسی در روز نخست آفرینش را بیافرید؟ چه کسی به خورشید و ستارگان راه سیر بنمود؟ کاهش و افزایش ماه از کیست؟ این ها و بسا چیزهای دیگر را می خواهم به درستی بدانم.

۴- از تو می پرسم ای اهورا- چه به راستی می خواهم بدانم- جز تو چه کسی نگهدار زمین در پایین و سپهر در بالا است؟ جز تو چه کسی آفریننده آب و گیاهان است؟ جز تو کیست آن که به باد و ابر تندروی فرمود؟ جز تو چه کسی برانگیزنده منش پاک در مغزهای مردم است؟

۵- جز تو کیست آن هنرمند بزرگی که روشنایی سودمند و شب آرام بخش را بیافریدی؟
جز تو کیست ایجاد کننده خواب و بیداری؟ و جز تو چه کسی پدید آورنده بامداد و
نیمروز و شب است که مردم را برای ادای نماز تو فرا می خواند؟

۶- از تو می پرسم ای اهورا- به راستی می خواهم بدانم- آیا روزی دانش واقعی و خرد
مینوی (آرمیتی) را به یاری ما خواهی فرستاد؟ چه می دانم ملکوت تو بر نیک منشی و
راستی استوار است و برای چه کسانی این جهان بارور و شادی بخش را بیافریدی.

۷- این را می دانم ای اهورا که تو از روز ازل نیروی معنوی و مهر و دوستی جهانی و
همگانی را بیافریدی، تویی آن کسی که از روی خرد مهر فرزند را در دل پدر و مادر
برانگیخته ای. ای مزدا آرزومندم که به وسیله خرد مقدس به تو نزدیک شوم و تو را
چنان چه باید بشناسم.

۸- ولی ای مزدا- چگونه می توان به اراده تو پی برد و راه و روش زندگی نیک منشی
و پارسایی را یافت و چگونه می توان روان خود را به سوی رستگاری دو جهان پیش
برد؟

۹- این را به راستی می دانم که روان پیروان آیین تو ای مزدا در هر دو جهان در
بهشت (بهترین جای) قرار خواهند گرفت و مردم تنها از راه پیروی راستی و پاک
منشی به کشور جاودانی تو راه خواهند یافت.

۱۰- به راستی ای مزدا چنین خواهد بود. چون راه و آیین تو بهترین ارمغان برای آدمیان
است و از آن جایی که این آیین با راستی یکسان است، پیروان آن را فراخی و آسایش
و رستگاری دو جهانی خواهی بخشید.

۱۱- ای مزدا- اینک که من به ارشاد مردم و آموزش راه تو پرداخته و با همه دروغ
پرستان به ستیزه برخاسته ام، مرا نگهدار و پشتیبان باش و خرد پاک را به یاری مردم
فرست تا به گفتار و آموزش هایم پی برند.

۱۲- از تو می پرسم ای اهورا- به راستی می خواهم بدانم که برای آموزش راهت
نخست به کدام سوی روی آورم، آنان که پیرو دروغ هستند یا آنان که طرفدار راستی
اند؟ و با دروغ پرستان چگونه رفتار کنم، مگر آنان دشمن تو نیستند؟

۱۳- ای اهورا- آیا باید از پیروان دروغ و مردمان بی دین و ایمان دوری کنم و آنان را از خود برانم؟ چگونه باید با کسی که برای شنیدن راستی و گفتار خردمندانه دل بستگی نشان نمی دهد، رفتار کنم؟

۱۴- ای اهورا- آیا باید رهبری دروغ پرستان را به راستی خواهان واگذارم تا با آموزش کلام آسمانی روان آنان را از آلودگی پاک گردانند، یا باید با وارد ساختن شکست کامل به هواخواهان دروغ و تبه کاران، فریب و بدکاری آنان را از بین ببرم و بی اثر گردانم؟

۱۵- ای اهورا- هنگامی که سپاه دروغ پرست در برابر سپاه راستی صف آرایی کرده و به هم می تازد، آیا راستی را توانایی آن هست که دروغ را شکست دهد و طرفداران خود را نگهداری کند؟ چه وقت ای مزدا برابر قانون تو راستان را بر دروغ پرستان پیروزی خواهی بخشید؟

۱۶- ای اهورا- آن شخص دلیر و پیروزمندی که باید از روی دستور تو دین داران و راستی خواهان را در پناه خود گیرد و پیروز گرداند کیست؟ آن را با الهام به من باز گوی که کیست آن داور نجات دهنده دانایی که بدین کار گماشته ای؟ بشود که سروش (ندای وجدان) و وهومن (منش نیک) او را و همه آنانی را که دوست دار تو هستند یار و یاور باشند.

۱۷- ای مزدا- هنگامی که به دستور تو با جدیت تمام در راهی که نمودی رهسپار شوم، آیا سخنانم در مردم اثر خواهد کرد؟ و چنان چه نوید داده ای رسایی و کامروایی نهایی بهره نیکان و راستان خواهد بود؟

۱۸- ای اهورا- چگونه در پرتو اش(راستی و پاکی) به درک راه تو و حقایق زندگی پی خواهم برد؟ و ای مزدا- چه وقت از کمال و رسایی (خردداد) و جاودانگی(امرداد) برخوردار خواهم شد؟ و چگونه خواهم توانست این دو نعمت را به مردم جهان ارمغان کنم؟

۱۹- ای اهورا- آیا کسی که پیمان شکند و نیکان و پارسایان را در هنگام حاجت یاری نکند، چه جزایی برایش مقرر داشته ای؟ به راستی که چنین کسی برابر آیین تو در

سرای دیگر به پادافره کوتاهی در انجام وظیفه اش نسبت به هم نوعان گرفتار رنج و سختی نخواهد شد؟

۲۰- ای مزدا- چگونه ممکن است این دیوان بدکار که با جور و ستم و کشتار به فرمانروایی رسیده اند، از شهریاران خوب به شمار آیند و چگونه هواخواهان آنان که چون کرپان ها (کوران با چشم) و اوسیج (کران با گوش) هستند و برای خشنودی اربابان خود (کاوی ها) جهان را پر از بی دادگری و خونریزی کرده اند، از گمراهان به شمار نیایند؟ آری این بدکاران برای به دست آوردن نیرو و دارایی حاضرند جهانیان را از راه درست و راست دور نگهدارند.

سرود دهم- یسنا هات ۴۵

۱- ای کسانی که از دور و نزدیک برای آگاه شدن آمده اید. من برایتان سخن می گویم- همه گوش هوش فرادهید و بشنوید حقایقی را که برایتان روشن می سازم و بایسته است که آن را به خاطر بسپارید تا مبدا آموزگاران دروغ شما را گمراه کنند و با گفتار نادرست و فریبنده زندگانی شما را در دو جهان تباه سازند.

۲- من می خواهم از دو مینو یا دو گونه روش اندیشیدن در آدمی سخن گویم که یکی پاک و سپنتا مینویی است و دیگری ناپاک و انگره مینویی است. این دو، همیستار و مخالف یکدیگرند و هیچ کدام در اندیشه و گفتار و کردار و آموزش و آرزو و عقیده و روح یکسان و همانند نیستند.

۳- من می خواهم سخن بگویم درباره آن چه که پایه و بنیاد زندگانی نیک است و آن را از اهورامزدا دانای فرا گرفته ام. کسانی که این سخنان را بشنوند و برابر آن رفتار نکنند در پایان پشیمان می شوند و افسوس خواهند خورد.

۴- اینک سخن می گویم از راهی که برای زندگی بهترین راه ها است. راهی که از مزدا فرا گرفته ام و آن راه پیروی از اشا (راستی و درستی) است. راهی که پروردگار دانا، که چون پدری مهربان و نیک اندیش است، برقرار داشته تا با پیروی آن این زمین

بکر به وسیله کشاورزان کوشا بارور شود. آری مزدا از همه چیز آگاه است و نمی توان او را فریفت.

۵- من سخن می گویم از آن چه که مزدای پاک به من آموخت. سخنی که شنیدنش برای مردم بهترین آموزش هاست و آن این که، کسی به پایه رسایی و جاودانی خواهد رسید که به ندای وجدان خود گوش دهد و بدان ارج گذارد، چه خشنودی اهورامزدا از راه اندیشه نیک و کردار درست (آن چه که وجدان گوید) به دست می آید.

۶- من می خواهم سخن گویم از کسی که بزرگ تر و خیر خواه تر از همه است و او اهورامزداست. او به وسیله خرد و روان پاک خودش ستایش کسانی که او را می ستایند می شنود، آرزومندیم که با خرد پاک و ایمان درست به او دست یابیم و ما را از آن چه بهتر از همه است بیاگاهاند.

۷- اوست کسی که پاداش نیکوکاری و پادافره بدکاری را تا ابد برقرار داشته، خواه آن کردار در گذشته انجام یافته باشد یا در حال و آینده انجام پذیرد و آن این که روان پاکان و پرهیزکاران پیوسته شاد و خرم و روان بدکاران همیشه گرفتار رنج و شکنجه خواهد بود. این است فرمان ابدی که اهورامزدا با دانش خویش برای همیشه برقرار داشته است.

۸- از آن جایی که پروردگار یکتا را با دیده دل و از راه پارسایی شناخته ام، خواهم کوشید همه را به سوی او رهبری کنم و به مردم بیاموزم که اهورامزدا را تنها می توان از راه راستی با اندیشه و گفتار و کردار نیک شناخت و درود و ستایش خود را تنها به پیشگاه او تقدیم کرد.

۹- خردمند نیک اندیش کسی است که به دیگران می آموزد که اهورامزدا از همه بیشتر و بهتر سزاوار ستایش و پرستش است. اوست که داوری همه کارهای مردم را در دست دارد و به راستی تنها او سرور و آفریدگار همه آفرینش ها است. باشد که همه با منش پاک و کار نیک به او نزدیک شویم.

۱۰- اهورامزدا را باید با ایمانی کامل و از روی راستی ستود، چه او به ما نوید داده است که در پرتو راستی و نیک منشی و خویشتن شناسی (شهریور) می توان به رسایی و جاودانگی دست یافت و آن گاه است که ما را برای همیشه در کشور مینویی در فروغ بی پایان خویش جای خواهد داد.

۱۱- کسی که از پرستش دیوان و فرمان برداری از آنان روی بگرداند و به پروردگار یکتا و آیین پاکش روی آورد، اهورامزدا به چنین کسانی برابر وعده ای که فرموده چون دوست و برادر و پدر است، و راه اینان با دشمنان اهورامزدا کاملاً جد است.

سرود یازدهم- یسنا هات ۴۶

۱- پروردگارا- به کدام خاک روی آورم؟ به کجا رفته پناه جویم؟ دشمنانم مرا از دوستان و بستگان جدا کرده اند و آنان از من کناره می جویند. از بزرگان و فرمانروایان نادرست نیز خشنود نیستم و با این وضع چگونه می توانم در راه خدمت به تو ای اهورامزدا کامیاب شوم و آیین پاکت را گسترش دهم؟

۲- ای مزدا- می دانم چرا کاری از پیش نمی برم، چون داراییم اندک و یارانم کم اند- ای اهورا نظری به من افکن و چنان که دوستی به دوست خود یاری و دلداری دهد، مرا نیروی درونی و آرامش خاطر بخش و از پاداش نیک منشی ات مرا خاطر جمع ساز.

۳- ای مزدا- سپیده دم امید، کی به در آید و مردم چه وقت به سوی راستی روی آورند و دستور نجات دهنده خود را پیروی خواهند کرد؟ کی پیامبر تو با گفتار سود بخش خود در رستگاری روان مردم کامیاب می شود؟ ای اهورا فرشته نیک منشی را به یاری آنان فرست و مرا در انجام این وظیفه بزرگ کامروا گردان.

۴- پیروان دروغ نمی خواهند مردم به سوی راستی روند و می کوشند تا آنان را از پیشرفت در زندگی و آبادانی شهر و روستای خود بازدارند. چنین کسانی کردارشان زشت و ویران گر است. بی گمان کسانی که با تمام نیروی مادی و معنوی به دشمنی با آنان برخیزند، به راه راست و درست و آیین نیک اهورایی گام می نهند.

۵- هرگاه یکی از پیروان راستی، دروغ پرست بدکاری را به راه راست رهبری کند و به آیین اهورایی درآورد، بر اوست که به دیگر هم کیشان آگهی دهد تا آنان چنین کسی را از آزار بد اندیشان نگهداری کنند و یار و یاور او باشند. این است خواست و دستور اهورامزدا.

۶- ولی هرگاه شخص دانا و توانایی به یاری او برنخاست، خود از گروه بد کاران به شمار است، چه بدکار کسی است که بدکاری را یاری دهد و نیکوکار آن که نیکان را یار و یاور باشد. چنین است آیین و خواست اهورا از آغاز هستی.

۷- ای مردم- هنگامی که دروغ پرست و گمراهی در پی آزار و گزند ما برخیزد، به جز فروغ ایمان و اندیشه پاک چه چیز دیگر می تواند برابر قانون جاودانی مزدا ما را پشت و پناه باشد. ای اهورامزدا همه ما را از فرمان و دستور مقدس خود آگاه فرما.

۸- کسی که در پی تباهی دیگران بر می آید، مبدا از کردار بدش آسیبی به دیگران رسد و بشود که بدی و آزار او به خودش برگردد، چه برابر قانون تو ای مزدا خوشی و خوش بختی از بدکاران و آزار رسانندگان دور خواهد ماند.

۹- منم نخستین برانگیزنده ای که به مردم پیاموخت که تویی ای اهورامزدا، به پرستش سزاوار ترین، و بهترین داورِ کردار مردمان، و سرور راستی، و آفریننده پاکی. باشد که همه با اندیشه درست آن را دریابند و به کار بندند.

۱۰- می دانم ای مزداهورا که هر مرد و زنی که برابر آموزش و آیین تو در سراسر زندگی کاری را که بهتر از همه است به جای آورد، به پاداش آن، آن بخشش پاک منشی به او ارزانی خواهی داشت و او را به آسانی از پل چینود خواهی گذارند.

۱۱- کوی ها و کرپان ها و گروه دیگر مردم فریبان، همه را به سوی کردار زشت فرا می خوانند تا زندگی دو جهانی آنان را تباه سازند، ولی روان و وجدان آنان هنگامی که به سر پل چینود رسد در بیم و هراس افتد و تا زمانی دراز گرفتار دوزخ خواهد شد.

۱۲- هنگامی که فرزندان و نییرگان فریان تورانی راستی را دریافتند و به یاری ایمان پاک و شجاعت درونی خود دین نیک را پذیرفتند و منش نیک آنان را وادار ساخت تا به کشور جاودانی و دین مزدپرستی روی آورند، بی گمان در روز واپسین رستگار خواهند شد.

۱۳- از میان مردمان کسی که با فرمان برداری خویش سپنتمان زرشت را خشنود سازد، سزاوار هر گونه احترام است، به چنین کسی مزدا اهورا بهترین زندگی بخشد و منش نیک او را سزاوار فردوس برین گرداند. ما چنین کسانی را یار و یاور راستی خواهیم شناخت.

۱۴- به راستی یکی از این یاوران، شاه دلیر گشتاسب کیانی است، کسی که دوست و هواخواه راستی بوده و در گسترش دین بهی و بزرگداشت انجمن برادری (مغان) کوشش کرده است. بشود که اهورامزدا چنین کسانی را شایسته رسیدن به بارگاه خود گرداند و در سرای فردوس جای دهد.

۱۵- ای هچدسب و اسپنتمان و ای مردمان جهان آگاهتان سازم، هرگاه بخواهید نیک را از بد و دوست را از دشمن تمییز دهید، باید بکوشید تا برابر آیین اهورامزدا و قانون جاودانی او رفتار کنید، زیرا تنها در پرتو اش می توان به حق و راستی زندگی پی برد.

۱۶- ای فروشتر هوگوه- اینک که تو و یاران پارسا برای گستردن دین راستین به سرزمین های دیگر روی می آورید؛ امیدوارم کامیاب شوید. باشد تا مردم جهان را به کشور جاودانی راستی و نیک منشی راهنمایی کنید و بر فر و شکوه دین مزدا اهورا بیفزایید.

۱۷- ای جاماسب دانا از خانواده هوگوه- اینک که تو از کارهای روا و ناروا آگاه شدی و به ندایی که از درونت برخاسته است گوش فرا دادی و به پیروی و ستایش دین پرداختی، همیشه راستی (اشا یا ندای وجدان) را مشاور خود قرار ده و بی گمان بدان که اهورامزدا از همه چیز آگاه است و درست را از نادرست به خوبی بازشناسد.

۱۸- کسی که به راستی با من دوست باشد، من نیز او را به بهترین چیزی که دارم بشارت می دهم. ولی کسی که با من دشمن باشد، من نیز دشمن او خواهم بود. این است خواست مزدا و اشا و این است تصمیم من از روی خرد و هوش.

۱۹- کسی که آموزش های مرا به بهترین وجه برابر آیین مقدس به جای آورد، در این جهان بهترین زندگی پاداش اوست و در سرای دیگر در کشور جاودانی از خوشبختی واقعی برخوردار خواهد شد. این نکته را مزدا به من آموخته است.

سرود دوازدهم- یسنا هات ۴۷

۱- کسی که اندیشه و گفتار و کردارش از روی خرد پاک و برابر آیین اهورایی باشد، پروردگار دانا به او نیروی معنوی و شجاعت ذاتی و رسایی تن و روان خواهد بخشید.

۲- از آن جایی که اهورامزدا آفریدگار کل و پدر راستی است، بهترین زندگانی را بهره کسی خواهد ساخت که گفتارش همراه با نیک اندیشی و خرد پاک و کردارش برایمان و مهر خدایی استوار باشد.

۳- ای مزدا تویی آفریننده سپنتا مینو یا خرد پاک، ای کسی که جهان شادی بخش آفریدی تا از پرتو خرد و مهر جان آفرینت به مردمان آسایش و آرامش رسد و از نیروی آرمیتی یا ایمان به تو در صلح و دوستی به سر برند.

۴- ای مزدا با نیروی خرد پاکت، پیروان دروغ و بدی در پایان گرفتار شکست و نابودی خواهند شد، نه پیروان راستی و نیکی، چه در برابر فرمانت پیوسته مرد درستکار کمدرار به رستگاری و خوشبختی رسد و دروغ پرست مالدار گرفتار بدبختی و بی چارگی شود.

۵- ای مزدا- بی گمان دروغ پرستی که در کردار خویش پیرو بدمنشی است، هرگز بدون مهر و بخشایش تو از نعمت خرد پاک که به پیروان راستی وعده داده شده بهره مند نخواهد شد.

۶- ای اهورامزدا- کسانی که برای پیشبرد نیکی پیکار می کنند، بر آنان فروغ راستی و دانش ایزدی بتابان. باشد که برابر فرمان تو چنین کسان بسیار چیزهای نیک دریابند و کارهای بسیار نیکی انجام دهند.

سرود سیزدهم- یسنا هات ۴۸

۱- هنگامی که راستی بر دروغ چیره شود، برابر آن چه خواست توست بدکاران و نیکوکاران هر یک به سزا و پاداش خود رسند، تا آن گاه که مهر تو ای اهورا برانگیخته شود و بخشایش تو به دوزخیان روی آورد.

۲- ای اهورامزدا- مرا از زمان فرارسیدن رستاخیز و روز واپسین و یا هنگام چیرگی راستی بر دروغ آگاه ساز. بی گمان چنین واقعه بزرگی نشانه رسایی زندگانی معنوی آدمیان است و چنین آگهی برای مردم جهان مژده ای بزرگ خواهد بود.

۳- بشود که همه از بهترین دانش و خرد آگاه شویم، چه دانشی که اهورامزدا، خداوند خرد، به ما آموزد بی گمان مقدس، خردمندان و همیشه سودمند است. ای مزدا می دانم، تنها با کرداری که برانگیخته اندیشه نیک است، می توان به خوشبختی رسید.

۴- کسی که اندیشه خود را متوجه راه نیک یا بد کند، با گفتار و کردار ویژه خود شخصیت خود را در آن آشکار خواهد ساخت و اراده او پیرو همان راه خواهد شد، چه برابر آیین مزدا و خرد پاک او، هر کسی در دو جهان جای ویژه ای برابر خرد و وجدان خود خواهد داشت.

۵- بشود که فرمانروایان نیک و پاک بر ما فرمانروایی کنند، نه فرمانروایان بد و نادرست. چه پاکی و راستی از گاه تولد تا مرگ برای آدمی بهترین بخشش است. بشود که چنین فرمانروایان نیک و پاک برای خوشبختی ما در جهان فرمانروایی کنند.

۶- سپنتا مینو(خرد پاک) پناهگاه امن ماست، او به ما رسایی و جاودانگی، دو بخشش بزرگی خواهد بخشید که تنها از راه نیک منشی و ایمان پاک به دست خواهد آمد. آری ای مزدا می دانم که از همان آغاز این درست ترین راه زندگی است.

۷- خشم باید بازداشته شود. در برابر ستم و زور باید ایستادگی کرد. ای کسانی که در پاک منشی استوارید، برای پیشرفت و پیروزی راستی و درستی طرفدار و دوست دار راستی باشید، چه جای چنین کسانی در پایان، سرای اهورایی خواهد بود.

۸- ای مزدا- چیست پاداش شهریاری تو برای چون منی و یارانم. به چه میزان است بخشایش تو در هنگام رسیدگی به نامه کردارمان در روز واپسین از روی سنجش میزان ایمان و منش مان ای اهورا؟

۹- ای مزدا- آیا با نیروی اشا(ایمان به تو) خواهم توانست در برابر ستم و آزار دشمنانم پایدار و استوار بمانم؟ از تو می خواهم مرا از یاری و پشتیبانی خویش آگاه فرمایی، چون که یک سئوشیانت و خیرخواهی چون من باید از میزان پشتیبانی تو باخبر باشد.

۱۰- ای مزدا چه وقت مردم به حقیقت پی خواهند برد؟ کی این آشام پلید مستی آور برخوردار افتاد، چیزی که مردم فریبان زشت کردار به وسیله آن دیگران را می فریبند و هوش و خرد آنان را می زدایند؟

۱۱- کی ای مزدا، راستی و خرد ایزدی و شجاعت معنوی به زندگی افراد خانواده داخل خواهد شد؟ چه کسی آرامش زندگی را جای گزین ستم و بی دادگری خواهد کرد؟ به سوی چه کسانی بخشش نیک منشی فراخواهد رسید و از سودهای آن برخوردار خواهند شد؟

۱۲- به راستی کسانی از زمره سوشیانت ها و رهانندگان مردم جهان به شمار خواهند رفت که فرمان های مزدا و وظایف خود را با نیک منشی به جای آورند و بر ضد خشم و ستم به پا خیزند و آن را در هم شکنند.

سرود چهاردهم- یسنا هات ۴۹

۱- ای مزدا و ای اشا، بندوه تباه کار در برابر من ایستاده است و نمی گذارد غفلت زدگان را بیدار و به راه راست رهبری کنم- ای مزدا روی به من کن و با بخشش نیک منشی مرا نیرویی ده تا بر او و همانند او چیره شوم.

۲- این بندوه گمراه کننده یکی از دروغ پرستانی است که با آموزش های دروغین خود مدتی است مرا نگران کرده. این گونه مردم فریبان از راستی و خرد ایزدی گریزانند و هرگز در پی آن بر نمی آیند که با پاک منشان به پیوندند و با آنان از روی خرد و درستی به بحث پردازند.

۳- چون پایه دین مزدیسنی بر راستی استوار است، همیشه سودبخش است و از آن جایی که پایه دین دیو پرستی بر دروغ نهاده شده همیشه زیان بخش می باشد، از این روی من می خواهم مردم به پاک منشان پیوندند و هم بستگی خود را با دروغ پرستان بگسلانند.

۴- این دروغ پرستان بد کردار با زبان خویش در میان مردم رشک و خشم بر می انگیزند و مخالف آبادانی و پیشرفت جهان اند- به راستی بد کارانی که در پی گسترش کارهای زشت هستند، نظر به سرشت بد خویش همیشه راه دیوان را بر می گزینند.

۵- خوشی و فراوانی نعمت از آن کسی است که از خود گذشته و پاک منش باشد. چنین کسی به واسطه داشتن فروتنی و پارسایی سزاوار آن خواهد بود که دارای خرد ایزدی گشته و در کشور جاودانی اهورایی پیوسته به سر برد.

۶- ای مزدا از تو درخواست می کنم، وظیفه مرا که باید از روی خرد و راستی انجام یابد به من روشن سازی تا ضمن این که آیین تو را به درستی دریابم، بتوانم چنان چه باید به دیگران بیاموزم.

۷- بشود که هر کسی با اندیشه نیک توام با راستی این دین را فراگیرد، چون تنها اهورامزدا به درستی آگاه است که کدام یک از پیشوایان و سپاهیان و کشاورزان به این دین گرویده و در گسترش آن به من یاری می کند.

۸- ای مزداهورا- از تو درخواست می کنم، به فرشوستر و دیگر یارانم بهترین بخشش ارزانی داری تا با راستی و نیروی مینوی بتوانیم با هم پیک پیام تو باشیم.

۹- آن یاور کوشایی که برای خدمت به مردم برگزیده شده باید فرمان های مزدا را نیک به خاطر بسپارد و بداند که پیرو راستی نباید با دروغ پرستان آمیزش کند. تو هم ای جاماسب بدان که هر کس به گروه راستان پیوست در روز بازپسین (در پایان) از بهترین پاداش برخوردار خواهد شد.

۱۰- ای مزدا- من تن و جان و روان پیروان با ایمان راه راستی و پاک منشی و گروندگان به این آیین مقدس را در پناه و حمایت تو می سپارم، زیرا تویی توانای بزرگ و نیرومند و زوال ناپذیر.

۱۱- ولی روان زشت کاران و بدگفتاران و همه پیروان دروغ از خوی بد خویش پیوسته در شکنجه اند و در پایان به سرای دروغ جایی که منزل اصلی آنان است، راه خواهند یافت.

۱۲- ای مزداهورا- من که زرتشت هستم تو را با سرودهای ستایش خود آفرین می گویم و از تو درخواست می کنم ما را از بخشش بهترین راستی و خرد مقدس بهره مند سازی، زیرا این نعمت ها از بزرگترین بخشش های توست.

۱- ای اهورامزدا- در هنگام سختی و بدبختی تنها پرتو مهر تو هست که می تواند به روان ما آرامش و آسایش بخشد- آیا جز راستی و پاک منشی، که پرتوی از هستی توست، چه چیز دیگری به یاری و کمک من و پیروانم خواهد شتافت؟

۲- کسانی که در این جهان بخواهند زندگانی را با خوشی و آرامش به سر برند، چگونه باید رفتار کنند! بی گمان چنین کسانی باید در پرتو درخشان خورشید راستی و برابر آیین پاکت زندگی کنند. چنین کسانی چه در این جهان و چه پس از آن نیز به خوشی و جاودانی خواهند رسید.

۳- ای مزدا می دانم که تو نیک منشی و از خود گذشتگی و راستی را بهره کسانی می کنی که با کوشش تمام مردمان پیرامون خود را که هنوز پیرو دروغ اند به دین راستی در آورند.

۴- ای مزدا اهورا- تو را می ستاییم و آرزومندیم به یاری بهترین راستی و نیک اندیشی و نیروی معنوی همه ما پویندگان راهت بتوانیم پیوسته گوش به فرمان تو داشته باشیم و با استواری تمام پایداری کنیم و به آن چه تو در بهشت گروثمان به ما نوید داده ای برسیم.

۵- از آن فرازین گاه ای مزداهورا یاری و پشتیبانیت را برابر قانون اشا به کسانی بخش که پیوسته گوش به فرمان تو دارند و پیام مقدست را به جهانیان می رسانند، چه تنها کمک و یاری توست که می تواند ما را کامیاب گرداند.

۶- ای مزدا- من که زرتشت و دوستدار تو هستم آواز خود را با گفتار مقدس مانتره بلند می کنم. آرزومندم، پیوسته زبانم را با گفتار راستین بیارایی و با خرد پاکت مرا از نکته های باریک وظیفه های دینی ام آگاه سازی.

۷- از شما ای فروزگان مزدای توانا و ای پاسداران آزادی- ای اشا و ای وهومن که سزاوار بهترین نیایشید، با سرودهای خود خواهانم که به سوی من بشتابید و مرا در انجام رسالت خود به درستی یاری فرمایید.

۸- ای مزدا با دستهای برافراشته و سرودهای ستایش خود که پر از راز و نیاز به درگاه توست خواستارم، مرا چون دوستی با وفا و فروتن پذیری، تا بتوانم در پرتو اشا(ایمان) و وهومن (خرد پاک) به تو نزدیک شوم.

۹- اینک با سرودهای ستایش خود که از روی راستی و پاک منشی و نیروی روانی ام برخاسته آرزومندم پس از انجام رسالت خود و آشنا کردن مردمان از بهره و سودهای آیین مقدست با سرافرازی تمام به سویت بازگردم.

۱۰- پروردگارا همه کارهایی که در گذشته و حال انجام داده و می دهم از روی پاک منشی و راستی است و سرودهای ستایشم از دیدن آفرینش های نغز و زیبای تو چون خورشید تابان و سپیده دم روشن الهام می گیرد و می دانم که همه آفرینش ها ستایشگر تو اند ای مزدا.

۱۱- ای مزدا تا مرا تاب و توانست می خواهم ستایشگر تو باشم- ای فزاینده هستی. آری آدمی تنها از روی راستی(اشا) و پاک منشی(وهومن) می تواند کارهایی را که مورد پسند توست انجام دهد.

سرود شانزدهم- یسنا هات ۵۱

۱- نیروی نیک خویشتن داری نعمت بزرگی است که مزدا به کسی بخشد تا از روی خرد و راستی وظایف خود را به جای آورد. ای مزدا از تو خواستارم که آن را بهره ما بگردانی.

۲- ای مزدا اهورا- پیش از همه آفرینش های نیک تو را می ستایم و از روی راستی خواستارم که فروتنی و شجاعت معنوی و پاک منشی را که موجب رستگاری است، به کسانی ارزانی داری که تو را به درستی و بدون روی و ریا ستایش می کنند

۳- ای مزدا اهورا- پیش از همه آفرینش های نیک تو را می ستایم و از روی راستی خواستارم که فروتنی و شجاعت معنوی و پاک منشی را که موجب رستگاری است، به کسانی ارزانی داری که تو را به درستی و بدون روی و ریا ستایش می کنند.

۴- پروردگارا(از تو پرسشی دارم، چه می خواهم به راستی بدانم) چگونه مهر سرشار خود را به پیروان باوفایت نشان می دهی؟ از چه راهی به توبه درست یا نادرست گناهکاری پی می بری؟ راستی و دستی مردمانی را، که خود را پارسا و پرهیزکار می دانند، از چه راهی در می یابی؟ نیروی سرشار تو را در کار آفرینش و شهریارانی جاودانی تو را در جهان چگونه می توان دریافت؟

۵- همه این پرسش ها از سوی کسی است که او را به رهبری مردمان برگزیده ای- کسی که نسبت به تو فروتن و فرمانبردار است. کسی که می خواهد راستی و درستی را به مردم بیاموزد و کسی که خواهان است جهانیان را به رازهای آفرینش و هنجار هستی آگاه سازد.

۶- در پایان اهورامزدا- به کسی که راه نیک را پیروی کرده باشد و زندگانی خود را برای خشنود ساختن او به سر برده باشد پاداش جاودانی خواهد بخشید؟ همچنین زشت کردارانی که فرمان او را به جا نیاورند به جزای بد گرفتار خواهد ساخت؟

۷- ای مزدا- ای کسی که (سپنتا) زمین (و خرداد) آب و (امرداد) گیاهان را آفریدی. ای کسی که تنها برآورنده نیازهای بندگانی- به من رسایی و نیروی تن و جاودانی روان و خرد پاک ارزانی دار تا پیوسته آیین تو را با استواری و پایداری به دیگران بیاموزم.

- ۸- هر دانا و خردمندی باید دیگران را از پیامد کردار نیک و بد آگاه سازد و بیاموزد که پایان کارهای زشت بدبختی و سرانجام کارهای نیک خوشبختی است.
- ۹- پاداش و سزایی که اهورامزدا در روز بازپسین به نیکان و بدان می دهد، برای همه ما نشانه آن است که سرانجام بدی چیزی جز بدبختی و پایان راستی چیزی جز خوشبختی نخواهد بود.
- ۱۰- کسی که در پی آزار و تباهی دیگران است، دشمن نیکی و فرزند دروغ و گمراهی به شمار است. چنین کسی دارای اندیشه ای نارسا و فهمی ناتوان و منشی زشت است. همه باید بکوشیم تا راستی و درستی را در میان مردم رواج دهیم و اندیشه و خرد آنان را کامل سازیم.
- ۱۱- به راستی، دوست زرتشت کسی است که طرفدار راستی و پیرو خرد خدادادی باشد، کسی که خواهان پارسایی و نیک اندیشی است. چنین کسی شایسته هموندی انجمن برادری مغان(موبدان) خواهد بود.
- ۱۲- پیروان کاوی هرگز زرتشت اسپنتمان را خشنود نساخته اند، گر چه افرادی از این گروه کوشیده اند با اندیشه ای رسا راه نجات خود را در زندگی دریابند و به رستگاری برسند.
- ۱۳- گمراهان و دروغ پرستان که به فرمان خدا و راه درست زندگی ارجی نمی نهند و با فریب دیگران آرامش زندگی مردم را بر هم می زنند، بی گمان روز واپسین روانشان بر سر پل چینود به بیم و هراس می افتد و از کردار و گفتار بد خویش پشیمان خواهند شد.
- ۱۴- کشاورزی و آبادی زمین و پرورش چارپایان سودمند از آموزش های زرتشت است. کرپان ها این پیشوایان دروغین نمی گذارند مردم به کشاورزی و آبادانی زمین پردازند و به جای پرورش دام ها قربانی آنان را به مردم می آموزند. بی گمان در پایان نتیجه کردار زشت و بدآموزی های خود را خواهند دید و گرفتار دوزخ خواهند شد.

۱۵- همان مزد و پاداشی که زرتشت در انجمن برادری مغان از آن سخن رانده است، بهشت گروثمانی است که اهورامزدا از آغاز مقرر داشته و آن پاداش، تنها بهره کسی خواهد بود که پارسا و نیک منش باشد.

۱۶- کی گشتاسب به یاری انجمن برادری آیین بهی را با پاک منشی برگزید و به راه پارسایی با اندیشه و خرد نیک گام نهاد. باشد که مزدا اهورای پاک برابر قانون ابدی خود همه را به سوی راستی رهنمایی فرماید.

۱۷- فرشوستر هوگوه با خشنودی، زندگی خود را در راه خدمت به آیین مقدس پیشکش نمود. بشود که مزدا اهورا او را برای ایمان پاکش، بهره راستی و رستگاری ارزانی دارد.

۱۸- جاماسب هوگوه آن دانای خردمند نیز به آیین راستی درآمد. بشود که اهورامزدا از برای ایمان پاکش او را از دانش رسا و منش پاک برخوردار سازد و هم چنین به همه کسانی که به دین بهی ایمان می آورند، بهره نیک منشی و دانایی ارزانی دارد.

۱۹- میدیوماه اسپنتمان نیز پس از آن که از روی نیک منشی و دانش راستین، این دین را پذیرفت، دریافت که برای خوشبختی دیگران باید در راه آموزش دین بهی کوشا باشد، چه پیروی از آیین مزدا برای مردم جهان بهترین چیز است.

۲۰- ای کسانی که با اندیشه نیک پاک به ما پیوسته اید و با منش پاک و راستی و فروتنی در پیشبرد آیین راست و درست کوشا هستید، بشود که مزدا بنا به وعده خود پناه و پشتیبان همه شما باشد و به خوشی جاودانی برسید.

۲۱- در پرتو خرد پاک و ایمان درست می توان به حقیقت رسید. چنین کسی راه راست را در می یابد و با اندیشه و گفتار و کردار نیک خود همه را به راه راست رهبری می کند. ای اهورامزدا از تو درخواست می کنم، بخشش و خرد پاک را به همه ارزانی داری.

۲۲- از میان مردمان، کسی که به درستی و راستی و بدون تظاهر و ریا ستایش خود را به اهورامزدا پیشکش کند، پروردگار دانا آن را به خوبی در می یابد- خواه آن ستایش در گذشته یا حال باشد. من چنین کسانی را گرامی می دارم و با ذکر نام از آنان سپاس گذاری می کنم.

سرود هفدهم- یسنا هات ۵۳

۱- برترین آرزوی زرتشت اسپنتمان برآورده شد، چه اهورامزدا از راه آشا به آیین او زندگانی جاوید بخشید و حتی آنا که دشمن دینش بودند آن را پذیرفتند و پیروی می کنند.

۲- برای خشنودی مزدا باید همه از روی میل با اندیشه و گفتار و کردار نیک برای گسترش بهترین دین و انجام کارهای نیک به آموزش مردم بپردازند. پیامد این کوشش هاست که کی گشتاسب و فرشوستر هواخواه زرتشت شدند و از سوی اهورامزدا چون سئوشیانت ها در آموزش راه درست دین به مردم کامیاب گردیدند.

۳- و تو ای پورو چیست، ای جوان ترین دختر زرتشت از خاندان هچت اسپ، من که پدر تو هستم (جاماسب) را که یاور دین مزداست از روی راستی و منش پاک به همسری تو برگزیده ام، اینک برو با خردت مشورت کن و در صورت پسندیدن او، با عشق پاک در انجام وظیفه مقدس زناشویی بکوش.

۴- ای پدر، پس از ژرف اندیشی، من (جاماسب) را پسندیدم و دوست دارم و با ته دل به او مهر خواهم ورزید و او را به عنوان شوهر آینده خود مانند پدر و بزرگ تر و راهنمای خود خواهم پذیرفت. بشود که مزدا اهورا بخشش نیک اندیشی را همیشه بهره ما سازد.

۵- ای نوعروسان و دامادان، روی سخنم با شماست، به اندرزم گوش دهید و گفتارم را به خاطر بسپارید و با غیرت در پی زندگانی پاک منشی برآیید. هر یک از شما باید در کردار نیک و مهرورزی بر دیگری پیش دستی جوید تا این زندگانی مقدس زناشویی را با شادی و خرمی به پایان رسانید.

۶- ای مردان و زنان، راه راست را دریابید و با منش پاک آن را پیروی کنید و هیچ گاه گرد دروغ و خوشی های زود گذر زندگی که تباه کننده خوشبختی شما در آینده است نگردید، زیرا لذتی که با بدنامی و گناه همراه باشد چون زهر کشنده ای است که به شیرینی در آمیخته و همانند خورش دوزخی است. با این جور کارها زندگانی گیتی و مینوی خود را تباه مسازید.

۷- ای جوانان و همسران، پاداش پیروی از راه درست و راست زندگی را پروردگار به کسی بخشد که هوا و هوس و خودخواهی و آرزوهای باطل را از خود دور سازد و بر نفس خویش چیره شود، زیرا کوتاهی و غفلت در این راه پایانش جز ناله و افسوس نخواهد بود.

۸- فریب خوردگانی که دست به کردار زشت زنند گرفتار بدبختی و نیستی خواهند شد که سرانجامش خروش و فریاد و ناله است. ولی زنان و مردانی که به اندرز و راهنمایی من گوش دهند آرامش و خوشی زندگی بهره شان خواهد بود و سختی و رنج از آنان دور می شود و به نیکنامی جاودانی می رسند.

۹- پیروان راه بد مردم نیک را خوار شمارند و دیگران را بر ضد آنان وا می دارند. اینان چون فرمانبر نفس خویش اند، دین داران را پست شمارند و می کوشند تا آنان را آلوده سازند. کیست آن سرورِ دادگری که با تمام وجود بر ضد آنان برخیزد. ای مزدا تنها تو می توانی با نیروی خود دین داران درست کردار و نیک اندیش را یار و یاور باشی و آنان را نیکوترین پاداش و مزد بخشی.