



**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

**[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)**



## پیغام عشق

قسمت چهارصد و شصت و چهارم





خانم نرگس از نروژ



با سلام و عرض ادب

دم ده و عشوه ده ای دلبر سیمین بر من  
که دمم بی دم تو چون اجل آمد بر من  
مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۱

در مسیر معنوی، در این لحظه، ما یا دم زندگی را تجربه می کنیم، یا عشوه آن را، که هر دو لازمه بیداری ما از خواب ذهن است. ممکن است ما همیشه توقع داشته باشیم، با کار کردن روی خود، شاهد دم زندگی و شادی بی سبب در خود باشیم، در حالیکه هنوز ما دارای همانیدگی هستیم. در این صورت، پس چگونه زندگی می تواند همانیدگی های ما را به ما نشان دهد؟

عشوه زندگی برای شناسایی همانیدگی ها در ما صورت می گیرد. این عشوه زندگی ممکن است به صورت اتفاقات ناخوشایند از منظر ذهن، یا پیام های هشداردهنده از عارفان زنده به حضور باشد. اینجاست که زندگی از ما می خواهد که از منظر او نگاه کنیم، نه از منظر ذهن.

بنده امر توام خاصه در آن امر که تو  
گویی ام: خیز نظر کن به سوی منظر من  
-مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۱

بلکه باید فقط با فضاگشایی و چشم دل، به این اتفاقات و پیغام ها نظر کنیم و پیام آن را دریافت کنیم، چرا که این لحظه زندگی و عارف زنده به حضور از صد پدر و مادر به ما دلسوزترند.

هم دم و هم عشوه زندگی از روی رحمت و لطف است و آن برای شناسایی از همانیدگی ها در ماست. چرا که من ذهنی هیچ وقت نمی تواند همانیدگی را در ما شناسایی کند.

کی تراشد تیغ دسته خویش را  
 رو به جراحی سپار این ریش را  
 مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲

پس همواره، در این لحظه، باید شکرگزار این پیام‌ها (حتی دردمند) باشیم و از آنها در جهت بیداری و واهمانش و دقیق‌تر کردن نور افکن روی خودمان بهره ببریم.

چراکه در مسیر معنوی، وقتی همانیدگی‌ای را شناسایی می‌کنیم، به صورتهای مختلف توسط زندگی امتحان می‌شویم، تا آن همانیدگی مرحله به مرحله و به تدریج انداخته شود.

گاهی ممکن است یک همانیدگی، با یک شناسایی انداخته شود، ولی گاهی برخی همانیدگی‌ها، در ما ریشه عمیق‌تری دارند و ما با دادن امتحان‌های مختلف به شکلهای مختلف، آن همانیدگی را شناسایی می‌کنیم، تا آن‌گه، یا باور، یا درد، از ما انداخته شود.

پیغام‌های زندگی و عارفان، ما را هشیار می‌کنند که قبل از رسیدن این چالش‌ها و امتحانات، هشیار شویم و با حضور تیزتر، آمادگی شناسایی و در دام همانیدگی‌ها نیفتادن را، داشته باشیم و دچار اشتباه مکرر نشویم.

آن زمان که دیو می‌شد راه زن  
 آن زمان بایست یاسین خواندن  
 مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴۰

در صورتیکه چشم دل ما به پیام زندگی و عارف زنده به حضور باز باشد، با پذیرش کامل، نور افکن را بر روی خودمان تیزتر می‌کنیم و همانیدگی و مقاومت خود را می‌بینیم. خواهیم دید که بقایای همانیدگی‌ها در ما به کمین نشسته‌اند و اگر قاطعانه آنها را لا نکنیم، در فرصتی با پایین آمدن هشیاری ما، بالا آمده و ما را دچار مقاومت و واکنش خواهند کرد.

یکی از خطرات در مسیر معنوی، این است که ذهن، توهمی در پس زمینه برای ما می‌سازد که همانیدگی ما شناسایی و انداخته شده است، یا اگر چیزی باقی مانده، توان تسلط بر ما را ندارد. ولی ناگهان در چالش یا اتفاقی با بالا آمدن آن غافلگیر می‌شویم و دچار مکر من‌ذهنی و اشتباه مکرر می‌شویم و فرصت فضاگشایی را از دست می‌دهیم.

حزم چه بود؟ بد گمانی در جهان  
دم به دم بیند بالای ناگهان  
مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱

مثلا اگر رنجشی در ما هست، زندگی در فرصتهای مختلفی ما را امتحان می کند که آیا آن را می اندازیم و یا برای ارضاء آن رنجش، با انتقام گیری یا بدگویی و عیب جویی از من ذهنی تقلید می کنیم، یا برعکس به صورت ناظر آرام، آن را تماشا می کنیم و با انرژی ندادن به آن، آن را ضعیف می کنیم، تا آن رنجش از ما بیافتد.

از مقامات تَبَتُّل تا فنا  
پایه پایه تا ملاقات خدا  
مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

با تقدیم عشق و احترام   
نرگس از نروژ 





خانم یلدا از تهران



-تأیید و توجه نخواستن

همه ما که ذره‌ای مزه فضای گشوده شده و آرامش، شادی بی سبب و عشق جاری از آن را چشیده‌ایم همین که هیجانات منفی می‌آید، به ذهن می‌افتیم و این شراب ایزدی قطع می‌شود طلب فضاگشایی و برگشت به همان سمن زار رضا را در خودمان حس می‌کنیم. در خودم شناسایی کردم هیجانات مثبت و خوشی‌های این جهانی نیز درست مثل هیجانات منفی من را از آن فضا بیرون می‌کشند و به کبر و تفاخر ذهنی می‌اندازند. فرقی این است که هیجانات مثبت ناشی از تأیید و توجه خواستن از جهان مثل سمی است که چند روز بعد اثر کشنده‌اش معلوم می‌شود و من چون اول مست غرور این باده می‌شوم، نمی‌بینم که سمن زار رضا آشفته شده است.

یکی از پیامدهای نشناختن ارزش ذاتی خود، ارزشمند شدن به وسیله گرفتن تأیید و توجه از مردم است. من ذهنی می‌خواهد این لحظه به هر قیمتی دیده شود. هر من ذهنی در هر حرکت و حرفی چشمش به دهان مردم است. بنابراین بدون این که بدانیم برده و اسیر انسان‌ها شده‌ایم و برای جلب تأیید آن‌ها می‌کوشیم. تلاش برای محبوب بودن زندان است اولین نتیجه‌اش این است که انسان مریدِ مرید خودش می‌شود.

ما برای حفظ کسانی که ما را دوست داشته باشند، تأیید کنند، توجه بدهند نیروی زیادی صرف می‌کنیم. هیچ موقع در ذهن متوجه این صرف انرژی نمی‌شویم، اما اگر کمی سطح هشیاری مان بالا بیاید می‌بینیم ما خلاقیت و نوبه‌نو بودن را کنار می‌گذاریم از ترس این که مریدانمان ممکن است نپسندند. ما حرفی که باید بزنیم یا کاری که باید بکنیم را نمی‌کنیم از ترس این که طرد شویم. اگر این بنده، مرید، یا هر چیزی را نداشتیم این لحظه فضا را باز می‌کردیم و از آن فضا فکر و عمل می‌کردیم، بی‌قضاوت، بی‌ترس، بدون شک، بدون فکر کردن به نتیجه و دست‌آورد و کلاً بی‌من! بنابراین یکی از بزرگ‌ترین دام‌ها برای ما و یکی از بزرگ‌ترین موانع زنده شدن تأیید و توجه خواستن از مردم است.

که اشتهارِ خلق، بند محکم است  
در ره، این از بند آهن کی کم است؟  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴۶

حضرت مولانا به ما می گوید: شهرت، آوازه، دیده شدن، تأیید و توجه مردم بند محکمی بر هشیاری حضور ما است و این بند کم از زنجیرهای آهنی نیست. چه بسا بدتر هم هست برای این که ما عمق فاجعه‌ای که ایجاد می کند، را نمی بینیم. شهرت طلبی لزوماً به معنای هنرپیشگی نیست همین که ما می خواهیم در فامیل یا سرکار زبانزد باشیم و همه در مورد ما و دست آوردهای ما صحبت کنند، این بند آهنی را در گردن خود انداخته ایم. اشتهار خلق و این که به ما آفرین بگویند یکی از انگیزه‌های ما برای برتر درآمدن است.

در هوای آنکه گویندت: زهی  
 بسته‌ای در گردنِ جانت زهی  
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۰

به هوای آن که مردم دائماً به ما آفرین و احسنت بگویند طنابی در گردن هشیاری خدایی مان انداخته‌ایم. هرچه ما بیشتر گدای تأیید مردم باشیم طناب را محکم‌تر فشار می‌دهیم و راه عبور برکت ایزدی را می‌بندیم. زمانی که ما مردم را در مرکزمان می‌گذاریم و تأیید و توجه خواستن یکی از ارزش‌های مرکز همانیده ما می‌شود، ما از طریق آن‌ها می‌بینیم. من ذهنی عاشق این است که معشوقه باشد و پرستیده شود، عاشق این است که مرید داشته باشد. یکی از دلایلیش این است که ما در ذهن به شدت ناامن هستیم، می‌خواهیم با جمع کردن مردم دور خودمان و تأیید آن‌ها حس امنیت به دست آوریم. فکر می‌کنیم هرچه بیشتر مردم شبیه ما فکر و عمل کنند پس به این معنی است که ما داریم مسیر درست را می‌رویم و حس امنیت کاذب پیدا می‌کنیم. غافل از این که حس امنیت و دانش تنها باید از مرکز عدم بیاید چرا که حس امنیتی که از جمع بیاید اولاً آفل است، دو روز هست بعد دوباره ترس‌های ما بالا می‌آید. آخر چه طور ممکن است چیزی که پایدار نیست و قرار ندارد به ما قرار بدهد؟

فرم اگر دل ما بشود ما هم بی قرار می شویم. ثانیاً تأیید و توجه خواستن از مردم و بت شدن زهر است. هر کسی که ستایش می شود زهر در جانش ریخته می شود و سطح هشیاری اش پایین می آید.

تو بدان فخر آوری، کز ترس و بند  
چاپلوست گشت مردم روز چند

هر که را مردم سجودی می کنند  
زهر اندر جان او می آکنند

چونکه برگردد از او آن ساجدش  
داند او کان زهر بود و موبدش

—مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۷۴۳ تا ۲۷۴۵

ما افتخارمان این است که مردم به خاطر ترس و نیازهای روانشناختی‌شان یک مدت چاپلوسی ما را می‌کنند. خیلی از تعریف‌هایی که مردم از ما می‌کنند شاید ناشی از حسادتشان باشد یا شاید بخواهند با تعریف از ما دیده شوند و به چشم بیایند آن وقت ما با این تعریف‌ها باد می‌کنیم و مست غرور کاذب ذهن می‌شویم؛ غافل از این که مردم به هرکسی سجده می‌کنند موقع سجده کردن زهر را به جان او می‌ریزند. هرکسی ما را تأیید می‌کند و سجده می‌کند اگر ما در مراحل اولیه کار روی خودمان هستیم و اگر او با ذهنش این تأیید را انجام می‌دهد، دارد من را تحریک کرده و بزرگ می‌کند. خیلی اوقات احترام مردم غیراصیل و با من ذهنی‌شان صورت می‌گیرد چون از ما چیزی می‌خواهند.

اگر مردم به خاطر خاصیتی مثل زیبایی ما، جوانی ما یا دانش ذهنی ما به ما توجه می کنند همین که آن خاصیت از بین برود این سجده کنندگان هم دست از تأیید ما برمی دارند آن موقع است که ما متوجه زهری که به جان ما ریخته اند، می شویم. زهر بود چون باعث خودبزرگ بینی کاذب ما و حس جدایی از مردم و از زندگی شد. ما با کبر، خودمان را از زندگی بی نیاز می بینیم. موقعی که دل ما مادی است عاشق این هستیم که تافته جدا بافته باشیم و برتر از همه در بیاییم. ما از مطالب عرفانی و مذهبی استفاده می کنیم تا دیگران را حبر و سنی کنیم اما در واقع قصد ما نمایش خودمان و برتر درآمدن است. می خواهیم به مردم بگوییم شما ایراد دارید اما ما راه هدایت را پیدا کردیم، خدا نظر ویژه به ما داشت حالا شما بیایید ما شما را اصلاح کنیم و دنبال ما راه بیفتید. بیایید ما را تأیید کنید و دور ما جمع شوید.



او چه داند امر معروف از سگی  
طالب معروفی است و شهرگی

تا بدین سالوس خود را جا کند  
تا به چیزی خویشتن پیدا کند

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۴۹۷ و ۳۴۹۸

ما در من ذهنی با مرکز سگی می خواهیم، معروف شویم قصدمان امر به معروف و نهی از منکر نیست. تا با این حقه بازی من ذهنی مان را جا بیندازیم و بگوییم منم هستیم، منم مهم هستیم. ما حتی از مذهب یا عرفان هم استفاده می کنیم که تأیید جمع را به دست بیاوریم. هرگونه باور دینی یا علمی را به خودمان می چسبانیم و خودمان را نمایش می دهیم. اما تا می خواهیم این ها را به مردم نشان دهیم، این ها می افتند و نمی توانیم درست نشان دهیم یا عمل ما شهادت می دهد که این ها اصیل نیستند. حضرت مولانا از ما می پرسد:

چند دزدی حرف مردان خدا

تا فروشی و ستانی مَرَحَبَا؟

-مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۲

چه قدر می خواهیم حرف پیامبران و عرفا را بفروشیم تا مردم به ما آفرین بگویند؟ چه قدر قرار است برای مرید داشتن و گروه دور خودمان جمع کردن از این حرف ها که برای تبدیل است، در راستای ایجاد مقاومت و دشمنی بهره ببریم و با آنها دیگران را آزار بدهیم؟ حضرت مولانا به ما می گوید: اگر بلند بشوی بگویی من، من هستم، من را ببینید صد قضای بد برای تو اتفاق می افتد.

هر که داد او، حُسنِ خود را در مَزاد  
صد قضایِ بد، سویِ او رو نهاد

حیله‌ها و خشم‌ها و رشک‌ها  
بر سرش ریزد چو آب از مشک‌ها  
-مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۱۸۳۵ و ۱۸۳۶

اگر همانیدگی‌ها را به صورت مزیتی در معرض فروش بگذاریم و انرژی مسموم مقایسه و به‌به ناشی از آن را بخوریم، از همین طریق زمین می‌خوریم، چرا که حیله‌ها، خشم‌ها و حسادت مردم بر سر ما می‌ریزد.

هر کی بمیرد شود دشمن او دوستکام  
 دشمنم از مرگ من کور شود والسلام  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۱۵

هر کسی بمیرد دشمن هایش خوشحال می شوند. بنابراین اگر می خواهیم دشمن ما دست از سر ما بردارد، (این دشمن من ذهنی خودمان و سایر من های ذهنی است)، باید بمیریم. این فرمول آزادی است ما است. برای این که دشمنان ما دوست ما شوند باید نسبت به من ذهنی بمیریم، والسلام. اگر داریم آسیب می بینیم معنی اش این است که داریم دیده می شویم باید بخوابیم روی زمین، باید صفر شویم.

هرچه او هموار باشد با زمین  
تیرها را کی هدف گردد؟ ببین

سر بر آرد از زمین آنگاه او  
چون هدفها زخم یابد بی رفو  
-مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۷۶۱

در فضای یکتایی این لحظه دائماً تیرهای زندگی می‌آید، هرکسی یا هرچیزی که هموار با زمین است، به او نمی‌خورد. باید در خودمان شناسایی کنیم چه جوری می‌آییم بالا و دیده می‌شویم. هرکس بلند می‌شود، می‌گوید: من! و الگوهای من‌ذهنی را فعال می‌کند، تیرها به او می‌خورد، زخمی می‌شود و بعضی از این دردها قابل علاج نیست. البته ما می‌توانیم شناسایی کنیم چون به صورت باشنده فکری هیجانی بالا آمدیم تیر خوردیم و با این شناسایی درد را بیندازیم. مشکل این است که وقتی بلند می‌شویم و زخم می‌خوریم همه ما در ذهن این قدر زخم خوردیم و درد داریم که فقط دنبال یکی می‌گردیم دردمان را به جان او هم بریزیم.

این زخم‌ها به شکل رنجش در ما انباشته می‌شود، بعداً اصلاً نمی‌توانیم ببینیم حتی اگر ببینیم، انداختنش ساده نیست. بهتر است اصلاً بالا نیاییم و دیده نشویم تا زخم هم نخوریم، بنابراین باید دانه را پنهان کنیم و گیاه بام بشویم.

دانه پنهان کن، بکلی دام شو  
 غنچه پنهان کن، گیاه بام شو  
 -مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۴

اگر در غنچه‌ای، هنوز باز نشده‌ای، در این صورت بگو من گیاه بام بی‌مصرف هستم، یعنی چیزی نیستیم، نگو می‌دانم، راهنمایی نکن، نصیحت نکن، این غنچه‌ات را پنهان کن، خودت را مهم جلوه نده، مطرح نکن، آدم‌ها را دور و برت جمع نکن، نصیحت نکن، آدم‌ها را به خودت متکی نکن. حضرت مولانا به ما توصیه می‌کند که به حضرت رسول نگاه کنیم که به خاطر چشم بد مردم پایش لغزید. حالا می‌فرماید: ایشان کوه بود تو که از گاه هم کمتر هستی این قدر بلند نشو و نگو من را ببینید مردم، من هم هستم.

عبرتی گیر، اندر آن گه کن نگاه  
برگ خود عرضه مکن ای کم ز گاه  
-مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵۰۵

تشعشعی که از یک من ذهنی دردمند ساطع می شود، مخرب است و ما نباید آن را دست کم بگیریم. چشم بد مردم که ناشی از حسادت و خشمشان است، می تواند روی ما اثر بگذارد اگر ما بلند شویم و خودمان را نمایش دهیم. بنابراین ما نمی آیم به خاطر چاپلوسی مردم بر اساس ترس و نیاز، من ایجاد کنیم، چون این من خواهد ریخت. ما نباید بگذاریم مردم به جان ما زهر بریزند نباید در مجالسی برویم که کسانی بی خودی ما را بزرگ کنند. مخصوصاً تحت هیچ شرایطی نباید زیر بار تصاویر ذهنی که مردم از ما می سازند مخصوصاً تصویر فرد معنوی برویم.

هر که بستاید تو را، دشنام ده  
 سود و سرمایه به مفلِس وام ده  
 -مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰

برای شخص من مدت‌ها طول کشید تا متوجه شوم شادی ناشی از تأیید جمع سمی است، اما الآن فقط در  
 هشیاری‌ام نگاه داشته‌ام وقتی تأیید و توجه‌ایی می‌آید درست مثل وقتی که جوجه تیغی من ذهنی‌گاز می‌گیرد و  
 دردی را بالا می‌آورد، صبر و حزم لازم است، چه بسا بیشتر از هر دردی صبر لازم است چرا که سُکر و مستی  
 توجه بیرونی مقدمه افتادن به ذهن است.

حزم آن باشد که چون دعوت کنند  
 تو نگویی: مست و خواهان من اند  
 -مولوی، مثنوی، دفتر سوم بیت ۲۳۰  
 یلدا هستم از تهران






خانم آزاده از آمریکا



با سلام و عرض ادب، آزاده هستم از آمریکا...

پیام عشق: برگرفته از غزل شماره ۲۰۰۱، مولوی، دیوان شمس

برنامه شماره: ۸۸۱ گنج حضور 

دَمِ دِهْ و عَشْوِه دِهْ اِی دَلْبَرِ سِیْمِیْنِ بَرِ مَن  
 کِه دَمَمِ بِی دَمِ تُو، چَوْنِ اَجَلِ اَمَدِ بَرِ مَن  
 -مولوی، دیوان شمس، غزل ۲۰۰۱

از آنجایی که هشیاری بدون عشق، «تجربه هستی» برایش چون مرگ می ماند، به عشق می گوید: مرا «دَمِ دِهْ» که هستی را غرق در تو به تجربه رسانم؛ و مرا «عشوه ده» آن دم که در خطا گام برمی دارم. ای عشق، در آن دم که گهرت در دل تابان است، دل به وسعت دریاست و خرد بی کراتت در آن جاری؛ که حرکت در ذهنِ خاکی به خاکستر بنشسته و حرکت لطیف، در جان شده جاری.

خوشا به آن دم که جرقه‌هایی از نور، بیاورد در دل، پیام‌های بیداری؛ و از شراره‌هایت، رخ زر من، نورانی.  
 من خوش در توجه‌ام؛ آزاد و رها، ایستاده در می‌خانه تو؛ از این روست که چنین مست و خراب گشته‌ام! این  
 مستی و این عمارت دل، از متلاشی شدن این «دیوار عظیم» است، از متلاشی شدن آن عقل کهنه و خرد محدود  
 خاکی. ز شراره‌های توست، ای عشق که نفس دروغین به خاکستر بنشسته؛ از آن ویرانی ست که درون و برون،  
 اینچنین است آبادان.

تا تو در حرکتی، من در حیات «هستم» آباد؛ پس وای بر آن دم که خرد کافر من، بخواهد در «بود» تو برخیزد که  
 تو را بشناسد! آخر، عشق را جز عشق، مگر «توان» است شناختن؟! عشق را معرفت، جز عشق توان نباشد.

ای ساقی عالم، هر باشنده‌ای، می را به آن اندازه‌ای از تو پستاند، که عشق در وی «جای» گنجانده است! من در  
 این دم، در می‌خانه عشق، به گنجایش فضای عدم، آزاده و رها ایستاده‌ام؛ بسی تشنه تر از حریفان! پیش از  
 آنکه به آنان دهی، مرا ساغر ده...

ای عشق، من در این تجربه (هستی)، بنده حرکت توأم؛ خصوصاً در آن امر که خردت مرا از لامکان بگوید: برخیز؛ قیام کن؛ غرق در دیده من، این تجربه را نظر کن، که عشق از لامکان (در غیاب خرد خاکی)، عالم هستی را بر دیده خود جاری کرد.

آتش عشق است که در این دل زبانه گرفته؛ برافروز دلم را تو به نار موسی؛ تا آتش عشق بسوزاند آن ناخالصی‌ها؛ و این جلا را، نگاه دار شعله‌ور، "آن به آن و دم به دم" بر ما.



ای عشق، من در این آگاهی که از خردت در رگ جاری ست، نیک، خمش کرده و خویش را در جوی تو افکندم؛ که از برکت جوی تو ست که «راز» شناور است و رونق شعر تر من، همواره جاری.

با احترام  
-آزاده از آمریکا



خانم پروین از مهاباد



با سلام بر پدر معنوی استاد شهبازی و همراهان گنج حضور  
 بر گرفته از برنامه ۸۷۴   
 بیماری کمال طلبی 

کمال طلبی، حس توهم کامل بودن در این لحظه است که به موجب آن من ذهنی انتظار و توقع کامل بودن مادی و معنوی خودم و دیگران بویژه اتفاق این لحظه را دارد که شامل رفتار و گفتار خودم و دیگران نیز می شود. بیماری کمال طلبی در حالت پیشرفته ممکن است تمام جنبه های زندگی مرا دربرگیرد.

کمال طلبی به دردهایی مانند: رنجش و ملامت، کنترل کردن و غیره می انجامد. یک تصویری از خود و دیگران در ذهن ساخته ایم که بر اساس الگوهای من ذهنی یک لیستی و نظمی از زندگی کامل در ذهن خود چیده ایم و برای به دست آوردن و حفظ آن مقاومت می کنیم.

کمال طلبی به محض مقاومت در برابر اتفاق این لحظه که به وسیله قضا می افتد، از کمال طلبی و عوارض آن آسیب می بینیم. ما در کار معنوی خود نیز کمال طلبی می کنیم. اگر من ذهنی در ما و دیگران بلند می شود و ما به واکنش می افتیم، این از کمال طلبی است.

بیماری کمال طلبی به آینده موکول کردن و تأخیر در آن یعنی هر کاری به بهانه کامل شدن آن از کمال طلبی است این بیماری با همین به تأخیر انداختن به کار معنوی ما و زنده شدن در این لحظه هم آسیب می زند.

تمام این مطالب از جمله کمال طلبی باید با توجه به این لحظه اعمال کرد انتظار کمال از اتفاق این لحظه یک توهم من ذهنی است و جهل آن است. اتفاقاً چیزی که در این لحظه دیده می شود این حقیقت است و باید باشد اما جهل من ذهنی با کمال طلبی میگوید باید جور دیگری باشد این توهم جاهلانه در برابر قضا است. قضا حقیقت است چیزی که هست این لحظه و اتفاق آن، قضا است و درست است فرم و وضعیت این لحظه را باید بینیم و اطرافش فضا باز کنیم، اگر اشتباهی کردیم یعنی دانشش را نداشتیم باید در فضای گشوده شده آن را یاد بگیریم. اما اگر یک کار اشتباه را دائم تکرار کنیم، نتیجه اش عوض نمیشود نباید عصبانی شویم باید یاد بگیریم و روش کارمان را اصلاح کنیم.

کمال طلبی درست نیست، کمال طلبی نظم پارک است. نظم قضا و زندگی، نظم جنگل است. من ذهنی با جهل و توهم خود تصویری از یک بخش جزئی از این جنگل را گرفته می‌خواهد آنرا با کمال طلبی خود به نظم پارک دریاورد. این سبک زندگی ذهنی توهمی است این شیوه کمال طلبی دردهایی مثل رنجش، خشم در نهایت ناامیدی و سرخوردگی می‌آورد.

بیماری کمال طلبی باعث بر چسب زدن به انسانها می‌شود. براساس بر چسبهای انسانها و نقش‌هایشان ما آنها را قضاوت میکنیم و در ارتباط با آنها به جای استفاده از فضای گشوده شده از باید و نباید های ذهن و رفتارهای پیش ساخته استفاده می‌کنیم .

کمال طلبی باعث جدایی و واکنش های شدید می‌شود، در بیماری کمال طلبی ما در برابر رفتار ناکامل خود و دیگران و یا وضعیت های ناکامل این لحظه واکنشهای بسیار شدیدی می‌کنیم، ما از آن واکنش های شدید آسیب می‌بینیم، نه از آن شرایطی که به عقیده ما ناکامل یا اشتباه هستند.


با تشکر پروین از مهاباد





با سپاس از بینندگان گنج حضور بابت ارسال پیغام‌های معنوی خود





**برنامه گنج حضور با اجرای پرویز شهبازی  
را در سایت زیر تماشا فرمایید.**

**[www.parvizshahbazi.com](http://www.parvizshahbazi.com)**