



پیغام عشق

قسمت چهارصد و شصت و چهارم





با سلام و عرض ادب

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۱

دم ده و عشوه ده ای دلبر سیمین بر من

که دمم بی دم تو چون اجل آمد بر من

در مسیر معنوی، در این لحظه، ما یا دم زندگی را تجربه می‌کنیم، 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 بی‌سبب در خود باشیم، درحالی که هنوز ما دارای همانیدگی هستیم. در این صورت، پس چگونه زندگی می‌تواند همانیدگی‌های ما را به ما نشان دهد؟ عشوه زندگی برای شناسایی همانیدگی‌ها در ما صورت می‌گیرد. این عشوه زندگی ممکن است به صورت اتفاقات ناخوشایند از منظر ذهن، یا پیام‌های هشداردهنده از عارفان زنده به حضور باشد. این جاست که زندگی از ما می‌خواهد که از منظر او نگاه کنیم، نه از منظر ذهن.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۱

بنده امر توام خاصه در آن امر که تو

گویی ام: خیز نظر کن به سوی منظر من

بلکه باید فقط با فضاگشایی و چشم دل، به این اتفاقات و پیغام‌ها نظر کنیم و پیام آن را دریافت کنیم، چراکه 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 همانیدگی‌ها در ماست. چراکه من ذهنی هیچ‌وقت نمی‌تواند همانیدگی را در ما شناسایی کند.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۲۲۲

کی تراشد تیغ دسته خویش را



رو به جراحی سپار این ریش را

پس همواره، در این لحظه، باید شکرگزار این پیام‌ها (حتی دردمند) باشیم و از آن‌ها در جهت بیداری و واهمانش و دقیق‌تر کردن نورافکن روی خودمان بهره ببریم. چراکه در مسیر معنوی، وقتی همانیدگی‌ای را شناسایی می‌کنیم، به صورت‌های مختلف توسط زندگی امتحان می‌شویم، تا آن همانیدگی مرحله‌به‌مرحله 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 آن الگو، یا باور، یا درد، از ما انداخته شود. پیغام‌های زندگی و عارفان، ما را هشیار می‌کنند که قبل‌از 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.

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۵۴۰

آن زمان که دیو می‌شد راه زن

آن زمان بایست یاسین خواندن

در صورتی که چشم دل ما به پیام زندگی و عارف زنده به حضور باز باشد، با پذیرش کامل، نورافکن را بر روی خودمان تیزتر می‌کنیم و همانیدگی و مقاومت خود را می‌بینیم. خواهیم دید که بقایای همانیدگی‌ها در ما به کمین نشست‌اند 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۰۱



حزم چه بود؟ بد گمانی در جهان

دم به دم بیند بالای ناگهان

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

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۲۳۵

از مقامات تَبَتُّل تا فنا

پایه پایه تا ملاقات خدا

با تقدیم عشق و احترام ❤️

نرگس از نروژ 🙏



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 مرید 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، بی قضاوت، بی ترس، 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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۵۴۶

که اشتها را خلق، بند محکم است



در ره، این از بندِ آهن کی کم است؟

حضرت مولانا به ما می‌گوید: 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 می‌کند، را نمی‌بینیم. شهرت‌طلبی لزوماً به معنای هنرپیشگی نیست همین که ما می‌خواهیم در فامیل یا سرکار زبانزد باشیم و همه در مورد ما و دست‌آوردهای ما صحبت کنند، این بند آهنی را در گردن خود انداخته‌ایم. اشتها خلاق و این که به ما آفرین بگویند یکی از انگیزه‌های ما برای برتر درآمدن است.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۲۲۴۰

در هوای آنکه گویندت: زهی

بسته‌ای در گردنِ جانت زهی

به هوای آن که مردم دائماً به ما آفرین و احسنت بگویند طنابی در گردن هشیاری خدایی‌مان 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 دلایلی 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 چراکه 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 بی‌قرار می‌شویم. ثانیاً



تأیید و توجه خواستن از مردم و بت شدن زهر است. هرکسی که ستایش می‌شود زهر در جان‌ش ریخته می‌شود و سطح هشیاری‌اش پایین می‌آید.

مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۷۴۳ تا ۲۷۴۵

تو بدان فخر آوری، کز ترس و بند

چاپلوست گشت مردم روز چند

هر که را مردم سجودی می‌کنند

زهر اندر جان او می‌آکنند

چونکه برگردد از او آن ساجدش

داند او کان زهر بود و موبدش

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 ما را تحریک کرده و بزرگ می‌کند.

خیلی اوقات احترام مردم غیراصیل و با من‌ذهنی‌شان صورت می‌گیرد چون از ما چیزی می‌خواهند. اگر مردم به خاطر خاصیتی مثل زیبایی ما، جوانی ما یا دانش ذهنی ما به ما توجه می‌کنند همین که آن خاصیت از بین برود این سجده‌کنندگان هم دست از تأیید ما برمی‌دارند آن موقع است که ما متوجه زهری که به جان ما ریخته‌اند، می‌شویم.



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.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۴۹۷ و ۳۴۹۸

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

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:

مولوی، مثنوی، دفتر ششم، بیت ۱۲۸۲

چند دزدی حرف مردان خدا

تا فروشی و ستانی مَرَحَبَا؟



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

مولوی، مثنوی، دفتر اول، ابیات ۱۸۳۵ و ۱۸۳۶

هر که داد او، حُسنِ خود را در مَزاد

صد قضایِ بد، سویِ او رُو نهاد

حیله‌ها و خشم‌ها و رشک‌ها

بر سرش ریزد چو آب از مَشک‌ها

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، چراکه حیله‌ها، خشم‌ها و حسادت مردم بر سر ما می‌ریزد.

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۱۷۱۵

هر کی بمیرد شود دشمن او دوستکام

دشمنم از مرگ من کور شود والسلام

هرکسی بمیرد دشمن‌هایش خوشحال می‌شوند. بنابراین اگر می‌خواهیم دشمن ما دست از سرما بردارد، این دشمن من ذهنی خودمان و سایر من‌های 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 می‌بینیم معنی اش این است که داریم دیده می‌شویم باید بخوابیم روی زمین، باید صفر شویم.



مولوی، مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۲۷۶۱

هرچه او هموار باشد با زمین

تیرها را کی هدف گردد؟ ببین

سر بر آرد از زمین آنگاه او

چون هدفها زخم یابد بی رَفُو

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 من ذهنی 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.

مولوی، مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۸۳۴

دانه پنهان کن، بکلی دام شو

غنچه پنهان کن، گیاه بام شو



اگر در غنچه‌ای، هنوز باز نشده‌ای، در این صورت بگو من گیاه بام بی مصرف هستم، یعنی چیزی نیستم، 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 کاه هم کمتر هستی این قدر بلند نشو و نگو من را ببینید مردم، من هم هستم.

مولوی، مثنوی، دفتر پنجم، بیت ۵+۵

عبرتی گیر، اندر آن که کن نگاه

برگِ خود عرضه مکن ای کم ز کاه

تشعشعی که از یک من‌ذهنی دردمند ساطع می‌شود، مخرب است و ما نباید آن را دست کم بگیریم. چشم بد مردم که ناشی از حسادت و خشمشان است، می‌تواند روی ما اثر بگذارد اگر ما بلند شویم و خودمان را نمایش دهیم. بنابراین ما نمی‌آییم 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 بی‌خودی ما را بزرگ کنند. مخصوصاً تحت هیچ شرایطی نباید زیر بار تصاویر ذهنی که مردم از ما می‌سازند مخصوصاً تصویر فرد معنوی برویم.

مولوی، مثنوی، دفتر دوم، بیت ۲۳۳۰

هر که بستاید تو را، دشنام ده

سود و سرمایه به مفسد و ام ده

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 ذهنی گاز 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.

مولوی، مثنوی، دفتر سوم بیت ۲۳۰

حَزم آن باشد که چون دعوت کنند

تو نگویی: مست و خواهانِ من اند

یلدا هستم از تهران



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

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

◆ شماره برنامه: ۸۸۱ گنج حضور

مولوی، دیوان شمس، غزل شماره ۲۰۰۱

دَمِ دِه و عِشوه دِه ای دِلبرِ سیمینِ برِ من

که دَمِ بی دَمِ تو، چون اَجَلِ اَمَدِ برِ من

از آن جایی که هشیاری بدون عشق، «تجربه هستی» برایش چون مرگ می ماند، به عشق می گوید: مرا «دَمِ دِه» که هستی را غرق در تو به تجربه رسانم؛ و مرا «عِشوه دِه» آن دَمِ که در خطا گام برمی دارم.

ای عشق، در آن دَمِ که گهرت در دل تابان است، دل به وسعت دریاست و خرد بی کرات در آن جاری؛ که حرکت در ذهنِ خاکی به خاکستر بنشسته و حرکت لطیف، در جان شده جاری.

خوشا به آن دَمِ که جرقه‌هایی از نور، بیاورد در دل، پیام‌های بیداری؛ و از شراره‌هایت، رُخِ زَرِ 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 عمارتِ دل، از متلاشی شدن این «دیوارِ عظیم» است: از متلاشی شدن آن عقلِ کهنه و خردِ محدودِ خاکی. ز شراره‌های توست، ای عشق که نفسِ دروغین به خاکستر بنشسته؛ از آن ویرانی ست که درون و برون، این چنین است آبادان.

تا تو در حرکتی، من در حیات «هستم» آباد؛ پس وای بر آن دَمِ که خردِ کافرِ 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 تشنه‌تر از حریفان! پیش از آن که 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 دلّم 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، خمّش کرده و خویش را در جوی تو افکندم؛ که از برکت جوی توست که «راز» شناور است و رونق شعر تر من، همواره جاری.

با احترام،

آزاده از آمریکا



با سلام بر پدر معنوی استاد شهبازی و همراهان گنج حضور

برگرفته از برنامه ۸۷۴ 🌸🌸

بیماری کمال طلبی 🌸🌸

کمال طلبی، حس توهّم کامل بودن در این لحظه است که به موجب آن من ذهنی انتظار و توقع کامل بودن مادی و معنوی خودم و دیگران به ویژه 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 براساس 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 توهّم 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 می گوید باید جور دیگری باشد این توهّم 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 ببینیم 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 همیشه تکرار کنیم، نتیجه‌اش عوض نمی‌شود نباید عصبانی شویم باید یاد بگیریم و روش کارمان را اصلاح کنیم.

کمال‌طلبی درست نیست، کمال‌طلبی 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 آن را با کمال‌طلبی خود به نظم پارک دریاورد. این سبک زندگی ذهنی توهمی است این شیوه کمال‌طلبی دردهایی مثل رنجش، خشم درنهایت ناامیدی و سرخوردگی می‌آورد.

بیماری کمال‌طلبی باعث برچسب زدن به انسان‌ها می‌شود براساس برچسب‌های انسان‌ها و نقش‌هایشان ما آن‌ها را قضاوت می‌کنیم و در ارتباط با آن‌ها به‌جای استفاده از فضای گشوده‌شده از باید و نبایدهای ذهن و رفتارهای پیش‌ساخته استفاده می‌کنیم.

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

با تشکر پروین از مهاباد



همراهان عزیز گنج حضور، لطفاً برای ارسال پیغام‌های عشق خود، از کانال تلگرام آقای شهبازی که در زیر مشاهده می‌شود استفاده نمایید. در موارد استثنایی که دسترسی به تلگرام وجود ندارد، می‌توانید پیغام خود را از طریق ایمیل به آدرس ایمیل آقای شهبازی ارسال فرمایید.

با سپاس،

گروه تهیه مجموعه پیغام عشق



تلگرام آقای شهبازی

+1 818 970 3345



ایمیل آقای شهبازی

Shahbazi@rapidtest.com