بسم الله الرحمان الرحیم

**یکپارچگی سر حال خوب integration**

ضَرَبَ اللّهُ مَثَلاً رَجُلاً فِیهِ شُرَکاءُ مُتَشاکِسُونَ وَ رَجُلاً سَلَماً لِرَجُل هَلْ یَسْتَوِیانِ مَثَلاً الْحَمْدُ لِلّهِ بَلْ أَکْثَرُهُمْ لایَعْلَمُونَ (

خداوند مثالى زده است: مردى را که مملوک شریکانى است که درباره او پیوسته با هم نزاع دارند، و مردى که تنها تسلیم یک نفر است; آیا این دو یکسانند؟! حمد و ستایش مخصوص خداست، ولى بیشتر آنان نمى دانند.

**:**  
***"*سوره طه، آیه ۱۲۴«وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِکْرِی فَإِنَّ لَهُ مَعِیشَةً ضَنْکًا»**  
*"و هر کس از یاد من روی گردان شود، زندگی تنگ و سختی خواهد داشت."*

از خوانندگان محترم خواهشمندم ابتدا توضیح را بخوانیم بعد آیات اول بحث را تدبر کنیم

امروزه همه انسانها به دنبال حال خوبند یعنی کاری کنند حالشان خوب شود رمز دستیابی به این حقیقت یک کلمه است (یکپارچگی) در روانشناسی معنویت گرا ثابت شده فرق انسان سالم و بیمار به میزان درجه یکپارچگی اوست یک انسان سالم انسانی است که درجه یکپارچگی او بالاست اگر سوال کنید یکپارچگی به چه معناست؟ یعنی توحید یافتگی و وحدت یافتگی یعنی این عملی که دارم الان انجام میدم قابل تیکه پاره شدن نباشه سه تا نیت نداشته باشه بتونه در بین یک نیت و هدف تعریف بشه تمام اختلالات روانی یک ویژگی مشترکند و اونم اینه که یکپارچه نیست و توحید یافتگیشون ضعیفه اگر رفتارهای خودمان را بررسی کنیم به این واقعیت میرسیم همینجایی که نشستید هرچه ذهن پراکنده تری داشته باشی از بحث کمتر استفاده می کنی و در صورتی من میتونم رفتارم را یکپارچه کنم که در دو نظام ادراکی (مبدء و معاد) رفتارم قرار بگیره و این می شود اصول آرامش در زندگی که در دین نامش را (اصول اعتقادات می گذارند) پس رعایت پس سنجیدن رفتار با قوانین خدا خودیاری است قوانین خدا در چهار چوب ارتباط با خود و خدا و دیگران (انسانها و حیوانات و گیاهان) خلاصه میشه.