

۲۰۱ ۴۳۲۶

سفر به خویشتن

اکهارت تله

گر آوری ترجمه: وحید مهدیخانی



نشر ترنگ



سرشناسه: تول، اکهارت، ۱۹۴۸ - م. Tolle, Eckhart
عنوان و نام پدیدآور: سفر به خویشتن/اکهارت تله؛ مترجم [و گردآورنده]
وحید مهدیخانی.

مشخصات نشر: تهران: ترنگ، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۲۹۰ ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۹۵۸-۳-۹

ر. سعید، فهرست نویسی: فیپا

مجموع زندگی معنوی

موضوع: Spiritual life

شناسه افزوده: مهدیخانی، وحید، ۱۳۵۵ -، مترجم، گردآورنده

رده‌بندی کنگره: ۱۲۰۷ / س. ۹ / BL۶۲۴

رده‌بندی دیویی: ۲۰۴/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۵۰۴۴۷۷۲





nashretorang



www.nashretorang.com



نشر ترنگ



سفر به خویشتن

آتهارت تله

گردآورنده و مترجم: وحید مهدیخانی

ویراستار: حدیسه سعید اهدشتی

حروف چین و ویراست: آیه رهگستران

لیتوگرافی و چاپ: آیه پارس

چاپ اول: ۱۳۹۸

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۳۸۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۹۵۸-۳-۹

نشانی: خیابان انقلاب، خیابان روانمهر، کوچه دولتشاهی، پلاک ۱، طبقه اول

تلفن: ۰۶۶۴۷۰۳۷۶ / ۰۳۵۲۰۳۵۲-۶۶۴۰۲۱ همراه: ۰۹۱۹۹۶۴۶۲۲۴

حق چاپ محفوظ است

nashretorang@gmail.com



فهرست

۷	مقدمه
۹	فصل اول
۹	رابطه شما با این حال چگونه است؟
۴۱	فصل دوم
۴۱	وارد بدن خود شوید
۷۳	فصل سوم
۷۳	استفاده از صوت به عنوان دروازه‌ای به سوی سکوت
۱۰۱	فصل چهارم
۱۰۱	یک روز در سکوت گذراندن
۱۲۷	فصل پنجم
۱۲۷	سؤال و جواب
۱۵۹	فصل ششم
۱۵۹	سؤال و جواب
۱۸۵	فصل هفتم
۱۸۵	از میان درب باز
۲۲۹	فصل هشتم
۲۲۹	زیبستنی آزاد و رها

مقدمه ترجمه

اکهارت تله (Eckhart Tolle) - یکی از مؤثرترین معلم‌های معنوی جهان - پیوسته به کشورهای مختلف سفر می‌کند و دوره‌هایی به نام retreat به معنای خلوت‌گزینی یا گوشه‌نشینی برگزار می‌کند. خیل مشتاقان از سراسر جهان در این دوره‌ها شرکت می‌کنند و از حضور و سخنان عمیق این معلم شهیر معنوی استفاده کرده، فرصت سؤال کردن از او را نیز در این دوره‌ها دارند. این کتاب حاوی سخنان و نیز پرسش‌پاسخ‌های اکهارت در سه دوره مختلف خلوت‌گزینی است.

دوره اول تحت عنوان «سفر به خویشتن»، شش فصل است. کتاب را در بر می‌گیرد، دوره دوم تحت عنوان «از میان درب باز»، موزون و عمیق هفتم کتاب است و دوره سوم تحت عنوان «زیستنی آزاد و رها» در فصل هشتم کتاب آمده است.

در هر کدام از این دوره‌ها ظرایف و نکات عمیقی مطرح شده که برای علاقمندان به این استاد بزرگ، جالب توجه خواهد بود. پرسش و پاسخ‌های مطرح شده در این دوره‌ها نیز به غنای مطالب افزوده و نکات جالب توجه بسیاری را مطرح می‌کنند.

از آنجا که این سخنان از حالت حضور برآمده‌اند، عطر و رایحه آن حالت را با خود دارند و خواننده را به سوی آن حالت سوق می‌دهند. سخنانی از دل برآمده که لاجرم بر دل خواننده می‌نشیند و او را از دام ذهن‌رهایی بخشیده و به سوی حضور و آگاهی رهنمون می‌شود.

هنگام خواندن این کتاب باید توجه کرد که در حضور استادی عمیق هستیم و منظور از بیان این مطالب، نه افزودن به دانش و اطلاعات شنونده بلکه هدایت او به سوی آگاهی و تجربه حضور بوده است.

با شرح مآله این کتاب سفری را آغاز می‌کنیم که بسیار متفاوت از سایر سفرهاست. سفری درونی به سوی خویشتن حقیقی، همان خویشتنی که سروصدای بی‌وقفه ذهن آنرا پوشانده است.

در این سفر با راهنمایی استادی بی‌نظیر به سوی دهکده شادمانی که در درون‌مان پنهان است، سفر می‌کنیم و به مدد مطالب عمیقش از راهزنی ذهن در امان می‌مانیم.

در این سفر شگرف نه به وسیله نقلیه‌ای نیاز داریم و نه حتی به خروج از خانه‌مان! سفری که حتی نیازی نیست از جای که هم‌اکنون در آن هستیم تکان بخوریم!

سفری به اعماق درون

سفر به خویشتن