



کتاب آزادگان

جهانی نو

آگاهی معنوی از آهنگ زندگی

نویسنده: اکهارت تله
بازگردان: هنگامه آذرمی

جهانی نو

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

مجله فرهنگی و ادبی

چاپ نخست: زمستان ۱۳۸۸

چاپ هفتم: تابستان ۱۳۹۸

شمارگان تاکنون: ۱۳۷۵۰ نسخه

فهرست

آشنایی با نویسنده ----- ۱۱

بفش یکم: شکوفایی آگاهی بشر

- پیش آگهی ----- ۱۳
هدف این کتاب ----- ۱۶
پیدایش آگاهی جدید ----- ۱۹
معنویت و مذهب ----- ۲۰
ضرورت دگرگونی ----- ۲۲
بهشتی نو و جهانی نو ----- ۲۵

بفش دوم: «من درون» و وضعیت کنونی بشر

- خود توهمی ----- ۲۹
صدای درون سر ----- ۳۲
محتوا و ساختار «من درون» ----- ۳۵
هویت‌سازی با اشیا ----- ۳۶
حلقه گمشده ----- ۳۸
توهم مالکیت ----- ۴۲
خواستن: نیاز به بیش‌تر ----- ۴۵
هماندسازی با جسم ----- ۴۸
حس کردن جسم درون ----- ۵۰
بودن را فراموش کردن ----- ۵۲
از اشتباه دکارت تا بینش سارتر ----- ۵۳
آرامشی که از ادراک عبور می‌کند ----- ۵۴

بفش سوم: کانون «من درون»

- رنجش و شکایت ----- ۵۹
واکنش و گله و شکایت ----- ۶۲
برحق بودن و دیگران را ناحق انگاشتن ----- ۶۴
دفاع از یک توهم ----- ۶۵
حقیقت: مطلق یا نسبی؟ ----- ۶۶
«من درون» خاص نیست ----- ۶۹
جنگ یک برداشت ذهنی است ----- ۷۱

- به دنبال آرامش هستید یا بازی نمایشی؟ ----- ۷۳
 هویت راستین شما در فراسوی «من درون» ----- ۷۴
 همه ساختارها ناپایدار هستند ----- ۷۶
 نیاز «من درون» به احساس برتری ----- ۷۸
 شهرت و «من درون» ----- ۷۹

بفش چهارم: بازی نقش: چهاره‌های بسیار «من درون»

- شورر، قربانی، عاشق پیشه ----- ۸۲
 رها کردن تفسیر خود ----- ۸۴
 نقش‌های از پیش تعیین شده ----- ۸۶
 نقش‌های زودگذر ----- ۸۸
 راهی با دست‌های عرق کرده ----- ۸۹
 شادی نمایشی در برابر شادی راستین ----- ۹۰
 جایگاه پدر و مادر، نقش یا وظیفه؟ ----- ۹۱
 رنج آگاهانه ----- ۹۵
 پدر و مادری کردن آگاهانه ----- ۹۷
 شناخت فرزند ----- ۹۸
 رها کردن بازی نقش ----- ۱۰۰
 «من درون» بیمار ----- ۱۰۳
 زمینه ناخشنودی ----- ۱۰۶
 راز شاد بودن ----- ۱۰۸
 حالت بیمارگونه «من درون» ----- ۱۱۱
 کار با یا بدون «من درون» ----- ۱۱۴
 «من درون» به هنگام بیماری ----- ۱۱۶
 «من درون» جمعی ----- ۱۱۷
 اثبات بی چون و چرای فناپذیری ----- ۱۱۹

بفش پنجم: تندیس درد

- تولد احساس ----- ۱۲۳
 احساسات و «من درون» ----- ۱۲۶
 اردکی با ذهن انسان ----- ۱۲۹
 بر دوش کشیدن گذشته ----- ۱۳۰
 جمعی و فردی ----- ۱۳۲
 تندیس درد چگونه خود را بازسازی می‌کند ----- ۱۳۵
 چگونه تندیس درد از افکار شما تغذیه می‌کند ----- ۱۳۶
 چگونه تندیس درد از داستان‌های نمایشی تغذیه می‌کند ----- ۱۳۸
 تندیس‌های درد متراکم ----- ۱۴۱
 ارتباط تندیس درد با برنامه‌های سرگرم‌کننده و رسانه‌ها ----- ۱۴۲
 تندیس درد جمعی زنان ----- ۱۴۴
 تندیس‌های درد نژادی و ملی ----- ۱۴۷

بفش ششم: رهایی

- حضور ----- ۱۵۳
 بازگشت تندیس درد ----- ۱۵۶
 تندیس درد در کودکان ----- ۱۵۸
 ناخشنودی ----- ۱۶۱
 بیرون آمدن از همانندسازی با تندیس درد ----- ۱۶۲
 محرک‌ها ----- ۱۶۵
 تندیس درد به عنوان یک بیدارکننده ----- ۱۶۸
 رهایی از تندیس درد ----- ۱۷۰

بفش هفتم: یافتن آن کسی که به راستی هستید

- شما آن کسی که فکر می‌کنید، هستید ----- ۱۷۴
 فراوانی ----- ۱۷۷
 شناخت خود و شناخت در باره خود ----- ۱۷۹
 بی‌نظمی و نظم متعالی ----- ۱۸۱
 خوب و بد ----- ۱۸۲
 اهمیت ندادن به آنچه روی می‌دهد ----- ۱۸۴
 که این طور! ----- ۱۸۶
 «من درون» و لحظه حال ----- ۱۸۷
 تناقض زمان ----- ۱۹۰
 از میان برداشتن زمان ----- ۱۹۲
 رؤیا و رؤیابین ----- ۱۹۴
 رفتن به فراسوی محدودیت ----- ۱۹۶
 شادی بودن ----- ۱۹۸
 بگذاریم «من درون» کم‌رنگ شود ----- ۱۹۹
 چو بیرون، چو درون ----- ۲۰۲

بفش هشتم: یافتن فضای درونی

- آگاهی از اشیا و آگاهی از فضا ----- ۲۱۰
 رفتن به فروتر و فراتر از اندیشه ----- ۲۱۲
 تلویزیون ----- ۲۱۳
 شناخت فضای درون ----- ۲۱۶
 آیا می‌توانید صدای جویبار کوهستان را بشنوید؟ ----- ۲۱۹
 عمل درست ----- ۲۲۰
 دریافت بدون نام‌گذاری ----- ۲۲۱
 چه کسی تجربه‌کننده است؟ ----- ۲۲۳
 تنفس ----- ۲۲۵
 اعتیاد ----- ۲۲۸
 آگاهی از جسم درون ----- ۲۳۰
 فضای درون و فضای بیرون ----- ۲۳۱

«شما اینجا هستید تا از نیت الهی برای آفرینش هستی پرده برداشته شود.

اهمیت شما در این است!»

اکهارت تله

آشنایی با نویسنده

اکهارت تله در آلمان به دنیا آمد و سیزده سال نخستین عمرش را در آنجا گذراند. پس از آن که از دانشگاه لندن فارغ التحصیل شد، مدتی را به عنوان دانشجوی پژوهشگر و ناظر در دانشگاه کمبریج^۱ گذراند. در بیست و نه سالگی، دگرگونی معنوی و ژرفی که در وجود او روی داد، در واقع بر هویت قدیمی اش نقطه پایان نهاد و مسیر زندگی وی را از بنیاد متحول کرد.

تله چند سال بعد را به درک، تکمیل و تعمیق این دگرگونی گذراند که به آغاز یک سفر ژرف درونی رهنمون شد. اکهارت با هیچ مکتب و سنت خاصی هم‌نوا نیست. او در آموزش‌های خود فقط پیامی ساده، اما ژرف را با صراحتی کامل و فارغ از قید زمان که ویژه آموزگاران معنوی کهن است، عرضه می‌کند: راهی برای رهایی از رنج به سوی آرامش، وجود دارد!

در حال حاضر اکهارت تله به سراسر دنیا سفر می‌کند و آموزش‌ها و یافته‌هایش را همراه می‌برد. از سال ۱۹۹۶ اکهارت در شهر ونکوور^۲ کانادا سکونت دارد. برای آگاهی از برنامه‌های آینده، کتاب‌ها، نوارهای دیداری و شنیداری و همایش‌های این آموزگار معنوی به نشانی الکترونیکی^۳ او مراجعه فرمایید.

۲۳۴	توجه به شکاف‌ها
۲۳۵	از دست دادن خود، برای یافتن خود
۲۳۶	سکون

بخش نهم: نیت درونی شما

۲۴۰	بیداری
۲۴۳	پرسش و پاسخی در باره نیت درونی

بخش دهم: سیاره جدید

۲۶۱	چکیده‌ای از تاریخچه هستی شما
۲۶۳	بیداری و حرکت بازگشت
۲۶۶	بیداری و حرکت بیرونی
۲۶۸	آگاهی
۲۷۰	انجام دادن آگاهانه
۲۷۲	سه حالت انجام دادن آگاهانه
۲۷۲	پذیرش
۲۷۳	لذت
۲۷۷	اشتیاق
۲۸۱	نگاهبانان انرژی
۲۸۳	سیاره جدید، آرمان شهر نیست