

nashrestorang

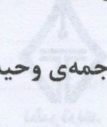


www.nashrestorang.com

# سفر به خویشتن

## اکهارت تله

گردآوری و ترجمه‌ی وحید مهدیخانی



۷	مقدمه
۹	فصل اول
۹	بازگشت به زمان حال
۴۱	فصل دوم
۴۱	وارد بدن خود شوید
۷۳	فصل سوم
۷۳	استفاده از صوت به عنوان دروازه‌ها در پله‌ها سکون
۱۰۱	فصل چهارم
۱۰۱	یک روز در سکوت
۱۳۷	فصل پنجم
۱۳۷	سوال و جواب
۱۵۹	فصل ششم
۱۵۹	سوال و جواب
۱۸۵	فصل هفتم
۲۱۹	فصل هشتم
۲۴۹	زیستی آزادی‌ها



نشر ترنگ

## فهرست

۷	.....	مقدمه
۹	.....	فصل اول
۹	.....	رابطه‌ی شما بالحظه‌ی حال چگونه است؟
۴۱	.....	فصل دوم
۴۱	.....	وارد بدن خود شوید
۷۳	.....	فصل سوم
۷۳	.....	استفاده از صوت به عنوان دروازه‌ای به سوی سکون
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 در باز
۲۲۹	.....	فصل هشتم
۲۲۹	.....	زیستنی آزادورها

ن آرد سوال و جمله متفاوتی است. سوال: «تا کی از این دنیا می‌روی؟»  
و پاسخ: «من نمی‌دانم. من فقط می‌دانم که در این دنیا هستم و می‌خواهم  
در این دنیا باشم.» سوال: «تا کی از این دنیا می‌روی؟»  
و پاسخ: «من نمی‌دانم. من فقط می‌دانم که در این دنیا هستم و می‌خواهم  
در این دنیا باشم.» سوال: «تا کی از این دنیا می‌روی؟»  
و پاسخ: «من نمی‌دانم. من فقط می‌دانم که در این دنیا هستم و می‌خواهم  
در این دنیا باشم.»

### مقدمه مترجم

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 بهره  
می‌برند، فرصت سؤال کردن از او را نیز در این دوره‌ها دارند.

این کتاب حاوی سخنان و نیز جلسات پرسش و پاسخ اکهارت در سه  
دوره‌ی مختلف خلوت‌گزینی است.

دوره‌ی اول تحت عنوان «سفر به خویش» شش فصل ابتدای کتاب را  
در بر می‌گیرد، دوره‌ی دوم تحت عنوان «از میان در باز» موضوع فصل هفتم  
کتاب است و دوره‌ی سوم تحت عنوان «زیستی آزاد و رها» در فصل هشتم  
کتاب آمده است.

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