

به نام خدا

زیستن در قلب

چگونه می‌توان به فضای مقدس درون قلب وارد شد

مدیتیشن پیشرفته

(به همراه دو فصل در مورد رابطه‌ی بین قلب و مرکابا)

درون‌والو ملجیزدک

دکتر مریم بردبار



سرشناسه	ملکیزدک، دران والو، ۱۹۴۱-م. Melchizedek, Drunvalo, 1941-
عنوان و نام پدیدآور	زیستن در قلب : چگونه میتوان به فضای مقدس درون قلب وارد شد مدیتیشن پیشرفته .../درونوالو ملجیزدک ؛ مترجم مریم بردبار ؛ ویراستار امیرخسرو خرازی.
مشخصات نشر	تهران: کتیبه پارسی، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	۱۴۱ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۷-۶۶۷۷-۶۲-۷
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: Living in the Heart: How to Enter into the Sacred Space within the Heart, 2003.
عنوان دیگر	چگونه می‌توان به فضای مقدس درون قلب وارد شد مدیتیشن پیشرفته ...
موضوع	مدیتیشن Meditation مدیتیشن - Meditation
شناسه افزوده	بردبار، مریم، ۱۳۶۳- مترجم
شناسه افزوده	Bordbar, Maryam
رده بندی کنگره	BL۶۲۷
رده بندی دیویی	۵۴۳/۲۹۴
شماره کتابشناسی ملی	۸۶۸۰۷۷۸
	اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیا



نشانی: تهران، خ انقلاب، خ فخر رازی، ک فراهانی، ک اسلامی، ک بن‌بست یکم، پ ۲، زنگ ۱.
 فروشگاه اینترنتی: www.katibeparsi.com رایانه: Katibe.parsi.1393@gmail.com
 تلفن ناشر و مرکز پخش ۱: ۰۹۱۹۲۳۰۰۰۵۳ و ۰۹۱۹۳۸۰۶۳۸۱ و ۰۲۱-۶۶۴۰۹۴۲۰
 مرکز پخش ۲: موسسه گسترش فرهنگ و مطالعات

ناشر: کتیبه پارسی	نام کتاب: زیستن در قلب
نویسنده: درونوالو ملجیزدک	مترجم: دکتر مریم بردبار
تهیه کتاب: دکتر شیرزادی	ویراستار: امیرخسرو خرازی
صفحه‌آرایی و طرح جلد: عباس امیدی	لیتوگرافی: چاووش
ناظر چاپ: فروردین باقر نژاد	چاپ و صحافی: شمیم
نوبت چاپ: اول، تابستان ۱۴۰۱	تیراژ: ۵۰۰ نسخه

هرگونه کپی‌برداری، تکثیر کلی یا جزئی از مطالب کتاب یا طرح جلد بدون اجازه کتبی ناشر بیکرد قانونی به‌همراه دارد.

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

یادداشت

(بهتر آن باشد که سر دلبران گفته آید در حدیث دیگران خداوند بلندمرتبه را شاکرم که هر بار با یادآوری قدرت و شوکت خود از سوی فرهنگ‌های گوناگون به بندگان متذکر می‌شود تا هر چه بیشتر پی ببریم که همه مخلوق یک واحد هستیم و در نهایت بازگشت همه به سوی اوست. جناب حافظ می‌فرمایند:

در ازل پرتو خُسنِت ز تجلّی دم زد

عشق پیدا شد و آتش به همه عالم زد

جلوه‌ای کرد رُخِ دید مَلکِ عشق نداشت

عین آتش شد از این غیرت و بر آدم زد

علوم خفیه یا غریبه پیرامون دانش‌های شگرف و دور از دسترس عموم است که به نیروهای اسرارآمیز و فراطبیعی می‌پردازد. در اسلام، در ابتدا به این علوم تحت عنوان سحر و پیشگویی با ستاره‌ها، و سپس پنج علم یونانی، کیمیا، لیمیا، هیمیا، سیمیا و ریمیا اشاره شده است.

امیرمومنان علی علیه‌السلام می‌فرمایند: این ستارگانی که در آسمان هستند شهرها (و آبادی‌هایی) همچون شهرهای زمینند، هر شهری از آنها با ستونی از نور (با شهرهای دیگر) پیوسته است. «سفینه البحار، جلد ۳، صفحه ۵۷۴»

امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند: برای خدای عزوجل دوازده هزار عالم است که هر کدام آنها بزرگتر از هفت آسمان و هفت زمین می‌باشد. هیچکدام از (اهل) این عوالم برای خدا عالمی غیر از عالم خودشان نمی‌بینند و من حجت هستم برای همه‌ی این عالمها. «بحارالانوار، ج ۲۷، ص ۴۱» - ناشر

(ترجمه کتاب پیش رو به هیچ عنوان به معنای صحت و تأیید مطالب آن نبوده و صرفاً تلاش کردم تا محتوای داستانی آن را منتقل کنم) - مترجم

(زمستان ۱۴۰۰)

فهرست مطالب

۱۱.....	دییاجه
۱۳.....	سرآغاز
۱۷.....	فصل یک: آغاز با ذهن
۱۸.....	پاکسازی هوا با تکنولوژی
۳۷.....	فصل دوم: دیدن در تاریکی
۳۸.....	زنی نابینا می‌تواند ببیند
۴۴.....	اینگه باردور با دست‌ها و پاهایش می‌بیند
۴۸.....	کودکان فراروان‌بین در چین
۵۰.....	آکادمی بین‌المللی توسعه بشر در نزدیکی مسکو
۵۳.....	فصل سوم: یاد گرفتن از قبیله‌های بومی
۵۴.....	ریش سفیدان بومی انرژی خود را به اشتراک می‌گذارند
۵۶.....	قدرت نیایش مائوری از قلب مشات می‌گیرد
۶۱.....	تجربه کاگی
۶۷.....	زن کلمبیایی
۷۰.....	یکی شدن با اسب‌ها
۷۲.....	بردن شخصی دیگر به فضای مقدس
۷۵.....	فصل چهارم: فضای مقدس قلب
۷۸.....	پژوهش و آموزش زیستن در قلب
۸۰.....	ارتعاش قلب، راهی ساده برای بازگشت
۸۱.....	تجربه شخصی من از فضای مقدس قلب
۸۵.....	بازگشت به خانه
۸۸.....	زمان چیست؟
۹۱.....	فضاهای مقدس دیگران، چند مثال
۹۳.....	چه چیزی می‌تواند شما را از داشتن این تجربه بازدارد
۹۵.....	فصل پنجم: اتحاد آسمان و زمین
۹۷.....	نفس اتحاد
۱۰۱.....	تثلیت مقدس زنده است
۱۰۲.....	رفتن روی صحنه
۱۰۳.....	بسیار ساده است

فصل ششم: ترک گفتن ذهن و ورود به قلب ۱۰۵

تمرین اول، حرکت پیرامون بدن ۱۰۷

تمرین دوم، ورود به قلب ۱۱۰

تمرین سوم، «اُم» در سر و «آه» در قلب ۱۱۱

دو شیوه برای ورود به فضای مقدس قلب ۱۱۱

شیوه مردانه برای ورود به قلب ۱۱۳

شیوه زنانه برای ورود به قلب ۱۱۴

فصل هفتم: مدیتیشن فضای مقدس قلب ۱۱۷

آماده شدن برای مدیتیشن ۱۱۸

نفس اتحاد ۱۱۹

راه خود را به سوی قلب برگزینید ۱۲۰

کاوش فضای مقدس قلب برای نخستین بار ۱۲۱

بازگشت به فضای مقدس قلب ۱۲۲

فصل هشتم: مرکابا و فضای مقدس قلب ۱۲۵

ترکیب کردن فضای مقدس قلب با مرکابا ۱۲۷

فرشتگان توضیح می‌دهند ۱۳۰

فصل نهم: هم‌آفرینی هشیارانه از قلبی که با ذهن مرتبط شده است ۱۳۳

توت صحبت می‌کند ۱۳۴

آفرینش از قلب ۱۳۵

آفرینش از ذهن ۱۳۶

منطق در برابر احساسات و عواطف ۱۳۹

دیپاچه

از سال ۱۹۷۱ من به طور فشرده پیرامون مدیتیشن و کالبد نورانی انسان که آن را مرکابا^۱ هم می‌نامند مطالعه می‌کرده‌ام، و در بیشتر دوران زندگی بزرگسالی‌ام وجود من جذب این سنت باستانی شده بود. همواره به نظر می‌رسید که این موضوع همهٔ مسائل را در بر می‌گیرد و پاسخ پرسش‌های بی‌شمار من در مورد زندگی است. راهنمای درون من در مورد هندسهٔ مقدسی به من آموخت که منتهی به کشف کالبد نورانی‌ام شد، و هندسهٔ مقدس خود به ظاهر کامل و دربرگیرندهٔ همهٔ دانش‌ها و اسرار گیتی می‌نموده این حقیقتاً شگفت‌انگیز بود.

با این حال، پس از سال‌ها تجربه در این مراتب روشنایی، به تدریج برایم روشن شد که این موضوع بسیار گسترده‌تر از این است، اما برای مدتی طولانی نمی‌توانستم به روشنی بیان کنم آن چیست. مطابق معمول، خداوند خود را به شیوه‌های نامعمول و اغلب مرموزی آشکار می‌کرد. جایی درون عوالم درونی فضاهاى من، جواهری مستور از ارزش روحانی عالی فراتر از مرکابا به تدریج راهش را به زندگی من باز می‌کرد. به چه هدف؟ تنها می‌توانم این‌طور فرض کنم که قرار بود از آن استفاده شود.

باری، این سخنان هدیهٔ من به شما است، چون من حقیقتاً می‌دانم شما چه کسی هستید و هم‌آن‌طور که زمین خورشید را دوست دارد من هم شما را دوست دارم. من به شما ایمان دارم، و معتقدم که شما این دانش را خردمندانه به کار می‌گیرید. از سوی دیگر به هیچ وجه هم نگران این نیستم که از این اطلاعات سوءاستفاده کنید چون اصلاً نمی‌توان از آن سوءاستفاده کرد.

درونوالو ملچیزدک