

بازی زندگی

و راه آن بازی

فلورانس اسکاول شین

اکرم مریخ‌نژاد اصل

نشر ارغوان مهر

سرشناسه	: شین، فلورانس اسکاول، - ۱۹۲۰ م.
عنوان و نام پدیدآور	: Shinn, Florence Scovel
مشخصات نشر	: بازی زندگی و راه آن بازی/ فلورانس اسکاول-شین؛ مترجم اکرم مریخ‌نژاد اصل
مشخصات ظاهری	: تهران: ارغوان مهر، ۱۳۹۷.
شابک	: ۱۳۰ ص: ۲۱/۵×۱۲/۵ س.م.
وضعیت فهرست نویسی	: 978-622-6098-22-9
پادداشت	: فای
موضوع	: عنوان اصلی: The game of life and how to play it.
	: موفقیت -- جنبه‌های روان‌شناسی
	: Success -- Psychological aspects
	: تفکر نوین
	: New thought
	: معنویت
	: Spirituality
	: راه و رسم زندگی
	: Conduct of life
نماینه افزوده	: مریخ‌نژاد اصل، اکرم، ۱۳۴۲ - مترجم
رده بندی کنگره	: مریخ‌نژاد اصل، اکرم، ۱۳۴۲ - مترجم
رده بندی دیویی	: مریخ‌نژاد اصل، اکرم، ۱۳۴۲ - مترجم
شماره کتابشناسی ملی	: مریخ‌نژاد اصل، اکرم، ۱۳۴۲ - مترجم
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: مریخ‌نژاد اصل، اکرم، ۱۳۴۲ - مترجم

ناشر:	ارغوان مهر
نویسنده:	فلورانس اسکاول شین
مترجم:	اکرم مریخ‌نژاد اصل
ویراستار:	گیتا کریمی
صفحه آرا:	الهام صیفی
طراح جلد:	آرش جهانی
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۶۰۹۸-۲۲-۹
تیراژ: ۲۰۰ جلد	قیمت: ۶۵۰۰۰ تومان
نوبت چاپ:	دوم
شماره تماس:	۰۹۰۱۶۷۰۰۲۶۲

<http://arghavanmehr.ir/>

https://www.instagram.com/nashr_arghavan_mehr/

سخن ناشر

زیبایی در سکون حضور می شکفت. برای هشیار شدن نسبت به زیبایی، عظمت و تقدس طبیعت نیاز به "حضور" دارید.

در یک شب صاف و پرستاره، در آسمان کویر به بی کرانگی فضا بنگرید و از سکوت مطلق و عظمت باورنکردنی اش، به حیرت درآیید. به صدای آبخاری که از کوه در جنگل سرازیر می شود؛ گوش بسپارید.

برای هشیار شدن نسبت به این امور، ذهن باید آرام بگیرد. باید لحظه ای، بارِ مسائل، گذشته، آینده و همه دانش خود را زمین بگذارید. درغیر این صورت نگاه می کنید؛ ولی نمی بینید. گوش می دهید و نمی شنوید.

یکی از ابزار برای رسیدن به سکون حضور، مراقبه است؛ مراقبه یک رویداد است، آن را نمی توان انجام داد، مثل عشق واقعی، آن نیز قابل انجام نیست. فقط خودت را تصفیه کن تا برایت اتفاق بیفتد.

مراقبه، فرایند بسیار ساده ای است. همه ی آنچه که برای انجام دادنش لازم دارید، بدانید فشار دادن دکمه ی صحیح کدام است.

اوپانیشاد این دکمه را "مشاهده کردن" می نامد. فقط، فرایند ذهن تان را مشاهده کنید و هیچ کار دیگری انجام ندهید. نیازی به

انجام هیچ کاری نیست، تنها شاهد باشید، نظاره کنید، به ترافیکِ ذهن‌تان نگاه کنید.

افکاری که رد می‌شوند، خواسته‌ها، رؤیاها، خاطرات، تمایلات، دور و جدا بایستید و خونسرد بمانید.

تماشا کردن، دیدن بدون قضاوت، بدون محکوم کردن و بدون گفتنِ این‌که خوب یا بد است. نظاره کردن یعنی مشاهده کردن بدون تعصب. این کلیدِ مراقبه است. وقتی قلقِ آن به دست‌تان آمد، ساده‌ترین کار دنیا می‌شود. مراقبه چیزِ جدیدی نیست، شما با آن به دنیا آمدید. مراقبه، طبیعتِ شماست، وجودِ واقعیِ شماست.

www.ketab.ir

فهرست

فصل ۱	۹
بازی زندگی	۹
فصل ۲	۲۱
قانون توانگری	۲۱
فصل ۳	۳۱
نفوذ کلام	۳۱
فصل ۴	۴۱
قانون عدم مقاومت	۴۱
فصل ۵	۵۱
قانون کارما	۵۱
قانون بخشایش	۵۱
فصل ۶	۶۱
سپردن بار	۶۱
تأثیر بر ذهن نیمه‌هشیار	۶۱
فصل ۷	۷۱

عشق ۷۱

فصل ۸ ۸۵

شهود یا هدایت ۸۵

فصل ۹ ۹۷

تکامل یا رسیدن به طرح الهی ۹۷

فصل ۱۰ ۱۰۹

انکارها و تصدیق‌ها ۱۰۹

الگوهای درخواست ۱۱۹

www.ketab.ir