

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

زیستن در حال

شرحی بر کتاب نیروی حال اکهارت تله

www.ketab.ir

نویسنده:

علی مسعودی مقدم

شناسنامه

نام کتاب: زیستن در حال

مؤلف: علی مسعودی مقدم

تیراژ: ۱۰۰۰

قطع: رقعی

تعداد صفحه: ۲۱۳

ناشر: سروش برتر

نوبت چاپ: اول

قیمت: ۲۳۰,۰۰۰

شابک: ۹۷۸۶۲۲۷۵۹۳۹۳۸



www.ketab.ir

سرشناسه: مسعودی مقدم، علی. ۱۳۵۷-

عنوان و نام پدیدآور: زیستن در حال: شرحی بر کتاب نیروی حال اکهارت توله/مؤلف علی مسعودی مقدم.

مشخصات نشر: تهران: سروش برتر، ۱۴۰۲

مشخصات ظاهری: ۲۱۷ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۹۳-۹۳-۸

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

یادداشت: کتاب حاضر شرحی بر کتاب "نیروی حال: رهنمونی برای روشن‌بینی معنوی" اکهارت توله است.

عنوان دیگر: شرحی بر کتاب نیروی حال اکهارت توله.

موضوع: تول، اکهارت، ۱۹۴۸ - م. نیروی حال: رهنمونی برای روشن‌بینی معنوی - نقد و تفسیر.

موضوع: زندگی معنوی Spiritual life

شناسه افزوده: تول، اکهارت، ۱۹۴۸ - م. نیروی حال: رهنمونی برای روشن‌بینی معنوی

رده‌بندی کنگره: BL۶۷۴

رده‌بندی دیویی: ۲۰۴/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۹۱۸۲۰۴۶

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا



فهرست مطالب

مقدمه ۵

بخش یکم مشاهده گری ۱۱

تعاریف ۱۲

آغاز کلام ۱۶

فن مشاهده کردن ۱۹

مروری بر بخش یکم ۲۸

بخش دوم درون و بیرون ۲۷

حفظ حریم درون ۲۸

مروری بر بخش دوم ۴۵

بخش سوم فن حضور ۴۷

اجرای فن حضور به وسیله تنفس ۵۸

مروری بر بخش سوم ۶۷

بخش چهارم رنجش ها ۶۹

بخش پنجم زمان ۸۹

چگونگی درک مفهوم زمان ۹۳

ادامه‌ی مطالب مفهوم زمان ۹۵

بخش ششم عالم معنا ۱۰۵

چرا حمله‌های ذهنی؟ ۱۱۳

راه‌حلی برای گذر از اضطراب‌های آنی ۱۱۷

مرور بر بخش ششم ۱۲۵

بخش هفتم زنانگی ۱۲۷

مروری بر بخش هفتم ۱۴۲

بخش هشتم پذیرش، رضایتمندی، شفقت ۱۴۳

رضایتمندی درونی ۱۴۹

موضوع شفقت یا مهربانی ۱۵۵

بخش نهم این من نیستم ۱۶۱

بخش دهم وضعیت جان ۱۸۱

دام‌های نفس ۱۹۲

بخش یازدهم از عطار تا اکهارت ۱۹۷

درک نیروی حال تا برون‌ریزی ۲۱۱

مقدمه

یک نفس با ما نشستی، خانه بوی گل گرفت

خانه‌ات آباد، این ویرانه بوی گل گرفت

از پریشان گویی‌ام، دیدی پریشان خاطرم

زلف خود را شانه کردی، شانه بوی گل گرفت

با یاد و نام پروردگار عالمیان شرح کتاب ارزشمند «نیروی حال» نوشته‌ی «اکهارت تله» را شروع می‌کنیم؛ امید است که این کتاب باعث شود، زندگی در لحظه‌ی حال را آغاز کرده و اهل «حال» باشید و همیشه از زندگی خود لذت ببرید.

نیروی حال، کتابی ارزشمند اما بسیار سنگین می‌باشد که متأسفانه حتی مطلب در کتاب آن‌گونه شایسته، بیان نشده است. نیروی حال، حتماً باید با تمرین همراه باشد. علت انتخاب شرح این کتاب، نیاز مبرم جامعه‌ی ما و طلب آگاهی زیاد جوانان این دوره است. این کتاب در جامعه‌ی ما بسیار مورد توجه قرار گرفت، چندین مرتبه تجدید چاپ شد و جزو پرفروش‌ترین کتاب‌های دهه اخیر است؛ زیرا فراخور زمان حال ما نوشته شده است.

هم‌چنین کتاب «نیروی حال» به لحاظ معنوی، کتابی گرانقدر و دارای مفاهیم بسیار عمیق است که درک آن، تنها با خواندن حاصل نمی‌شود و نیاز به ممارست و رادمردی دارد. به لطف الهی در شرح پیش‌رو، به درک این کتاب خواهیم رسید و مفاهیم آن در اندیشه‌ی همه‌ی ما حک خواهد شد.