

۲۱۶۶۶۹۴



۲

شاهزاده قاسم رومی نورجس

نویسنده:

مهنوش دین محمدی



www.ketab.ir

انتشارات حسن رسولی

نام کتاب: شاهزاده‌ی قلمروئ نور (جلد اول)

ناشر: حسن رسولی

نویسنده: مهنوش دین محمدی

ویراستار: زهرا الطفی

صفحه‌آرا: سیده سمیرا حسینی

طراح جلد: سیده سمیرا حسینی

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول / ۱۴۰۲

بها: ۲۵۰,۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۰۱۳۵-۶-۴

گفتار آغازین

هدف هنر، تاراندن بید افکار است و پاکسازی سرزمین روح و وجود. هنر، برای اینکه سقوط را توصیف و تفهیم کند تو را در چاه نمی اندازد، بلکه با ملایمت و ملاطفت از احوال در چاه افتادن به تو تصویر و امکان تصور میدهد، تا آن حال تجربه نکرده را احساس کنی و در آن صورت قدرت تصمیم گیری و انتخاب داشته باشی.

هنر، زاده ی خرد و مادر فرهنگ است، که تو را از چوب نامادری تجربه نجات میدهد،

چرا که هنر علاج واقعه پیش از وقوع است و تجربه، آینه ی عبرت. به پاس گرامیداشت جایگاه بلندبالای هنر، هنرمند و صاحب خرد را ارج نهیم و گرامی بداریم.

حسن رسولی



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۰.....	شاهزاده‌ی قلمروئ نور
۱۵.....	مراقبه، تفحص، نگرش و بیداری
۲۰.....	نگرش
۳۵.....	تفحص
۵۹.....	حضور در لحظه‌ی حال
۶۳.....	لحظه‌ی حال، لحظه‌ی اتصال به هوشمندی جهان هستی و دریافت الهامات
۶۹.....	حضور در لحظه‌ی حال یعنی برانگیختن شادمانی
۷۷.....	همراه زمان جاری باش و رنج را به گنج تبدیل کن
۸۱.....	لحظه‌ی حال، خودانگیختگی، برنامه‌ریزی، زمان‌بندی
۸۶.....	آنچه به زمان ارزش و اهمیت می‌بخشد، در درجه‌ی اول چگونه سپری شدن آن است
۹۳.....	ساختار پوست‌اندازی خودکار
۱۰۸.....	شاید همین حالا لحظه‌ی شنیدن صدای سوت پایان باشد
۱۱۷.....	تغییر
۱۲۶.....	ابعاد تغییر
۱۲۷.....	ابزارهای تغییر
۱۳۱.....	هر تکنیکی یک میانبر است
۱۳۲.....	خودانگیختگی
۱۳۵.....	بذر تحول
۱۴۲.....	به خود آ، به درون
۱۴۶.....	آگاهی به روایت رویدادها
۱۵۳.....	بازنگری احساسات و اثرگذاری

۱۵۵		اثر نگارش بر نگرش
۱۵۵		مکتوب
۱۶۰		مرور تمرین‌ها
۱۶۳		جنبش و تکاپو، حرکت انرژی، تغییر روند
۲۰۳		کنش و واکنش (رفتار متقابل) در جریان زندگی
۲۰۷		اصل خواستن
۲۱۵		شیوه‌ی درست درخواست کردن
۲۴۲		به سخت‌تر فکر کن، اما آسان بگیر
۲۴۸		تصمیم و انتخاب
۲۵۷		شفاف‌سازی اهداف
۲۶۷		نگرش
۲۷۱		رؤیابرداری و تخیل
۲۷۵		ضرورت اقدام
۲۸۳		پس: شروع کن
۲۹۱		فرصت و تلاش
۲۹۲		بانک ویژگی‌های خوب
۲۹۸		فرصت قاپ
۳۰۷		نقشه، برنامه‌ریزی، نظم
۳۱۱		پشتکار و استمرار
۳۱۸		وانمود کردن
۳۲۵		هر روز برای خودت سخنرانی کن
۳۲۶		امیدواری
۳۳۰		سپاسگزاری
۳۳۵		توکل و باور
۳۳۹		امیدوار باش، امیدوار

"پیکر"

در بند بند این کتاب تمام توان ادبی‌ام را به کار گرفتم تا با ساده‌گویی و بیانی شیوا، به درک عمیق و برداشت شفاف مخاطب نازنینم از مطالب کمک کنم و به زمان طلایی او احترام بگذارم.

بابت بیش از پانزده سال فعالیت‌م در عرصه نویسندگی و نوشتن کتاب‌های مختلف، به‌سادگی می‌توانستم آنچه را از دانشمندان و روشنگران معنوی در این کتاب نقل قول کرده‌ام، به بیان خودم شرح دهم و با جمع‌آوری تمام این مطالب، چکیده‌ای قابل‌فهم ارائه دهم، اما هدف از نام بردن اسامی این عزیزان، به معنی ارادتمندی، سپاسگزاری و ادای دینی است به آنها، برای پیشی الهی که به ما بخشیده‌اند.

تکرار برخی عبارات کاملاً هوشمندانه صورت گرفته و تأکید بر آنها به نشانه اهمیت موضوع موردنظر است. خواهمشم این است که از نسبت دادن مطالب این کتاب به هرگونه نگرش دینی و مذهبی جداً خودداری کنید. این کتاب برایتان اندیشه‌های نو و سخنان تازه در بر دارد، پس از خواندن آن شما نیز یک روشنگر معنوی هستید.