



استادی عشق

راهنمایی کاربردی برای هنر رابطه

نویسنده: دُن میگل روییز

بازگردان: پریچهر هیرادفر

Ruiz, Miguel.

رویز، میگل؛ ۱۹۵۲ - م.

استادی عشق: راهنمایی کاربردی برای هنر رابطه / دن میگل رویز. بازگردان: پریچر هیرادفر.
تهران: کلک آزادگان، ۱۳۹۹.
۱۵۸ ص.

ISBN: 978-600-7996-27-0

وضعیت فهرست نویسی: فیا.

عنوان اصلی: The Mastery of Love: A Practical Guide to the Art of Relationship, c1999.

چاپ یکم: ۱۳۹۹.

موضوع: عشق، جنبه‌های مذهبی.

هیرادفر، پریچر، ۱۳۳۳، بازگردان. جمشیدی کیا، زهره، ۱۳۶۰ - ویراستار.

رده‌بندی دیویی: ۲۹۹/۷۹۲

رده‌بندی کنگره: BL۶۲۶/۴

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۶۲۳۷۵۱۱



کتاب آرا

استادی عشق

راهنمایی کاربردی برای هنر رابطه

نویسنده: دن میگل رویز

بازگردان: پریچر هیرادفر

ویراستار: زهره جمشیدی کیا

حروف‌نگار: آرزو قهرمانی

لیتوگرافی: صدف

چاپ: شمشاد

صحافی: تاجی

پخش: گسترش فرهنگ و مطالعات

چاپ یکم: ۱۳۹۹

شمارگان: ۳۳۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۹۶-۲۷-۰

قیمت: ۳۵۰،۰۰۰ ریال



#	فهرست
۹	آشنایی با نویسنده
۱۱	مقدمه مترجم
۱۵	تلنگ
۱۹	پیش گفتار: استاد
۲۳	۱. ذهن زخمی
۳۵	۲. از دست دادن معصومیت
۴۷	۳. مردی که عشق را باور نداشت
۵۵	۴. مسیر عشق و مسیر ترس
۶۷	۵. رابطه کامل
۷۹	۶. آشپزخانه سحرآمیز
۸۹	۷. استاد رؤیا
۹۹	۸. رابطه جنسی: بزرگ‌ترین دیو در جهنم

۹. ایزدبانوی شکار ۱۰۹
۱۰. از دریچه عشق دیدن ۱۱۷
۱۱. درمان کالبد عاطفی ۱۲۷
۱۲. خدای درون شما ۱۴۱
- دعاها ۱۵۳
- دعا برای آگاهی ۱۵۴
- دعا برای دوست داشتن خود ۱۵۵

www.ketab.ir

مقدمه مترجم

دُن میگل روییز، نویسنده اندیشمند مکزیکی، ما را به جهانی سرشار از عشق، بخشش، رهایی، شکوهی، استعدادت بردن از موهبت‌های زندگی، اعتماد به نفس و دوری از موضوعاتی نرمی می‌دهد که واقعیت‌های وجودی‌مان را ویران و ما را بازیچه تفکر کهنه و مسموم خود می‌کند. او با هنرمندی، ما را به معنویتی دست‌یافتنی، رستگاری به سوی روشنی و تولدی دیگر هدایت می‌کند.



داستان زندگی نویسنده این کتاب هم بسیار شگفت‌آور است و بیان آن در اینجا خالی از لطف نیست.

دُن میگل روییز در یکی از شب‌های آغاز دهه هفتاد میلادی، در حال رانندگی پشت فرمان اتومبیل به خواب رفت، اتومبیلش واژگون شد و با یواری برخورد کرد. دُن میگل ناگهان از خواب پرید و در حالی که تلاش می‌کرد دوستانش را از خطر مرگ نجات دهد، متوجه شد که از بدن فیزیکی خود بیرون آمده است. این تجربه نزدیک به مرگ، او را دگرگون ساخت. در اثر ضربه حاصل از این رویداد، پرسش‌هایی در ذهن دُن میگل شکل گرفت و برای یافتن پاسخ، به

تمرین‌هایی سخت برای دست‌یابی به خرد باستانی پیشینیان خویش پرداخت. مادر دُن میگل، نخستین استادش بود و سپس یکی از بزرگ‌ترین استادان خرد باستانی، آموزش او را به عهده گرفت. خانواده‌رویز که از شفاگران مکزیکی بودند، از نخستین روزهای جوانی میگل آرزو داشتند که او سنت یکصدساله شفاگری و آموزگاری را ادامه دهد، این دانش باستانی را بگستراند و به نسل‌های بعد منتقل کند. با این حال، او که مجذوب زندگی امروزی شده بود، ترجیح داد دانشکده پزشکی برود و جراح شود. عشق به دانستن حقیقت، زندگی رویبر را از رادی دانش پزشکی به حوزه خرد باستانی کشاند و چنان که خود او در یکی از بخش‌های این کتاب می‌گوید، اگر شما در آشپزخانه جادویی نان عشق داشته باشید، از همه کس و همه چیز بی‌نیاز می‌شوید.



دُن میگل رویز با دقتی کم‌نظیر در این کتاب می‌کند در بخش‌های مختلف کتاب، ارزش‌های والای وجودی انسان را با بیان داستان‌هایی نشان دهد. او با تصاویری که می‌آفریند، نقش معانی آن ارزش‌ها را در ذهن و روح ما ماندگار می‌کند. با گذشت قرن‌ها، آموزه‌ها و باورهای نیاکان ما، بدن و روحان را همچون طلسمی در بر گرفته‌اند؛ باورهایی که در بسیاری از مواقع میچ، خود را برای ما نداشته‌اند و رنج سرگشتگی و مصیبت‌های جبران‌ناپذیر برایمان به جا گذاشته‌اند. دُن میگل می‌کوشد ما را که در عین بینایی، نابینا هستیم، به سرزمین روش‌های هدایت کند. این نویسنده توانا، با استادی ما را به نگرشی نو، بخشش و تغییر در هزارتوی وجودمان فرامی‌خواند تا سرانجام، با حقایقی تازه که در وجودمان آشکار شده‌اند، روبه‌رو شویم. سپس وجودمان را از تأثیرات ویرانگر جام پرشده ذهن رها کنیم تا به نیک‌فرجامی دست یابیم. این ارزش‌های پذیرفته‌شده، قرن‌های متمادی ما

را به دوزخ‌هایی کشانده‌اند که باید آن‌ها را بشناسیم. ما می‌توانیم با تمرین و خودباوری، وجودمان را از آتش این ارزش‌ها رهایی بخشیم.

رویز اعتقاد دارد که باید همه قطعاتی را که جورچین دنیا را در راستای تکامل بشر بر اساس خرد، دانش، جنبه‌های معنوی و اساطیر ساخته‌اند، با بینشی نو درک کنیم و بپذیریم. قطعاتی را که با گذشت زمان و در نتیجه عوامل بی‌شمار تاریخی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی دستخوش رویاها شده و از حقیقت دور مانده‌اند، باید رها کنیم. این قطعات ما را به تکامل و خوشبختی نمی‌رسانند.



دُن میگل رویز با سهانی که در استادی عشق به دست آورده است، ما را به دنیای ماجراهای بشری می‌برد تا با همذات‌پنداری با قهرمانان داستان‌ها، همراه آن‌ها فرجام‌های نیک و بد را آگاهانه دریابیم. او نشان می‌دهد که ما نمی‌توانیم دیگران را ضامن نیک‌بختی مان بدانیم. رویز در این راستا، داستان مردی را تعریف می‌کند که باور داشت عشق و جردن را رد تا آن که روزی با زنی روبه‌رو شد که او هم‌پنداری همسان با مرد داشت. او داختم یکدیگر شدند. قلب مرد سرشار از عشق بود که شبی معجزه‌ای بزرگ رخ داد. زیباترین ستاره را در آسمان شب یافت. عشق مرد آن قدر بزرگ بود که ستاره را از زمین آمد و در دستان او قرار گرفت. مرد می‌خواست با گذاشتن ستاره در دستان زن، عشقش را به او اثبات کند، اما زن تردید کرد، ستاره از دستش فروافتاد و هزاران تکه شد. خطای مرد این بود که گمان می‌کرد می‌تواند خوشبختی خود را به آن زن بدهد و او را مسؤول نگهداری آن عشق کند. زن ستاره را شکست، زیرا نمی‌توانست مسؤول خوشبختی آن مرد باشد.