

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مراقبه و فراوانی

تألیف:

علیرضا هلالی

www.ketab.ir

مراقبه و فراوانی

تألیف: علیرضا هلالی

ناشر: آتی‌نگر

چاپ اول: ۱۴۰۹

شمارگان: ۵۰ نسخه

تایپ و صفحه‌آرایی: ساغر حسابی

قیمت: ۳۹۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۷۱-۴۰-۰

نشانی مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان جمالزاده جنوبی، پلاک ۱۴۴، واحد ۹

عصر آوین

تلفن: ۰۶۶۰۶۶۲۷۶ - ۰۹۳۶۴۳۷۹۴۲۷

"کلیه حقوق برای مؤسسه عصر آوین محفوظ است."

تازه های کتاب در کانال تلگرامی <https://t.me/guanjinebook>

سرشناسه	: هلالی، علیرضا. ۱۳۴۹ -
عنوان و نام پدیدآور	: مراقبه و فراوانی / تألیف علیرضا هلالی.
مشخصات ناشر	: تهران، آتی‌نگر، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۲ ص؛ ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.
شابک	: 978-622-7571-40-0
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: ذکر عرفانی
	Sufi meditations
	زندگی معنوی
	Spiritual life
رده‌بندی کنگره	: BL۸۵
رده‌بندی دیویی	: ۲۹۹/۹۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۰۸۹۹۷
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیپا

فهرست مطالب

پیشگفتار	۵
----------	---

فصل اول

تعریف مراقبه	۷
انواع مراقبه	۷
الف: مراقبه‌های لحظه‌ای یا آنی	۸
ب: مراقبه‌های دوره‌ای	۸
زمان مراقبه	۹
مکان مراقبه	۹
مبانی مراقبه	۱۰
اهداف مراقبه	۱۲
ماهیت ذکر و آسیب‌شناسی مراقبه	۱۷
الف- اسامی جلالی خداوند	۱۹
ب- اسامی جمالی خداوند	۱۹
ج- ایجاد لایه‌های محافظتی	۲۱

فصل دوم

۱- مراقبه‌ی خورشید و ماه	۲۷
نحوه‌ی انجام مراقبه‌ی خورشید و ماه	۲۸
۲- مراقبه‌ی آسمان و زمین	۳۳
نحوه‌ی انجام مراقبه	۳۳
۳- مراقبه‌ی وضو	۴۱
۴- مراقبه‌ی درختان	۴۵
الف- دینن هاله‌ی درختان	۴۶
ب- اتصال به هاله‌ی درختان	۵۰
نحوه‌ی انجام این مراقبه	۵۱
۵- مراقبه‌ی کسب ثروت و موفقیت (۱)	۵۵

فهرست مطالب

۵۵	الف- نیت مراقبه
۵۶	ب- فعال کردن چاکرای اول
۵۷	ج- مکان مراقبه
۴۴	د- نحوه‌ی انجام مراقبه
۶۲	۶- مراقبه‌ی عارفانه
۶۲	نحوه‌ی انجام مراقبه
۶۸	۷- مراقبه‌ی نیاز
۷۲	۸- مراقبه‌ی جذب ثروت (۲)
۷۲	تقویت هاله
۷۴	نحوه‌ی انجام مراقبه
۷۹	۹- مراقبه‌ی خاک (تیمم)
۸۰	نحوه‌ی انجام مراقبه
۹۴	۱۰- مراقبه‌ی جذب عشق
۹۹	نحوه‌ی انجام مراقبه
۱۰۳	۱۱- مراقبه‌ی استاد
۱۰۶	۱۲- مراقبه‌ی اقیانوس آرام
۱۱۱	منابع

پیشگفتار

در جهان پرتنش امروز قرار داشتن در لحظه‌ی حال و متمرکز بودند در لحظه‌لحظه‌ی حیات امری دشوار است، زندگی نمودن و بودن در روزمره‌گی‌ها، تحلیل رفتن قوای ذهنی و جسمی از پیامدهای چنین سبکی از حیات می‌باشد. ذهنی که دائماً چون عروس در نوسان متغیر است و گاه شتابزده و گاهی خرامان و آرام به هر سو می‌دود، دیگر مجالی جهت خود زندگی در دسترس فرد قرار نمی‌گیرد و تغییرات از درون سلول آغاز می‌شود و به لایه‌های سطحی می‌رسد و این شروع تحول بی‌پایان انسانی است. افکار به هیچ عنوان قابل کنترل نبوده و وقتی به سطح می‌آیند قابل ارزش‌گذاری خواهند بود. دست یافتن به نقطه‌ای ثابت و لایتغیر در عمق وجود بس دشوار و غیرممکن می‌نماید، تغییر و تحول دائمی لحظه‌ای فرد را آرام نمی‌گذارد و همگی افکار را بندگی و زندگی می‌کنیم و نوع بشر در انواع کمیت‌ها گرفتار آمده به کم و زیاد، خوب و بد، پیر و جوان، زشت و زیبا، فقر و غنا، کیفیت را از یاد برده و نیازهای بی‌حد و حصر خویشتن را با آرزوهای دور و دراز در هم آمیخته و حسرت نداشته‌ها و غصه‌ی گذشته‌ها و افسوس رفته‌ها را در وجود آکنده کرده و جان بسیار خراشیده و تن را رنجور کرده است و توهم را زیسته و پس از گذشت سال‌ها نازنین جان را غلام نان کرده و از پی سراب اوهام دویده و به ناکجای وجود خویش نائل گشته است.

زمان آن رسیده است که رجعتی به درون خویشتن کنیم و فغان و غوغای آرام جان را شنوای شویم و بر خود فرض و واجب کنیم توهم‌زدایی و اوهام‌گریزی را و با همت و اراده‌ی راستین درصدد درمان خویش باشیم و جان خسته را التیام عشق بخشیم و در تجمع قوای ذهنی، دل و جان را مملو

از نور شفقت و رحمت کنیم و در معبد جان در تمنای جانان خود آئیم و با خود کاوی، معادن خویشتن را صیقل داده و گوهر حقیقی خود را با مراقبه جلاء دهیم تا حقیقت هویت خویش را عرضه کنیم و با سرور پای بر کرانه‌ی حواس نهیم و به پای کوبی و جشن، تجرد را فراخوان زنیم.