

دستان شفا بخش

www.ketab.ir

نویسنده:

خوزه سیلوا

مترجم:

آذین نودری

- سرشناسه : سیلوا، خوزه، ۱۹۱۴ - م.
Silva, Jose
- عنوان و نام پدیدآور : دستان شفابخش/نویسنده خوزه سیلوا ؛ مترجم آذین نوذری ؛
ویراستار محمد دسترس.
- مشخصات نشر : تهران: السا، ۱۴۰۰.
- مشخصات ظاهری : ۳۳۲ ص:؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
- شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۸۴-۰۹-۷
- وضعیت فهرست نویسی : فیبا
- یادداشت : You the healer : the world-famous Silva
method on how to heal yourself and others c1۹۹۱.
- یادداشت : کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "دستان شفابخش: آموزش
شفابخشی خود و دیگران" و سپس در سالهای مختلف با
عناوین متفاوت توسط مترجمان و ناشران مختلف منتشر شده
است.
- عنوان دیگر : دستان شفابخش: آموزش شفابخشی خود و دیگران.
- موضوع : شفای روانی سیلوا
Silva Mind Control
شفای روانی
Mental healing
مراقبت از سلامت شخصی
Self-care, Health
- شناسه افزوده : نوذری، آذین، ۱۳۷۶-، مترجم
- شناسه افزوده : دسترس، محمد، ۱۳۶۷-، ویراستار
- رده بندی کنگره : RZ۴۰۳
- رده بندی دیویی : ۸۵۱/۶۱۵
- شماره کتابشناسی ملی : ۷۶۷۲۵۱۳
- اطلاعات رکورد : فیبا
- کتابشناسی : کتابشناسی



نام کتاب: **دستان شفا بخش**

روش معروف جهانی سیلوا درمورد چگونگی درمان خود و دیگران
استاد رویکرد انقلابی برای پایان دادن به جنگ‌های روزمره

نویسنده: خوزه سیلوا

مترجم: آذین نوذری

ویراستار: محمد دسترس

نمونه‌خوان: لیلا نجفی

طراح جلد: سیده سمیه باقری

صفحه‌آرایی: امیررضا ایمانی

مدیر امور فنی: محمد دسترس

ناظر چاپ: امین ایمانی

چاپ و صحافی: آسمان سرخ

تیراژ: ۵۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱

شابک: ۷-۰۹-۷۵۸۴-۶۲۲-۹۷۸

قیمت: ۸۵۰۰۰ تومان

آدرس: تهران، شادمان، خیابان زنجان شمالی،

کوچه شهید امیر ولدخانی، پلاک ۴۳، طبقه منفی یک

تلفن: ۰۲۱-۶۶۵۳۱۰۹۵ کد پستی: ۱۴۵۶۸۳۹۱۳۶

همراه مدیر مسئول: ۰۹۰۲۳۰۹۰۰۳۶ - ۰۹۱۲۰۴۸۵۷۱۵

حق چاپ و نشر دائم این اثر برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب:

مقدمه ی مترجم

پیش گفتار

فصل اول - نقش ذهن و روان در بیماری و سلامتی

نقش ذهن و روان در بیماری و سلامتی

ذهن شما همانند کامپیوتر بدنتان را کنترل می کند

نحوه ی تأثیر بازخوردها و هیجانات بر سلامتی بدن

نحوه ی تأثیر با تصاویر ذهنی منفی بر سلامتی بدن

خودتان را برای تندرستی بیشتر، برنامه ریزی کنید

پذیرفتن تأثیر ذهن بر بدن از طرف مجامع پزشکی

متد سیلوا و تکنیک های فرمول مانند

حوزه های استفاده از متد سیلوا

دیدن از طریق چشمان ذهن، بزرگ ترین نعمت است

کلمات و تصاویر ذهنی، رفتارها را برنامه ریزی می کنند

استفاده از نیروهای ذهن و روان برای سلامتی بیشتر

فصل دوم - متد سیلوا چیست و چه کارکردی دارد

متد سیلوا چیست و چه کارکردی دارد؟

متد سیلوا روشی جهت فعال ساختن بیشتر ذهن و روان

خواندن این کتاب به تنهایی جانشین دوره ی عملی نیست

مراقبت از خود راهی برای کمک به پزشکان

امواج آلفا، کلید کنترل سلامتی

اهمیت ایمان و اعتقاد

با کنترل ذهن تان ، کنترل بدنتان را در اختیار خود بگیرید
 مراحل هشت گانه، در واقع سه مرحله بیش نیستند
 چهل روزی که زندگی شما را دگرگون خواهد ساخت
 چگونه می توانید به دیگران کمک نمایید
 فصل سوم - شروع استفاده از متد سیلوا برای شفابخشی خود
 شروع استفاده از متد سیلوا برای شفابخشی خود
 هر اندازه فرکانس امواج مغزی پایین تر آید ، توانایی شفابخشی افزایش
 می یابد

متد سیلوا، نوعی پیشگیری است
 غلبه بر موانع و احساس شادابی
 تمرین ریلکس عضلات به منظور عمیق تر کردن سطح آلفا
 یک سفر خیالی پر بار
 آموزش سفر خیالی به درون بدن
 روش های ویژه ی کمک به پزشکان
 اقدامات پیشگیرانه برای جلوگیری از ابتلا به بیماری های خطرناک
 مروری به مراحل تمرینات صبحگاهی
 فصل چهارم - کمک به شفایابی دیگران
 کمک به شفایابی دیگران
 متدهای شفابخشی سیلوا
 دست شفابخش با فرکانس معینی مرتعش می شود
 متد شفابخش ویژه ی سیلوا
 متد شفابخش استاندارد سیلوا
 نظریه ی دانشمندان در زمینه ی قدرت شفابخشی ذهن انسان
 ذهن، یک شفا دهنده ی معجزه گر

مقدمه

قرار نیست بیمار شوی.

قرار نیست به خاطر ابتلا به بیماری جان خود را از دست دهی.

طبیعت تو این است که سالم باشی.

تو همواره سلامت خواهی بود و تنها به مرگ طبیعی از دنیا خواهی رفت.

در این کتاب هیجان‌انگیز و هنجارشکن، خوزه سیلوا تمام آن‌چه را که از سال ۱۹۹۴ تا به امروز طی پژوهش‌های کاربردی خود دربارهٔ ریشهٔ روحی‌روانی بیماری‌های جسمانی آموخته است، به ما می‌آموزد.

در کتاب حاضر سرگذشت افرادی را خواهید خواند که سال‌ها از بیماری رنج برده‌اند؛ اما توانسته‌اند با بهره‌گیری از نیروی ذهن خود و نیز شیوه‌هایی که در این کتاب آموزش داده شده است، خود را درمان کنند.

همچنین داستان‌های واقعی زندگی افرادی را خواهید خواند که موفق شده‌اند با بهره‌گیری از کمک‌های اولیهٔ راهکار سیلوا از حوادث و سوانح جان سالم به در برند.

از همه مهم‌تر، راه‌های پیشگیری از بیماری‌ها و حتی حوادث ناگوار زندگی را خواهید آموخت و به تبع این یادگیری، زندگی‌تان سرشار از تندرستی، آسایش و شادمانی خواهد شد و قادر خواهید بود تا عزیزان خود را نیز در این مسیر با خود همراه سازید.

آیا به‌راستی چنین چیزی امکان‌پذیر است؟

از سال ۱۹۹۶ تا به این لحظه میلیون‌ها نفر روش‌های پرورش و کنترل ذهن خوزه سیلوا را آموخته و آن‌ها را در زندگی خود به کار بسته‌اند. آنان

بارها و بارها به سیلوا گفته‌اند: «بابت این که راهی برای ارتقا و بهبود زندگی به ما نشان داده‌ای، از تو سپاس‌گزاریم.»

مطالعه این کتاب و دنبال کردن راهکارهای ساده و گام‌به‌گام آن زندگی شما را دگرگون خواهد کرد. روش‌های سیلوا در نگاه اول طوری ساده به نظر می‌رسد که درباره این که آیا این روش‌ها کارساز خواهند بود یا خیر، به شک می‌افتید؛ اما دستاوردهای شگفت‌انگیز و فواید فوق‌العاده آن به گونه‌ای هستند که حتی شکاک‌ترین افراد را هم قانع می‌کنند. به استفاده از روش‌های ساده متد سیلوا و وصول سریع به نتایج دلخواه، از این که چرا همه افراد این روش‌ها را به کار نمی‌گیرند متعجب می‌شوید.

امروز وقتش رسیده که از متد سیلوا برای رسیدن به خوشبختی و همراه کردن زندگی خود و عزیزانتان با سلامتی و شادی یاری بطلبید.