

گفت و گو
با
دنیای کائنات

نویسنده: دکتر عالم خان قادری

آفتاب گیتی



سرشناسه	: نقدی، علیرضا، ۱۳۷۱-
عنوان و نام پدیدآور	: گفت و گو با دنیای کائنات/ نویسنده علیرضا نقدی.
مشخصات نشر	: تهران: آفتاب گیتی، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۷ ص.
شابک	: ۲۲۰۰۰ ریال: ۲-۰۵۰-۲۴۵-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: افسردگی
موضوع	: Depression, Mental
موضوع	: افسردگی -- درمان
موضوع	: Depression, Mental-- Treatment
موضوع	: راه و رسم زندگی -- جنبه‌های روانشناسی
موضوع	: Conduct of life -- Psychological aspects
رده بندی کنگره	: RC۵۷
رده بندی دیویی	: ۸۵۲۷.۱۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۹۱۷۹۸۸

آفتاب گیتی

عنوان: گفتگو با دنیای کائنات

نویسنده: علیرضا نقدی

صفحه آرای و تنظیم: مریم طباطبایی

ویرایش: شورای بررسی موسسه انتشاراتی آفتاب گیتی

نشر و پخش: موسسه انتشاراتی آفتاب گیتی

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: پاسارگاد

قیمت: ۳۲۰۰۰ ریال

شابک: ۱۴۷-۹-۲۴۵-۶۲۲-۹۷۸

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

آدرس: تهران میدان انقلاب ضلع جنوب شرقی- نبش خیابان ۱۲ فروردین-ساختمان

ولیعصر- پلاک ۱۳۱۴ -طبقه سوم. واحد ۹

نشر و پخش همراه: ۰۹۱۲۳۳۴۲۳۶۲-۰۲۱۶۶۹۶۹۸۳۷

فهرست مطالب

مقدمه کتاب	ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.
قانون جذب کائنات	۱۶
رواج افرزدگی	۴۲
تعریف افسردگی	۴۳
علائم روانی افسردگی	۴۳
حالت گرفتگی و ناامیدی (حالت افرزدگی)	۴۴
اضطراب	۴۵
بی تفاوتی عاطفی	۴۶
تفکرات افسرده کننده	۴۶
مشکلات تمرکز حواس و حافظه	۴۸
توهم و کژپنداری	۴۸
علائم جسمی	۴۸
بدخوابی	۴۸
کاهش فعالیت جسمی و ذهنی	۴۹
بی اشتها	۴۹
علائم جسمی معکوس	۴۹
سایر علائم جسمی	۵۰

- ۵۰..... افسردگی پنهان
- ۵۱..... دلیل بروز علائم
- ۵۲..... نقش هورمون‌ها
- ۵۳..... عوامل بروز افسردگی
- ۵۴..... عوامل مؤثر
- ۵۴..... رن‌ها
- ۵۵..... ویژگی شخصیتی
- ۵۵..... جنسیت
- ۵۵..... الگوهای فکری
- ۵۶..... بدشانسی
- ۵۷..... معلولیت‌های درازمدت
- ۵۷..... تحریک افسردگی
- ۵۷..... فشار روانی و حوادث زندگی
- ۵۸..... بیماری جسمی
- ۶۰..... درمان دارویی و داروها
- ۶۱..... عدم وجود نور خورشید
- ۶۲..... انواع افسردگی
- ۶۲..... طبقه‌بندی افسردگی
- ۶۲..... افسردگی خفیف

افسردگی

۶۱	افسردگی شدید
۶۳	سایر اصطلاحات مربوط به افسردگی
۶۳	افسردگی واکنشی
۶۴	افسردگی درون زاد
۶۴	افسردگی عصبی (افسردگی نوروتیک)
۶۵	افسردگی روان پریشی
۶۵	افسردگی دوقطبی
۶۶	افسردگی تک قطبی
۶۶	افسردگی تهییجی
۶۶	افسردگی تأخیری
ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.	دیستیمی
۶۶	افسردگی پنهان یا ماسک
۶۷	افسردگی عضوی
۶۷	افسردگی برگشتی کوتاه مدت
۶۷	اختلال فصلی (SAD)
۶۸	آمادگی برای رویارویی با مشکلات
۶۹	فراقت از کار
۷۰	مشورت با دیگران
۷۰	تغییر سبک زندگی

۷۰	
۷۲	کنترل فشار روانی
۷۲	ایجاد آرامش
۷۵	داروهای مکمل
۷۵	هوموپاتی
۷۶	طب سوزنی
۷۶	درمان افسردگی
۷۷	روان درمانی
۸۱	درمان‌های کوتاه‌مدت
۸۲	درمان درازمدت
۸۳	درمان با داروی ضد افسردگی
۸۴	نحوه تأثیر داروی ضد افسردگی
۸۷	داروهای ضد افسردگی تری سیکلیک
۸۹	داروهای ضد افسردگی مشابه تری سیکلیک
۹۰	داروهای اس.اس.آر.آی (SSRI)
۹۱	داروهای ام.آ.او.آی (MAOI)
۹۳	سایر داروهای ضد افسردگی
۹۴	تثبیت‌کننده‌های حالات خلقی
۹۴	لیتیم
۹۸	کاربامازپین

سدید

- ۶۸..... سایر داروهای تبیب‌کننده حالات حلقی
- ۹۹..... شوک درمانی
- ۱۰۰..... آنچه در شوک درمانی انجام می‌شود
- ERROR! BOOKMARK NOT DEFINED.**..... انجام شوک، مانی
- ۱۰۱..... زنان و افراد دگ
- ۱۰۲..... دوره قاعدگی
- ۱۰۳..... افسردگی و حاملگی
- ۱۰۳..... افسردگی پس از زایمان
- ۱۰۴..... افسردگی متوسط پس از زایمان
- ۱۰۶..... افسردگی شدید پس از زایمان
- ۱۰۷..... یائسگی
- ۱۰۸..... پس از عمل جراحی
- ۱۰۸..... ماندن زنان در خانه
- ۱۰۹..... اندوه و داغ عزیزان
- ۱۱۰..... اندوه و داغ طبیعی
- ۱۱۰..... حالت ماتی و بی‌تفاوتی
- ۱۱۱..... گریه و زاری
- ۱۱۱..... پذیرش
- ۱۱۱..... نحوه برخورد با داغ و اندوه عزیزان

پیشگفتار

در این کتاب من راز رسیدن به تمام زیبایی‌های دنیا را برای شما شرح خواهم داد. یک راز دست‌یافتنی. البته همه‌چیز در این دنیا دست‌یافتنی است و هیچ غیرممکنی وجود ندارد و به این جمله ایمان داشته باشید که:

فقط غیرممکن است که غیرممکن می‌باشد.

علیرضا نقدی

پس دست یافتن به این راز آسانی است و فقط تمریناتی که من برای شما در این کتاب در نظر گرفته‌ام را به خوبی انجام دهید.

وقتی خداوند این جهان را آفرید همی دنیا را سرشار از زیبایی ساخت. مثل آسمان، ماه، خورشید، ستارگان، دریاها، زمین، جنگل‌ها و تمام این زیبایی‌ها را هدیه داد به انسان‌ها و برای آرامش انسان بود که جهان را این‌گونه آفرید.

خداوند در دنیا برای انسان‌ها قانون‌های یکسانی قرار داد. خودش شد قاضی و قانون‌گذار و فقط شروع به قضاوت کرد.

خداوند نیرویی خلق کرد به اسم کائنات و گردش و نیروی حرکت دنیا رو بر روی کائنات قرار داد.

و دنیای هستی رو به کائنات سپرد.

و این‌گونه قانون‌گذاری نمود:

که ای کائنات اگر انسانی خوبی نمود تو بچرخان خوبی‌ها رو به سمتش و اگر زیبا ساخت، تو زیبا ساز برایش، اگر کمکی به کسی کرد تو کمکش کن و اگر لبخندی زد و شکرگزار بود تو ثروتمندش ساز.

پس این راز، «قدرت قانون کائنات می‌باشد». قوی‌ترین انرژی که خداوند خلق کرد تا که انسان‌ها از طریق آن به خواسته‌های خود برسند. پس شروع می‌کنیم گفت و گو با دنیای کائنات را و قدم برمی‌داریم به سوی رسیدن به آرزوهای خود....

www.ketab.ir