



به نام خدا

کتاب: دستان شفا بخش

نویسنده: خوزه سیلوا

مترجم: مجید پزشکی

تعداد صفحه: ۳۰۳

تعداد فصل: ۱۱

این کتاب در مورد امواج ذهن و چگونگی شفابخشی خود و دیگران با نیروی ذهن است

دارای امواج و فرکانسهایی است حالت بیداری امواج بتا، حالت ریلکس و آرامش آلفا،

اوایل خواب سبک تتار، و وقتی در خواب عمیق هستیم دلتا نام دارد

در حالت آرامش یا ریلکسیشن که در حالت آلفا هستیم با استفاده از قوه تصورمان میتوانیم تندرستی

خودمانرا توسعه بخشیم و مشکلات پیش رو را برداریم

تا کنون دقت کرده اید وقتی سوالی را از شما میپرسیند چشم ها به سمت راست بالا بین دو ابرو پلک

با زاویه ۲۰ درجه برده و فکر میکنیمبه آن پرده نمایش ذهنی گفته میشود که همان حالت آلفاست

علت تضعیف سیستم ایمنی بدن ما چیزی نیست به جز استرس

پس با ریلکسیشن و آرامش تندرستی را برای خود به امان بیاورید

خواندن این کتاب مفید را به همه دوستان توصیه میکنم