

به نام هستی بخش

موسیقی شفابخش

قدرت معجزه آسای موسیقی مثبت در شفابخشی، جوان سازی،
تقویت سیستم ایمنی بدن، افزایش روحیه و انگیزه، رسیدن به
آرامش و تن آرامی، تغییر تحول، الهام بخشی و ایده پردازی
و دستیابی به بیناری معنوی

جو ویتالی

ترجمه: ساشا صالحی

مربی تحولات فردی و NLP و EFT از انگلیس



ناشر کتاب های
روان شناسی، مدیریت و کارآفرینی،
بازاریابی و فروش

سرشناسه: ویتال، جو، ۱۹۵۳ - م.

Vitale, Joe

عنوان و نام پدیدآور: موسیقی شفابخش / اثر جو ویتال؛ ترجمه ساشا صالحی.

مشخصات نشر: تهران: بهار سبز، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۱۶۸ ص، ۱۴×۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۰۸-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان اصلی: Healing music، ۲۰۱۲.

یادداشت: یادداشت: کتابخانه: ص. ۱۷۲.

موضوع: موسیقی -- جنبه‌های روان‌شناسی

Music -- Psychological aspects

موضوع: موسیقی -- اثر فیزیولوژیکی

Music -- Physiological effect

موضوع: خودسازی

(Self-actualization (Psychology

شناخته افزوده: صالحی، ساشا، ۱۳۴۵ -، مترجم.

رده بندی کنگره: ML۳۸۳۰

رده بندی دهکده: ۷۸۱/۱۱

شماره کتابخانه ملی: ۵۸۳۰۷۱۲

بهار سبز

موسیقی شفابخش

جو ویتال

ترجمه: ساشا صالحی

ویراستار: گروه ویراستاران نشر بهار سبز

طراح جلد: مهدی انوشیروانی

صفحه آرا: علی طباطبایی

نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۳۹۸

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی: صاحب

چاپ و صحافی: گنج شایگان

قیمت: ۲۶۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۰۸-۳

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوچه بهشت آیین، پلاک ۱۰

تلفن: ۳-۲۲۶۲۲۹۰۱؛ کد پستی: ۱۳۱۴۹۶۳۹۹۳

پست الکترونیک: info@baharesabz.ir

فروشگاه اینترنتی: www.bookala.ir

حق چاپ محفوظ است.

این کتاب را به همه مردم، خصوصاً جوانان و دوستان هنرمندم که در عرصه موسیقی و هنر فعالیت دارند، تقدیم می‌کنم.

امیدوارم با مطالعه آن، اثری سی‌کریچک در نگرش ما نسبت به چگونگی ساخت و استفاده از موسیقی ایجاد شود. امیدوارم از وجود قدرتی که در جوهر قلم و صدای سازهایی که در دست مان است آگاه شده و بدانیم که به عنوان هنرمند رسالت و مأموریتی مهم در پیش داریم و خود را با روزمرگی و موسیقی‌های بی‌محتوا سرگرم نکنیم.

ما ذائقه‌ساز هستیم و بدون اینکه متوجه باشیم می‌تویم با آواز خود جریان‌سازی کنیم، تغییرات ایجاد کنیم و الگوهای رفتاری یک جامعه را از طریق فیلم، نقاشی، نویسندگی، موسیقی و اشعار خود، تحت تاثیر قرار داده و به سمت خوشبختی و شفا یا بدبختی و مرگ جهت دهیم.

مرگ و زندگی در کلام ما است. (انجیل)

ساشا / مرداد ۹۶

متأسفم؛ منوبخش؛ دوست دارم؛ سپاسگزارم



فهرست مطالب

۷	از کتاب در وضعیت صفر
۱۲	در گفتار
۱۸	زبان حیات موسیقی
۲۹	فصل اول: موسیقی، شفا بخش چیست؟
۳۷	فصل دوم: ادوات قدرت موسیقی با اسناد تاریخی
۴۳	فصل سوم: موسیقی و تاثیر آن بر مغز و بدن ما
۵۹	فصل چهارم: موسیقی به عنوان دارو
۷۱	فصل پنجم: ارتعاش انرژی ها
۸۵	فصل ششم: هیجانات و استرس
۱۰۳	فصل هفتم: موسیقی به عنوان یکی از انواع هنر
۱۰۹	فصل هشتم: موسیقی به عنوان منبع الهام
۱۱۵	فصل نهم: موسیقی به عنوان یک روش خودیاری
۱۳۷	فصل دهم: موسیقی به عنوان یک ارتباط معنوی و روحانی
۱۵۳	فصل یازدهم: فقط شروع کن
۱۶۶	منابع