

بهبود و شفای چاکرا

راهنمایی ابتدایی برای تکنیک‌های خود درمانی که
چاکراها را متوازن می‌سازد

نویسنده: مارگاریتا آلکانتارا

مترجم: یاسین قاسمی - طلعت اصغری درمیان



سرشناسه:

عنوان و نام پدیدآور:

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

شابک:

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت:

موضوع:

شناسه افزوده:

شناسه افزوده:

رده بندی کنگره:

رده بندی دیویی:

شماره کتابشناسی ملی:

آلکانتارا، مالگاریتا - Alcantara, Margarita (Healer)

بهبود و شفای چاکرا : راهنمایی ابتدایی برای تکنیکهای خود درمانی که

چاکراها را متوازن می سازد / نویسنده مارگاریتا آلکانتارا ؛ مترجم یاسین

قاسمی، طلعت اصغری درمیان.

تهران: انتشارات پل، ۱۴۰۰.

۲۱۵ ص.

978-964-233-337-0

فیپا

عنوان اصلی: Chakra Healing.

چاکراها -- Chakras

قاسمی، یاسین، ۱۳۶۷ - مترجم

اصغری درمیان، طلعت، ۱۳۶۴ - مترجم

BF۱۴۴۲

۱۳۱

۷۵۸۵۱۵۳

بهبود و شفای چاکرا

نویسنده: مارگاریتا آلکانتارا

مترجم: یاسین قاسمی - طلعت اصغری درمیان

ویراستار: زهرا لطفی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۳-۳۳۷-۰

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

قیمت: ۷۶۰۰۰ تومان

instagram: poul_publication



«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به مترجمین می باشد»

آدرس: تهران، انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین خیابان فخررازی

و خیابان دانشگاه، پلاک ۱۷۴، طبقه ۲، واحد ۴ - تلفن: ۸۸۴۴۹۶۰۸

فهرست



۱۱	نگاهی به پیش رو
۱۳	سخن مترجم
۱۵	مقدمه
۱۹	I (ساختار قدرتمند چاکراها)
۲۱	• فصل ۱: مروری بر چاکراها
۲۱	چاکرا چیست؟
۲۵	قدرت چاکراها در بهبودی و شفا
۲۶	افسانه‌ها در مورد بهبود و شفای چاکرا
۲۹	اصول چاکرا
۳۲	چاکرای ریشه
۳۵	چاکرای شبکه خاجی یا ساکراال
۳۸	چاکرای شبکه‌ی عصبی زیر معده
۴۱	چاکرای قلب
۴۳	چاکرای گلو
۴۶	چاکرای چشم سوم
۴۸	چاکرای فرق سر یا تاج سر
۵۱	• فصل ۲: کار بر چاکراها
۵۱	بهره‌گیری از قدرت چاکرای خود

۶۸	حفظ تعادل در زندگی روزمره
۷۰	فضای شفابخش مقدس شما
۷۳	II (شفای چاکرای شما)
۷۵	• فصل ۳: علائم و بیماری‌های رایج و معمول
۷۵	اعتیاد
۷۶	ضعف یا خستگی آدرنال
۷۷	خشم
۷۹	آنورکسیا (بی اشتهاهی عصبی) و بولیمیا (پرخوری عصبی)
۸۰	اضطراب
۸۱	آسم و آرژی
۸۱	کمردرد
۸۳	سرطان
۸۴	هم وابستگی
۸۶	تعارض
۸۶	بیوست
۸۷	افسردگی
۸۸	مشکلات گوارشی
۸۹	قطع ارتباط با خود و دیگران
۹۰	خستگی
۹۰	ترس
۹۱	اندوه
۹۲	حس گناه
۹۳	سرگرد

۹۴	هموروئید (بواسیر).....
۹۵	درد مفصل ران یا استخوان لگن.....
۹۵	ناباروری.....
۹۷	درد فک / درد مفصل گیجگاهی فکی (TMJ).....
۹۸	درد پا.....
۹۸	تنهایی.....
۹۹	گردن درد.....
۱۰۰	نوروپاتی.....
۱۰۱	حمله پانیک یا وحشت زدگی.....
۱۰۱	سیاتیک.....
۱۰۲	نفرت از خود.....
۱۰۳	سوء استفاده جنسی.....
۱۰۴	عقونتهای منتقله از راه جنسی.....
۱۰۵	شرم.....
۱۰۶	درد سینوس.....
۱۰۷	مشکلات پوستی.....
۱۰۷	درد و اختلالات معده.....
۱۰۸	استرس و فشار روانی.....
۱۱۰	اختلالات تیروئید.....
۱۱۰	فیبروئیدهای رحمی و کیستها.....
۱۱۱	مسائل مربوط به وزن.....
۱۱۳	● فصل ۴: درمانها و راه حل های شفابخشی.....
۱۱۳	چاکرای ریشه.....
۱۲۱	چاکرای شبکه خاجی.....