

بسمہ تعالیٰ

تذریکِ حایِ ذہن و معنوی غلبہ بر سرطان

نویسنده: منصورہ بنت علی
(نجات یافتہ سرطان)

۱۳۹۹

مؤسسہ آموزشی تألیفی ارشدان

سرشناسه	:	معمدی، منصوره، ۱۳۵۱-
عنوان و نام پدیدآور	:	تکنیک‌های ذهنی و معنوی غلبه بر سرطان / نویسنده منصوره معمدی.
مشخصات نشر	:	تهران: موسسه آموزشی تألیفی ارشدان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۹۰ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۴۹۷-۶
وضعیت فهرست نویسی:	:	فیفا
موضوع	:	تیروئید -- سرطان -- درمان -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	:	Thyroid gland -- Cancer -- Treatment -- Psychological aspects
موضوع	:	تیروئید -- سرطان -- بیماران -- روان‌شناسی
موضوع	:	Thyroid gland -- Cancer -- Patients -- Psychology
موضوع	:	تیروئید -- سرطان
موضوع	:	Thyroid gland -- Cancer
رده بندی کنگره	:	RC ۱۰۰
رده بندی دیویی	:	۶۱۶.۰۴۴
شماره کتابشناسی ملی:	:	۶۱۷۶۰

ارشدان

مؤسسه آموزشی تألیفی ارشدان

تکنیک‌های ذهنی و معنوی غلبه بر سرطان

منصوره معمدی

آموزشی تألیفی ارشدان

اول

اول ۱۳۹۹

www.irantypist.com

www.irantypist.com

۹۷۸-۶۲۲-۲۵۱-۴۹۷-۶

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵

۲۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ گردآوری و تألیف:

■ ناشر:

■ ویرایش:

■ نوبت چاپ:

■ حروفچینی و صفحه آرایی:

■ طراح و گرافیکست:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خرید آنلاین:

■ مرکز پخش و توزیع:

■ قیمت:

فهرست

۸	 سخن نویسنده
۱۰	 مقدمه
۱۲	 چگونه بر سرطان غلبه کردم
۱۴	 کمک به درمان سرطان با ذهن
۱۶	 چرا سرطان می‌گیریم؟
۱۶	 بیشتر بیماری ناشی از عدم بخشش است
۱۸	 تکنیک‌های کما به شما کمک می‌کند بر بیماری تان غلبه کنید
۱۹	 تکنیک "بنویس، بدان، سوزان"
۲۱	 بخشش
۲۲	 مدام با خود تکرار کنید:
۲۴	 تکنیک عفو و بخشایش
۲۵	 چگونه ببخشیم؟
۲۶	 تمرین عفو و بخشایش
۲۶	 با خود مدام تکرار کنید
۲۷	 بخشش را می‌توانید با پیشنهادهای ذیل امتحان کنید
۲۷	 ۱- با آزرده‌گی کوچک شروع کنید
۲۷	 ۲- خودتان را از احساس‌های مضر و منفی، رها کنید
۲۷	 ۳- به فردی که شما را آزرده خاطر کرده است نامه بنویسید
۲۷	 ۴- احساس نکنید که مقابله کردن و رو در رو شدن ضروری است
۲۸	 ۵- با همدلی، گوش فرا دهید
۲۸	 ۶- عبادت و تفکر را فراموش نکنید
۲۸	 ۷- بخشش، همان فراموشی نیست
۲۸	 چگونه ببخشیم و فراموش کنیم
۲۹	 عوارض و عواقب کینه داشتن

- ۵۳ پذیرش سرطان
- ۵۵ چگونه انرژی منفی را تخلیه کنیم؟
- ۵۵ استرس را از خود دور کنید
- ۵۶ رابطه استرس و سرطان
- ۵۸ دو مورد، از بزرگ ترین دشمنان تان را بشناسید
- ۵۹ انرژی خود را حفظ کنید
- ۶۱ از خودتان مراقبت کنید
- ۶۲ از مشاغل، برای خود فاجعه نسازید
- ۶۴ تغذیه بیمار مبتلا به سرطان
- ۶۵ وجود روان شناس در کنار بیمار سرطانی
- ۶۶ نقش ژنتیک در سرطان
- ۶۶ راه کارهای روان شناسی مبارزه با سرطان
- ۶۶ ۱- پذیرش واقعیت
- ۶۷ ۲- توقف گفتگوهای منفی درونی
- ۶۷ ۳- تمام کردن رفتارهای خود ویرانگر
- ۶۷ ۴- عذر و بهانه آوردن را رها کنید
- ۶۸ ۵- احساس و رفتارهای متعصبانه و مغرورانه رها کنید
- ۶۸ ۶- دنبال مقصر نگردیم
- ۶۹ افراد سمی را از زندگی تان بیرون کنید
- ۷۱ تنهایی تان را تمرین کنید
- ۷۲ با ناامیدی، خداحافظی کنید
- ۷۲ تسلیم محض خداوند باشیم
- ۷۳ راز شفا
- ۷۴ خویشن دوستی
- ۷۵ گام های خویشن دوستی
- ۷۵ گام اول:
- ۷۵ گام دوم:
- ۷۵ گام سوم:

- گام چهارم: ۷۶
- شیوه های متفاوت که به شما کمک می کند بیش از پیش خودتان را دوست داشته باشید ۷۷
- معنویت درمانی، سلاحی برای مبارزه با سرطان ۷۸
- بیماری، یک آزمایش الهی است ۷۹
- فعال سازی سیستم خود شفادهی بدن ۸۱
- یک داستان واقعی از خود شفادهی ۸۲
- تو هم، معجزه خود شفادهی باش ۸۲
- جملات تأییدی، جراحی ۸۳
- سخن آخر ۸۵
- منابع ۸۹

سخن نویسنده

سرطان، پایان راه نیست. سرطان، شروع روش جدید زندگی است.

سرطان، به مجموعه بیماری هایی گفته می شود که از تکثیر ماهر نشده سلول ها پدید می آیند. سرطان، شامل انواع تومورهای بدخیم می شود. تومورها، خود به دو دسته بدخیم و خوش خیم، تقسیم می شوند. نوع بدخیم آن می تواند با گسترش زیادی به قسمت های دیگر بدن سرایت کند. این تومورها، توسط سیستم لنفاوی و گردش خون در بدن، جابه جا شده تا بقیه قسمت ها را درگیر خود کند. سرطان، با این نوع تومور گاهی بدون جراحی قابل درمان نخواهد بود. تومور خوش خیم برخلاف بدخیم، نمی تواند دیگر قسمت های بدن را از خود پر کند.

ما همیشه فکر می کنیم فقط برای درمان اتفاق می افتد، اما شاید یک روز همانطوری که برای من اتفاق افتاد، برای شما هم اتفاق بیفتد. هیچ کس در هیچ کجای دنیا از این بیماری ایمن نیست.

اگر به قدرت ذهن، پی ببرید، دیگر هیچ گاه بیمار نمی شوید. به علت بیماری، جان تان را از دست نمی دهید. همیشه، سالم خواهید بود و تنها به مرگ طاعون از دنیا می روید.

ذهن، توانایی این را دارد که هم ما را بیمار کند و هم ما را ندرست کند. انتخاب، با خود ماست.

با به کارگیری مطالب این کتاب، می توانید همیشه سالم باشید و از بیماری ها و حوادث بد در زندگی خود پیشگیری کنید و زندگی تان را سرشار از تندرستی و آسایش کنید. با استفاده از