

درمان چاکرا

راهنمای مبتدیان در شیوه‌های خود درمانی، برای
متعادل سازی چاکراهای بدن

مارگریتا آلکانترا

مترجم: فرح آمیلی

سرشناسه	: آلکانتارا، مارگاریتا (Alcantara, Margarita Healer)
عنوان و نام پدیدآور	درمان چاکرا: راهنمای مبتدیان در شیوه‌های خوددرمانی، برای متعادل‌سازی چاکراهای بدن/ مارگریتا آلکانتارا؛ مترجم فرح آمیلی.
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات تالیف، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	: ۱۷۷ ص.: مصور (بخشی رنگی).؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-622-6628-69-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	عنوان اصلی: Chakra healing : a beginner's guide to self-healing techniques that balance the Chakras, 2017
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۱۷۶] - ۱۷۷.
موضوع	انرژی درمانی Energy medicine جسم و جان درمانی Mind and body therapies شفافا Healing چاکراها Chakras مراقبت از سلامت شخصی Self-care, Health
شناسه افزوده	: آمیلی، فرح، ۱۳۴۴ - مترجم
رده بندی کنگره	: ۱۶۳۲۸۴
رده بندی دیویی	: ۱۴۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۸۶۹۳۳۲

مرکز نشر: تهران- میدان انقلاب

تلفن: ۶۶۴۷۵۳۸۰ - ۶۶۴۱۵۳۶۴ موبایل: ۰۹۱۲۷۹۴۲۷۲۵



درمان چاکرا

مترجم: فرح آمیلی

ناشر: تالیف

ناظر فنی: لیلا حائری

نوبت و سال چاپ: اول/ ۱۴۰۱

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۶۲۸-۶۹-۳

قیمت: ۸۳/۰۰۰ تومان

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

فهرست مطالب

۶	مقدمه
---	------------

۱

سیستم چاکرای قدرتمند

۱۱	فصل اول
۱۱	بازنگری چاکراها
۳۵	فصل دوم
۳۵	چگونگی عملکرد چاکراها

۲

درمان چاکراها

۵۷	فصل سوم
۵۷	نشانه‌ها و اختلالات مرسوم
۹۱	فصل چهارم
۹۱	چاره و درمان‌های شفابخش
۱۳۹	پیوست الف: حالات متنوع یوگا
۱۵۶	پیوست (ب) سنگ‌ها

نگاهی اجمالی

سلامت و بهبود چاکرا، هنری خارق العاده تلقی می‌گردد که زندگی بشر را در همه زمینه‌ها دگرگون می‌نماید. من در این کتاب قصد دارم تا راز عشق خود به چاکراهای بدن انسان را با شما به اشتراک بگذارم، بطوری که شما نیز بشخصه یاد بگیرید که چگونه خود را از این طریق شفا و تعالی بخشید.

در قسمت اول، من به معرفی مفهوم چاکراها می‌پردازم تا از این طریق ساختاری منسجم برای مراکز انرژی بدن خود در ذهنتان داشته باشید. این معرفی، آغازی نوین برای مبتدیان در این فرایند محسوب می‌گردد.

چنانچه از آمادگی بالایی برای ورود و بکارگیری شیوه‌های تشریحی هر چاکرا بهره مند می‌باشید، کافایت که تنها با جسارتی بی‌نظم وارد این مراحل شوید. از همان جایی که جداول و مراحل چاکراهای مختلف آغاز می‌شود اگر از حس کنجکاوی و پویایی بالایی برای یادگیری روش‌های متفاوت استفاده از چاکراها توسط دیگران برخوردار می‌باشید (از جمله، مدیتیشن تا یوگا و شفای معنوی و باطنی)، تنها کافایت که به بخش آغازین "تحت کنترل درآوردن قدرت چاکرای خود" مراجعه کنید.

چه مطلع باشید یا نه، نقاط چاکرا در بدن انسان از اهمیت فوق العاده ای برخوردار می‌باشند و در واقع، عامل محرکه‌ای در کلیه ابعاد زندگی ما بشمار می‌روند. در بخش دوم، راجع به عدم توازن‌هایی که مستقیماً بر روی سطوح فیزیکی، ذهنی، عاطفی، و معنوی زندگی ما تأثیر می‌گذارند، و همچنین، شیوه‌های کمک رسانی که برای بهبود و برطرف نمودن این اختلال یا عدم تعادل‌ها بکار گرفته می‌شوند، و بویژه، تک تک چاکراها بحث خواهیم نمود.

به منظور یادگیری بیشتر راجع به چاکراها، باید به هنر برقراری توازن آشنا باشید. در این بخش، به نشانه‌ها یا علائمی که با آنها دست و پنجه نرم می‌کنید باید توجه کنید.

هنگامی که با چاکراهای بدن خود آشنا شدید، آنگاه می‌توانید شیوه‌های بهبود و شفای چاکراها را بکار ببندید.

من امیدوارم دروس مندرج در این کتاب، موجب گردند تا زندگیتان را به همان صورتی که می‌خواهید هدایت کنید، و این دستورالعمل‌ها برایتان مثمر ثمر باشند. از خواندن این کتاب لذت ببرید و به شفابخشی چاکراهیتان دست یابید!

www.ketab.ir