

ماورای طبیعی شدن

مردم عادی، چگونه کارهایی خارق العاده
انجام می دهند

■ نویسنده:

جو دیسپینزا

■ مترجم:

غلامحسین علی مازندرانی

■ ویراستار:

الناز خجسته



سرشناسه :	دیسپنزا، جو، ۱۹۶۲ م. Dispenza, Joe
عنوان و نام پدیدآور :	ماورای طبیعی شدن: مردم عادی، چگونه کارهای خارق العاده انجام می دهند/ نویسنده: جو دیسپنزا؛ مترجم غلامحسین علی مازندرانی؛ ویراستار الناز خجسته.
مشخصات نشر :	تهران: آرایان، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری :	۴۹۶ ص.
شابک :	۹۷۸-۶۲۲-۷۱۷۳-۴۸-۲
وضعیت فهرست نویسی :	فیبیا.
یادداشت :	عنوان اصلی: Becoming supernatural: how common people are doing the uncommon, 2017
عنوان دیگر :	مردم عادی، چگونه کارهای خارق العاده انجام می دهند
موضوع :	انرژی درمانی. Energy medicine
موضوع :	جسم و جان. Mind and body
موضوع :	مراقبت از سلامت شخصی. Self-carem, Health
شناسه افزوده :	علی مازندرانی، غلامحسین، ۱۳۴۹ -، مترجم.
شناسه افزوده :	خجسته، الناز، ۱۳۶۶ -، ویراستار.
رده بندی کنگره :	RZ ۴۲۱
رده بندی دیویی :	۶۱۵/۸۵۱
شماره کتابشناسی ملی :	۸۷۸۹۵۵۱



www.ketab.ir

نام کتاب	ماورای طبیعی شدن
نویسنده	جو دیسپنزا
مترجم	غلامحسین علی مازندرانی
ویراستار	الناز خجسته
ناظر چاپ	علی غلامی
نوبت چاپ	اول، ۱۴۰۱
شمارگان	۱۱۵۰ نسخه
قیمت	۱۶۵۰۰۰ تومان
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۱۷۳-۴۸-۲

تهران: خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، کوچه فاتحی داریان، پلاک ۶، طبقه اول

تلفن: ۶۶۹۷۱۳۴۴ - ۶۶۴۰۰۲۳۵

پست الکترونیک: info@arayanbook.com سایت: www.arayanbook.com

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۹	پیش‌گفتار.....
۱۵	مقدمه.....
۲۵	محتوای این کتاب چیست؟.....
۳۷	فصل اول: گشودن دروازه‌ها به سوی ماورای حسیات.....
۳۹	هورمون‌های استرس چگونه بر بدن غلبه می‌کنند.....
۴۳	زندگی در سرایشی.....
۴۶	شب ظلمانی روح.....
۴۸	نقطه عطف زندگی آنا.....
۵۵	آنا مهار امکان را به دست می‌گیرد.....
۵۹	قدم به دنیای عرفانی.....
۶۳	تجربه همزمان خویشتن‌های گذشته و آینده.....
۷۰	زندگی همزمان، در گذشته و حال.....
۷۷	فصل دوم: لحظه حال.....
۸۰	گذشته چگونه به آینده تبدیل می‌شود؟.....
۹۱	آماده‌سازی ذهن و بدن برای دستیابی به یک آینده متفاوت.....
۹۵	ایجاد تغییرات ژنتیکی.....
۱۰۲	جریان انرژی و کانون توجه.....
۱۰۶	زندگی کردن با هورمون‌های استرس.....

۱۱۳	انرژی تان را فرا بخوانید
۱۲۵	فصل سوم: روی آوردن به توانمندی های جدید کوانتومی
۱۳۱	تغییرات مغز
۱۳۷	تغییر در انرژی: آمیزش یک قصد واضح با عواطف متعالی
۱۴۶	جیس به کوانتوم می رود
۱۵۲	آمادگی برای هماهنگی
۱۵۴	مدیتیشن برای هماهنگی با پتانسیل های جدید
۱۵۷	فصل چهارم: تیرک مراکز انرژی
۱۶۳	تمرکز همگرا و واگرا
۱۶۵	ورود به ذهن نیمه هشیار
۱۶۸	مراکز انرژی در بدن چگونه کار می کنند
۱۷۱	آشنایی بیشتر با مراکز انرژی
۱۷۵	جریان انرژی
۱۷۹	جذب انرژی از میدان انرژی
۱۸۲	سطح زیر اتمی
۱۸۷	افزایش انرژی
۱۹۱	مدیتیشن تبرک مراکز انرژی
۱۹۳	فصل پنجم: شرطی سازی بدن به یک ذهن جدید
۱۹۵	انرژی چگونه در بدن ذخیره می شود
۲۰۴	مغناطیس بدن
۲۱۴	حرکت انرژی پدسوی مغز
۲۲۱	لمس عواطف متعالی
۲۲۵	مدیتیشن برای شرطی سازی بدن به یک ذهن جدید
۲۳۱	فصل ششم: مطالعه موردی: مثال های زنده حقیقت
۲۳۲	جینی دردهای مزمن یا و کمرش را شفا داد
۲۳۶	حساسیت بیش از حد به امواج الکترومغناطیسی
۲۴۰	جنیفر، در بیماری و سلامت
۲۴۲	فلیسیا بر اگرهای شدید خود غلبه کرد
۲۴۷	فصل هفتم: هوش قلبی
۲۵۱	پل قلبی

۲۵۳	ثبات، انسجام، انعطاف.....
۲۵۶	تغییرپذیری نرخ ضربان قلب: ارتباط میان قلب و مغز.....
۲۸۶	مزایای انسجام قلب.....
۲۹۰	آثار استرس مزمن.....
۲۹۲	مغز قلب.....
۲۹۴	زندگی قلب محور.....
۲۹۸	نمونه‌هایی برگرفته از جلسه‌های ما.....
۳۰۲	مدیتیشن انسجام قلب.....
۳۰۵	فصل هشتم: نمایش ذهنی / کلایدوسکوپ.....
۳۱۳	سه ذهن مغز: ذهن هشیار، ذهن نیمه‌هشیار، ذهن تحلیلگر.....
۳۱۷	چشمان کلایدوسکوپ: ورود به عالم خلسه.....
۳۲۰	نمایش ذهنی: تصاویر متحرکی از آینده شما.....
۳۲۸	موسیقی زندگی آینده شما.....
۳۳۲	جمع‌بندی.....
۳۳۷	یک گام جلوتر: بعدی ذهن.....
۳۴۱	مدیتیشن کلایدوسکوپ و نمایش ذهنی.....
۳۴۳	فصل نهم: مدیتیشن در حین راه رفتن.....
۳۴۵	گام برداشتن به سوی آینده.....
۳۵۰	آماده‌سازی مغز برای خاطرات آینده.....
۳۵۳	مدیتیشن در حال راه رفتن.....
۳۵۵	فصل دهم: مطالعه موردی: جامه واقیعت پوشیدن.....
۳۵۵	تیم، کلید آینده را به دست آورد.....
۳۵۸	سارا نمی‌توانست دستش را روی زمین بگذارد.....
۳۶۰	تری به آینده‌ای جدید قدم گذاشت.....
۳۶۳	فصل یازدهم: فضا - زمان و زمان - فضا.....
۳۶۷	استرس و عواقب زندگی کردن مداوم در وضعیت حفظ بقا.....
۳۷۱	واقیعت سه بعدی فضا - زمان نیوتنی: زندگی به عنوان یک شخص، با یک چیز، در جایی، در زمان.....
۳۷۴	از خود به بی خودی، از کس به هیچ کس، از چیز به هیچ چیز، از جایی به هیچ کجا، و از وقتی به هیچ وقت.....
۳۷۷	از توهم فاصله تا واقیعت وحدت.....
۳۸۲	اتم: حقیقت و افسانه.....

۳۹۱	میدان یکپارچه: همه کس، همه تن، همه چیز، همه جا و همه زمان
۴۰۷	مدیتیشن فضا - زمان، زمان - فضا
۴۰۹	فصل دوازدهم: غده صنوبری
۴۱۱	ملاتونین، ناقل عصبی رؤیا
۴۱۷	فعال سازی غده صنوبری
۴۱۹	۱. اثر پیزوالکتریک
۴۲۳	۲. غده صنوبری، هورمون هایی متابولیکی ترشح می کند
۴۲۴	۳. انرژی مستقیماً به مغز می رود
۴۲۸	وقتی ملاتونین ارتقا پیدا کند، جادو رخ می دهد
۴۳۳	همگامی با بدهای بالاتر: غده صنوبری به عنوان یک مبدل
۴۴۱	تغییر در ترکیب شیمیایی، واقعیت جدید خلق می کند
۴۴۵	ملاتونین، ریاضیات، نهادهای باستانی و غده صنوبری
۴۴۹	همگامی با مدیتیشن بدهای بالاتر زمان و فضا
۴۵۱	فصل سیزدهم: فراقگندن انسجام و ساختن دنیایی بهتر
۴۵۲	تاریخچه گردهمایی های صلح طلبانه
۴۵۶	ارتباط زمین با چرخه های خورشیدی
۴۶۰	رزونانس شومان
۴۶۲	مفهوم پایداری
۴۶۶	انسجام در برابر بی انسجامی
۴۶۸	ایجاد یک میدان منسجم جمعی
۴۷۱	پروژه انسجام
۴۷۴	مدیتیشن پروژه انسجام
۴۷۵	فصل چهاردهم: مطالعه موردی: شاید برای شما هم اتفاق بیفتد
۴۷۶	الهی! صدای مرا می شنوی؟
۴۷۹	ژانت شنید که کسی گفت: «تو به من تعلق داری!»
۴۸۱	ارتباط با فراسوی زمان و فضا از طریق عشق
۴۸۱	دونا به روح ها کمک می کند تا به مقصد برسند
۴۸۴	جری از کام مرگ بازمی گردد
۴۸۹	کلام آخر



پیش گفتار

همواره در طول تاریخ بشر، برخی انسان‌ها توانسته‌اند حصار محدودیت‌ها را بشکنند و به ماورای غیرممکن‌ها بزنند. زالی چینگ یوئن که می‌گویند به مدت ۲۵۶ سال از ۱۶۷۷ تا ۱۹۳۳ زیسته، چهارده همسر اختیار کرده و بیش از دویست فرزند و نواده داشته، تا افراد بی‌شماری که یکباره از درد و مرض شفا یافته‌اند و نام و نشان‌شان در ۳۵۰۰ مقاله و بیش از ۸۰۰ نشریه مرجع به چاپ رسیده و انستیتو نیوتیک ساینس، نامشان را فهرست کرده و اینک به بیش از بیست زبان مختلف دنیا در دسترس است، شواهدی داریم که به ما می‌گوید آدمی‌زاد از آن‌چه در گذشته می‌پنداشتیم، فراتر است و حد و مرز او، حتی در تصور نیز نمی‌گنجد.

توانمندی‌های گسترده نوع بشر، امروزه پذیرش یافته و به جریان فکری رایج بدل شده است. در همین حال، پرسش «چه چیز در زندگی ما ممکن است؟» به این شکل تغییر یافته است که «چگونه باید انجام بگیرد؟» یا «چه‌طور باید توانمندی‌های خارق‌العاده‌مان را در زندگی روزمره به کار بیندازیم؟» پاسخ این پرسش، زیربنای کتابی است که هم‌اینک پیش روی دارید.