

สำนักพิมพ์แสงแดด แนะนำหนังสือ “เปลี่ยนจิตชีวิต เป็นสุข” และ “เปลี่ยนจิตพิชิตโรค” คู่มือสู่ความสุข ง่ายๆ ด้วยอาณาภาพแห่งจิต ... อันทรงพลังมากกว่าที่ เราคิด

2 ผลงานเขียนของ หลุยส์ แอล เฮย์ (Louise L. Hay) ผู้บรรยายปรัชญาชาวอเมริกันชื่อก้องโลกที่ปัจจุบันกลายมาเป็นนักเขียนที่มีผลงานติดอันดับ Best Seller มากมาย ผลงานหลายอย่างถูกแปลเป็น 29 ภาษาใน 35 ประเทศทั่วโลก ผลงานของเธอมุ่งเน้นการใช้ศักยภาพแห่งการสร้างสรรค์ตนเอง เพื่อรักษาตนเอง สำนักพิมพ์แสงแดดได้นำมาแปล โดย นิดดา หงษ์วิวัฒน์ กูรูธรรมชาติบำบัดที่ศึกษาเรื่องอาณาภาพแห่งจิต และเชื่อในพลังการคิดบวก ด้วยหวังให้ผู้อ่านเกิดความสุขอันจีรังจากความคิดที่เปลี่ยนไป



หนังสือ “เปลี่ยนจิต ชีวิตเป็นสุข” เป็นคู่มือของความสุขหัวใจของการมีชีวิต มนุษย์ทุกคนดิ้นรนมากมาย เพื่อไขว่คว้าความสุข ความสุขนั้นอยู่ใกล้ตัวเรานิดเดียว ความสุขอยู่ที่ความคิด คิดดีใจดีแต่ความทุกข์เข้ามาเราก็ทุกข์ แต่ถ้าเราจัดความคิดก่อนทุกข์ออกไป จิตของเราก็สุข ความสุขวิ่งเข้ามาเราอย่างเต็มกอบเต็มกำ ยิ่งเราเปลี่ยนความคิดเร็วเท่าไร เราก็ได้ความสุขเร็วเท่านั้น เพียงแค่เราเริ่มต้นลงมือปฏิบัติแค่เพียงเล็กน้อย เมื่อความคิดเราเปลี่ยนไปอย่างเข้าใจ ดวงจิตเราก็เปลี่ยนไปด้วย จิตสงบลง มองโลกในแง่ดีและมีความหวัง สาราสุขหรือสารเอ็นโดฟินในร่างกายก็จะมีมาก เซลล์ต่างๆก็พลอยแข็งแรง

หนังสือ “เปลี่ยนจิต พิชิตโรค” จิตนั้นสำคัญอย่างยิ่ง จิตนั้นก่อโรคมกกว่า 95 % หลักๆเกิดจาก ความโกรธ และความกลัว ดังนั้นการรักษาโรคต้องย้อนไปแก้ที่ต้นเหตุ ต้องทำความเข้าใจสาเหตุแห่งโรคที่มาจากตัวเราเอง แล้วค่อยๆแก้ไปพร้อมกับปรับวิถีชีวิต อาหารการกิน โดยเฉพาะอารมณ์และความคิดภายใน เมื่อทำความเข้าใจได้แล้ว ย่อมแก้ภาวะอารมณ์ได้ถูกต้องตรงจุด ไม่เพียงอาการเจ็บป่วยจะหายไป ภาวะจิตใจของเราก็ตีขึ้น รักตนเอง เชื่อมั่น ไม่สิ้นหวัง อันเป็นอารมณ์ที่ก่อให้เกิดโรค เช่นนั้นการเปลี่ยนจิตจึงนำไปสู่สิ่งดีๆในชีวิตและพิชิตโรคได้อย่างถาวร คือการไม่หวนกลับมาป่วยอีก

เปลี่ยนจิต ชีวิตเป็นสุข ราคา 150 บาท – วางจำหน่ายแล้วตามร้านหนังสือชั้นนำทั่วไป

เปลี่ยนจิต พิชิตโรค ราคา 95 บาท - วางจำหน่ายแล้วตามร้านหนังสือชั้นนำทั่วไป