

الفصل الأول : قوة التخيل في صناعة الواقع تناول الكاتب في الفصل الأول حديثاً عن فن التخيل في تحقيق الأهداف التي تبدا شبه مستحيلة ، و يغذي عقلها بها ليستقبلها العقل و الدماغ كزنها واقع مسلم به . الفصل الثاني : الشخصية السيكوبائية و تناول الكاتب في الفصل الثاني حديثاً عن الشخصية السيكوبائية انها تعد من المشكلات الاجتماعية و النفسية و التربوية من ما تتركه من آثار سيئة على الفرد والمجتمع ، و ان لديها القدرة الفائقة في التأثير على الآخرين بعذوبة كلامهم و كثرة وعودهم التي لا يوفون بها . تحدث الكاتب عن العنف اللفظي وسلبياته على الطفل ويعرف العنف اللفظي بالكلمات والألفاظ التي تحمل عبارات السخرية والاستهزاء من قبل الوالدين أو من قبل المحيط الخارجي والأفراد المحيطين بالشخص الخارجي. وأكد د. الفصل الرابع: قمع السؤال. قتل لعقل الانسان وروحه تناول الكاتب في هذا الموضوع حب الاستطلاع والسؤال من أجل معرفة ما يرى والفهم العميق لغاية الوجود الإنساني. وليس هناك من شيء يحرر الإنسان أكثر من قدرته على البحث والسؤال الذي يمكنه من الوصول إلى عالم أفضل. الفصل الخامس: الحب يشفيك قبل ان يشفي غيرك تناول الكاتب في هذا الفصل عن منفعة الحب للجسد والعقل والروح، واكد من خلال العلم ان المحب يشعر بالقوة والفخر وتجده قادر على حل المشاكل مهما تعقدت. وبالحب تجلب محبة الله ومحبة الله خير للإنسان في دينه ودنياه، والحب افضل دواء للاكتئاب. الفصل السادس: البغض تناول الكاتب في هذا الموضوع ان البغض يمرض ويؤذي النفس قبل الناس. البغضاء طاقة سلبية تجذب كل شيء سالب وتؤثر على صحة الانسان وتشعره بضيق واكتئاب وتجلب الامراض، لهاذا اثبت العلم ان الانسان عندما يبعد البغض والكره ويسامح غيره فإن عبء ثقيل جدا ينتزع من جسده ويشعر بالراحة والطمأنينة. الفصل السابع: العفو والصفح خير وشفاء تناول الكاتب ان معظم الناس عندما يصلون الى مرحلة العفو والصفح تتغير مشاعرهم وسلوكهم وأفكارهم ويشعرون بأن حملاً ثقيلاً قد أزيح من أكتافهم. وأوضح الفرق بين العفو والصفح واهميتها في القران والسنة، أما الصّفح فهو التجاوز عن الخطأ مع محو أثره من النفس. والعفو يوجد داخل كل انسان ذو حظ عظيم فإن عفا الانسان عن غيره سيكرمه الله ويلين قلبه ويملأه حبا لمن حوله. تناول الكاتب في موضوع التلوث الضوضائي بأنه أخطر أنواع التلوث البيئي على صحة الانسان ومصدرها أجهزة الصوت الحديثة. وتحدث الكاتب عن الضوضاء بأنها أصوات غير متجانسة تتجاوز شدتها المعدل الطبيعي وتؤثر على صحة الإنسان شاء أم أبأ، فإن الأذن هي المصدر الوحيد الذي يعمل بشكل متواصل لدى الانسان. الفصل التاسع: الموسيقى الصاخبة: تناول الكاتب أن الموسيقى الصاخبة باختراقها للجسم فإنها تؤدي الى اضرار على مستوى كل خلية في الجسم، فإن الانسان عندما يخضع الى إيقاع لا يتفق مع الإيقاع الطبيعي الذي سخره الله له فانه يشكل ضغطاً على الجسم. - صوت الانسان بين ذاكرة الماء و طاقة الشفاء يتحدث هذا الجزء من النصان الصوت ينتقل من الاذن الى الدماغ و يؤثر في خلايا الدماغ، و ربط بين الايمان و السعادة حيث انه قال انهما تجمعهم علاقة طردية. - العنف النفسي و بر الاباء لابنائهم ذكر الكاتب في هذا النص عن التعنيف الاطفال و بين عن ما قد يحصل لهم من تاثير نفسي على الطفل و عن ما قد ييب من اضرار للطفل. يتحدث الكاتب في هذا النص عن كثرة مشاهدة الأطفال للتلفاز و الكبار ايضا. مقال قد يتخذ حياة الأفلام الإباحية. الإدمان المجهول أخذ يتكلم الكاتب عن تعلق الإنسان في عصرنا هذا بالأجهزة الإلكترونية و أصبحت الأجهزة جزء لا نستطيع الإستغناء عنه. ثقافة الصمت و آلية التلقين أخذ يتحدث الكاتب عن الاعتداء الجنسي و حسب الدراسات فإن من 8% إلى 31% من الفتيات دون سن ال18 يتعرضون للتحرش الجنسي و بالنسبة للذكور من 3% إلى 17% و لذلك اهم الطرق لمنع حدوث الإعتداء بالوقاية و توفير جو من الأمن الأسري ليتحدث بأريحية ليتمكنوا من رفض الافعال أخطاءاً. التمنر. شريعة الغاب في واقع البشر كما ذكر في النص " التمنر يعني استخدام القوة أو التهديد أو الإكراه للإيذاء و التخويف من أجل فرض الهيمنة و السيطرة على الآخرين بطرق عدوانية " و هي ظاهرة سلبية وعادة تحدث في المدارس و تنتج عن الكبار في فسحة المدرسة أو مدخلها أو الحافلات أو دورات المياه و من أسباب التي تساعد على إنتشار التمنرالألعاب الإلكترونية العنيفة. الضحك دواء ناجع يتحدث فيها عن فوائد الضحك و كافة الطرق المختلفة التي يمكن استخدام الضحك لحل المشاكل النفسية و الجسدية مثل ضغط الدم و تنشيط الدورة الدموية و القلب. يشرح الكاتب عن انواع التوتر و تكلم عن دراسات تثبت ان الشعور بالسعادة يقلل من نسبة المواد الكيميائية الناتجة فالجسم عن التوتر. و فسر الكاتب الاحاديث الاسلامية التي تتكلم عن الابتسامة و السعادة و عن كيف هي تساعد الانسان فالدنيا و الآخرة. هل نحن اسرى جيناتنا فصل الكاتب الكثير من الاسئلة المحيرة عن كيفية اعادة برمجة خلايانا حسب البيئة المعيشية و الحالة النفسية و الروحية. يتكلم الكاتب وليد من ناحية بيولوجيا و كيف تتغير الخلية حسب العناصر التي طرحها و ليس فقط الوراثة و الطرق التقليدية. قوة العقل الواعي شرح الكاتب كيف معتقدات الانسان تشكل افكاره و تحدد مشاعره و الافكار و المشاعر تحدد الافعال و بتكرار الافعال تحدد المصير. سبق و قال الكاتب ان علم البيولوجيا

اثبت ان الجينات ليست محددا من الوراثة بل من التربية و التنشئة. لذلك هي تأثر على العقول و الافكار و كما حلل الكاتب العديد من الدراسات الاخرة التي تثبت وجود صلة بين العقل و التصرفات بينت الابحاث التناغم العقلي المباشر الذي يتأثر على العقل. البر المنسي بعيدا عن بر الوالدين هنالك نوع آخر من البر وهو بر الأبوين لأبنائهم. ببر الآباء أبناءهم جسدياً وعقلياً وروحياً. فالبر الجسدي يشمل المسكن والملبس والطعام والشراب والحماية الجسدية من كل مكروه وهذه تعتبر حقوق الابناء ولا يجب التفريط بها . أما البر النفسي يعني توفير الراحة النفسية والسليمة ويتمثل ذلك في الحفاظ على كرامة الطفل وحمايته من كل من كل ما يؤثر على هذه النفس أما صور بر الآباء لعقول أبنائهم، فتتمثل في حسن تعليمهم واختيارهم للمدرسة والمدرسين واحترام عقولهم واعطاؤهم فرص للتفكير. المفهوم الشمولي للعلاج التوتر والضغوط النفسية تؤثر في ردود الفعل الالتهابية، العقل الواعي يصنع قرارات الانسان مع الإدراك ويقوم الدماغ بحفظ الخبرة والمعلومات التي يكتسبها خلال اليوم وان الانسان مهيأ ف انتقاء متيقر ويرى ويسمع ومن يصاحب . البصر ادق واجمل وارق مافي الانسان فهي لا تعرف الكذب كابقى الحواس نحن نرى بأعيننا ولكن الرؤيه تتم الا في دماغ. وهي من اهم العوامل الحمايه والدفاع ولكن البصيرة نور القلب وبها تصبح العين اداة صلاح وهدايه. بالعين تنظر وبالدماغ نرى وبالقلب نبصر.