بسیاری از افراد در طول زندگی خود با ناهنجاری و ناملایمات زیادی مواجه می‌شوند. این افراد بسته به توان و ظرفیت روح و جسم خود در بسیاری از اوقات این ضربه‌ها را رد کرده و پشت سر می‌گذارند اما عوارض آن ضربه‌ها گاه تا آخر عمر با آنها همراه است. یکی از عوارض بسیار مهم این ناملایمات، ایجاد فکر و خیال شدید نسبت به همه چیز است. کتاب حاضر، به بررسی علمی و عملی فکر و خیال، طریقه غلبه بر آن و نیز عوامل ایجاد آن می پردازد. کتاب اول این مجموعۀ دو جلدی شامل دو بخش "فکروخیال شدید چیست و از کجا می آید" و نیز "شیوه های غلبه بر فکروخیال شدید" است. هر چند که در این کتاب بر جنس زنان تاکید شده است،اما بسیاری از مردان نیز با توجه به دغدغه های شخصیتی و فکری خود می توانند از کتاب بسیار بهره ببرند. به عبارت دیگر تاکید می کنیم که فکروخیال شدید شاید در زنان بیشتر باشد اما مختص آنان نیست.

ن