

ОГЛАВЛЕНИЕ

Выражение признательности	5
Предисловие редактора. Чем эта книга способна помочь вам	7

Часть I

ВЕЛИКИЕ ЗАКОНЫ ПОДСОЗНАНИЯ

ГЛАВА 1. Понимание законов подсознания	11
<i>Подсознание как сила привычки</i>	12
<i>Подсознание как Универсальный Разум</i>	23
<i>Они пользовались законами подсознания</i>	35
ГЛАВА 2. Динамическая сила ваших мыслей и утверждений	40
<i>Сила мышления помогла им изменить судьбу</i>	54
ГЛАВА 3. Удивительная сила веры и убеждений	63
<i>Духовная, или истинная, вера</i>	71
<i>Истинная вера против слепой веры</i>	76
<i>Им помогла сила веры</i>	78
ГЛАВА 4. Чудодейственная сила молитвы	84
<i>Виды молитвы</i>	98
<i>Исправление неправильной молитвы</i>	107
ГЛАВА 5. Исцеляющая сила прощения	113
<i>Они приняли исцеляющую силу прощения</i>	123
ГЛАВА 6. Таинственная сила желания	129
<i>Их желания исполнились</i>	140
ГЛАВА 7. Убедительная сила благодарности	145
<i>Сила благодарности сотворила в их жизни чудеса</i>	148
ГЛАВА 8. Безграничная сила воображения и визуализации	155
<i>Сила воображения и визуализации изменила их жизнь</i>	161

ГЛАВА 9. Магическая сила тишины и покоя	169
<i>Как сила тишины и покоя помогла им</i>	174
ГЛАВА 10. Творческая сила сна и сновидений	181
<i>Сила сна и сновидений направила их</i>	186

Часть II

ИЗМЕНИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ К ЛУЧШЕМУ ПРИ ПОМОЩИ СИЛЫ ПОДСОЗНАНИЯ

ГЛАВА 11. Сила подсознания и преодоление страхов и тревог	197
<i>Как он преодолел тревогу и страх</i>	209
ГЛАВА 12. Сила подсознания и преодоление негативного мышления	215
<i>Как они преодолели свое негативное мышление</i>	222
ГЛАВА 13. Сила подсознания и богатство	227
<i>Как они разбогатели</i>	239
ГЛАВА 14. Сила подсознания и успех	251
<i>Как они достигли успеха</i>	259
ГЛАВА 15. Сила подсознания и самоуважение	267
<i>Как они научились ценить и уважать себя</i>	275
ГЛАВА 16. Сила подсознания и перемены в личной жизни	283
<i>Как она изменила свой характер</i>	289
ГЛАВА 17. Сила подсознания и взаимоотношения с людьми	294
<i>Как она нашла идеального партнера</i>	303
ГЛАВА 18. Сила подсознания и здоровье	309
<i>Как они исцелились</i>	319
ГЛАВА 19. Сила подсознания и получение помощи	333
<i>Они приняли помощь</i>	342
ГЛАВА 20. Сила подсознания и счастье	354
<i>Не бойтесь своего счастья</i>	360
ЭПИЛОГ. Миру — мир	363

Интуиция

*Высший Разум,
или Жизненный Принцип вашего подсознания,
всегда стучится в ваше сердце.*

Откройте свое сердце и слушайте.

ВЫРАЖЕНИЕ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТИ

Я хотел бы поблагодарить компанию «JMW Group, Inc.» за предоставленную мне возможность поработать над этой книгой. Заниматься чем-то интересным, делать что-то полезное всегда приятно. И особенно приятно, когда то, что ты делаешь, воодушевляет и обогащает людей, как воодушевляли и обогащали меня книги Джозефа Мэрфи.

В частности, я хочу сказать спасибо Питу Аллену и Саре Каствл из «JMW Group» за их поддержку и бесконечное терпение. Они улыбнутся, когда прочтут эти слова: им, несомненно, покажется, что слово «бесконечное» слишком слабое для описания той степени терпения, которую они проявляли при работе со мной. Я не знаю слова, которое бы выражало еще большее количество, но если бы знал, непременно бы им воспользовался.

Но, пожалуй, чересчур слабым является не столько слово «бесконечное», сколько слово «терпение». Может быть, следовало бы говорить не о терпении, а о выносливости. Да, я должен изменить это предложение. Я хочу сказать спасибо Питу Аллену и Саре Каствл за их бесконечную выносливость.

Благодарю также выпускающего редактора Марианн Хутлак, которая не жалела времени и сил, чтобы превратить рукопись в настоящую книгу.

Было бы неблагодарностью с моей стороны не выразить слов признательности моему коту Тоби. Он несколько месяцев был обделен вниманием с моей стороны. Он постоянно навещал меня в моем кабинете, выражая свою любовь ко мне и ожидая ответной ласки. Но вместо ласки он часто получал лишь нагоняи, если входил в мой кабинет в тот самый миг, когда я мучительно искал нужное слово или подходящую идею. Но в конечном счете он одерживал верх, напоминая мне одну из самых глубоких истин, высказанных Джозефом Мэрфи (которую вы найдете в главе о прощении): «Не имея любви в сердце, мы спотыкаемся и падаем».

ПРЕДИСЛОВИЕ РЕДАКТОРА

ЧЕМ ЭТА КНИГА СПОСОБНА ВАМ ПОМОЧЬ

Читая эту книгу, вы узнаете, что внутри вас сосредоточена безграничная сила, позволяющая вам устроить свою жизнь так, как вы сами того желаете, наполнить ее успехом и гармонией. Вы научитесь настраиваться на бесконечный разум и силу, скрытые внутри вас.

Данная книга содержит идеи, которые помогут вам преобразить свою жизнь. Она позволит вам понять правила, приемы и принципы использования силы подсознания для укрепления здоровья, достижения счастья, повышения благосостояния и всего того, чего вы сами желаете себе.

Чтобы извлечь из книги максимум пользы, начните с части I, «Великие законы подсознания», где вы познакомитесь с основными принципами силы подсознания. Основательно разобраться в них чрезвычайно важно. Часть II, «Измените свою жизнь к лучшему при помощи силы подсознания», научит вас применять законы подсознания в тех сферах своей жизни, которые вы хотите улучшить или изменить. Читая часть II, не

спешите — дайте информации уложиться в вашей голове. Размышляйте над прочитанным и старайтесь понять, как это соотносится с вашими текущими потребностями. Позвольте идеям, изложенным в каждой очередной главе, закрепиться в вашем подсознании и только после этого переходите к следующей теме.

Прочитав книгу до конца, держите ее всегда под рукой; пусть она станет вашим спутником жизни, к которому вы сможете обратиться за помощью, когда столкнетесь с какими-то трудностями. К примеру, если вы захотите больше узнать о силе и пользе молитвы, перечитайте еще раз главу 4; если вам трудно дается прощение, обратитесь к главе 5; если вас терзают тревоги и страхи, обрести покой вам поможет глава 11; а если вы хотите улучшить отношения с близкими людьми, к нашим услугам глава 17.

Джозеф Мэрфи посвятил свою жизнь тому, чтобы постичь законы подсознания и научить — простым и доступным языком — других людей применять эти знания на практике с целью улучшения повседневной жизни. На этих страницах вы найдете бесценные идеи, почерпнутые из трудов Мэрфи и отобранные в силу их особой глубины и практичности. Вы прочтете о реальных людях, о том, как законы подсознания помогли им изменить жизнь. Вы познакомитесь с практическими методами повышения силы вашего подсознания и узнаете, как использовать ее для достижения всего, о чем вы мечтаете. В конце каждой главы вашему вниманию предлагаются основные принципы для запоминания и применения в повседневной жизни. В каком бы направлении вы ни желали изменить свою жизнь, эта книга поможет вам достичь желаемого.

 **Часть I** 

ВЕЛИКИЕ ЗАКОНЫ
ПОДСОЗНАНИЯ

Глава 1

ПОНИМАНИЕ ЗАКОНОВ ПОДСОЗНАНИЯ

*Что вы можете задумать, того вы можете достичь
через мудрость и силу своего подсознания*



Ваше подсознание является частью разума, который работает в соответствии с психологическими законами, и одновременно частью Разума, который работает согласно духовным законам. Это не значит, что подсознание делится на два разума. Это один разум, который может работать по двум направлениям. Таким образом, чтобы понять принципы работы и, что еще важнее, *силу* своего подсознания, мы должны разобраться в этих двух его аспектах — или функциях — по отдельности.

ПОДСОЗНАНИЕ КАК СИЛА ПРИВЫЧКИ

Часто создается впечатление, будто мы живем в двух мирах: один из них внешний, другой внутренний, один видимый, другой невидимый, один объективный, другой субъективный.

Внешний (видимый, объективный) мир воспринимается нами через пять органов чувств и является общим для всех людей. Внутренний же (невидимый, субъективный) мир ваших мыслей, чувств, воображения, ощущений, убеждений и реакций принадлежит только вам.

Предположим, вас пригласили на банкет. Все, что вы видите, слышите, осязаете, пробуете на вкус, относится к внешнему миру, который раскрывается перед вами благодаря вашим пяти органам чувств. А то, что вы думаете, чувствуете, все, что вам нравится или не нравится, относится к вашему внутреннему миру. В каком-то смысле можно сказать, что вы присутствуете сразу на двух банкетах: на банкете сенсорных переживаний и на банкете субъективных переживаний. В конечном счете, однако, банкет только один: тот, который соответствует вашим субъективным переживаниям. Все ваши сенсорные переживания не имели бы никакого смысла, если бы не было ваших субъективных переживаний, которые говорят вам, что это вам нравится, а то не нравится, это вы любите, а то — нет, этого хотите, а того — нет.

Спросите себя: «В каком мире протекает моя жизнь? Я живу в мире, который воспринимается мною через пять органов чувств, или в своем внутреннем мире?»