



LIBRARIA **DELFIN**

Joseph Murphy

PUTEREA EXTRAORDINARĂ A SUBCONȘTIENȚULUI TĂU

Traducere: Dan Bozaru



LIBRARIA DELFIN

PREFAȚĂ

Cum poate această carte să producă adevărate miracole în ființa dumneavoastră

Am văzut miracole care s-au produs în toate mediile sociale, în lumea întreagă, săvârșite deopotrivă de bărbați și de femei. Miracolele vor apărea și în viața dumneavoastră în măsura în care vă veți folosi de puterea colosală a propriului dumneavoastră subconștient. Această carte își propune să indice modul adecvat în care omul trebuie să gândească, precum și imaginile benefice care trebuie cultivate cu perseverență în minte pentru a crea și transforma cu adevărat propriul său destin; toate acestea pot deveni perfect posibile în virtutea faptului că omul devine chiar ceea ce gândește.

Cunoașteți răspunsurile la aceste întrebări?

De ce un om este trist, în timp ce altul este fericit? De ce acel om este vesel și prosper, iar celălalt este sărac și nefericit? De ce un om este temător și anxios, în timp ce altul este plin de încredere? De ce acesta din urmă are o casă luxoasă și minunată, iar celălalt duce o existență mizeră într-o cocioabă? De ce unul este încununat de o mare reușită, iar altul suferă un eșec total? De ce un orator are un succes imens, în timp ce un altul rămâne mediocru și nepopular? De ce un om este geniu în meseria sa, în timp ce un altul se zbate toată viața, fără a realiza nimic bun? De ce unul se războiește cu o maladie pretinsă a fi incurabilă și de ce altul nu o are niciodată?

Cum se face că atâția oameni, ce par cucernici și buni, suferă adevărate torturi ale corpului și ale minții, de parcă ar fi condamnați?

De ce o femeie este fericită în căsnicie, în timp ce alta este frustrată și nefericită?

Se poate găsi un răspuns la toate aceste întrebări prin raportare la procesele ce au loc în mentalul conștient și cel subconștient? Cu siguranță că da!

Motivul pentru care a fost scrisă această carte

Scopul acestei lucrări este tocmai acela de a răspunde la întrebările de mai sus, precum și la alte întrebări conexe cu acest subiect.



În noi se ascunde un adevărat tezaur

Tendința subconștientului este întotdeauna către viață. Ceea ce aveți de făcut este să lucrați cu mintea voastră conștientă – aceasta este munca practică. Hrăniți-vă mintea conștientă cu premise adevărate, benefice și pozitive. Subconștientul reproduce întotdeauna aspectele și condițiile ce sunt conforme tiparelor voastre mentale obișnuite, dominante.

Bogățiile infinite ale lumii sunt chiar aici, aproape de noi, așteptând să ne deschidem sufletul pentru a le contempla. Există în ființa umană o adevărată „mină de aur”, o bogăție inestimabilă, de unde puteți „extrage” toate cele de care aveți nevoie pentru a trăi o viață splendidă, fericită și îndestulată. Mulți oameni „dorm”, ignorând acest tezaur de infinită inteligență și dragoste ce sălășluiește în ei. Oricare ar fi obiectul dorințelor dumneavoastră, îl puteți obține din acest tezaur. O bucată de oțel magnetizată poate să atragă și să ridice o cantitate de fier ce cântărește de 12 ori mai mult decât ea, dar aceeași bucată de oțel nu poate ridica deloc o pană. Tot astfel, există două tipuri de oameni: pe de o parte sunt cei „magnetizați”, plini de încredere și speranță, care știu că s-au născut pentru a reuși în tot ceea ce întreprind, iar pe de altă parte sunt cei „demagnetizați”, plini de îndoieli și de teamă, de incertitudini, de prejudecăți și superstiții. Când se ivește o ocazie bună aceștia spun: „Dacă eșuez... mi-aș putea pierde banii... oamenii vor râde de mine...”. Acest tip de om nu va ajunge niciodată prea departe în viață pentru că, fiindu-i frică să înainteze, va prefera să stagneze. Să descoperim împreună deci acest secret al reușitei, care se transmite din generație în generație, din timpuri imemorabile.

Marele secret al reușitei în viață

Care credeți că este acest secret? Energia atomică? Energia termonucleară? Bomba cu neutroni? Călătoriile interplanetare? Nici gând. Atunci, care să fie acest extraordinar secret? Cum poate fi el aflat și, mai ales, cum poate fi el folosit? Răspunsul este foarte simplu. Marele secret rezidă în puterea miraculoasă, creatoare, ce sălășluiește



LIBRARIA DELFIN Cuprins

INTRODUCERE	5
Vă bucurați din plin de viața dumneavoastră?	5
PREFATĂ	7
Cum poate această carte să producă adevărate miracole în ființa dumneavoastră	7
Cunoașteți răspunsurile la aceste întrebări?	7
Motivul pentru care a fost scrisă această carte	7
Dezvoltați în dumneavoastră acea putere formidabilă care determină și însoțește miracolele	8
Dacă vă veți ruga plini de credință, miracolele vor apărea negreșit	9
Fiecare om se roagă în felul lui	9
Ineditul acestei lucrări	10
Care este adevărata și intima dumneavoastră credință?	11
În ultimă instanță, dorința înseamnă rugăciune	11
Subconștientul este precum un laborator fotografic	12
CAPITOLUL I	15
În noi se ascunde un adevărat tezaur	15
Marele secret al reușitei în viață	15
Puterea extraordinară a subconștientului dumneavoastră	16
Necesitatea unei baze practice în revelarea misterelor subconștientului ...	17
Caracterul dual al minții	19
Conștientul și subconștientul	19
Diferențe marcante între conștient și subconștient	21
Cum reacționează subconștientul	23
Scurt rezumat al ideilor de reținut	24
CAPITOLUL II	25
Modalitatea de manifestare și acțiune a mentalului ființei umane	25
Prin ce diferă nivelul conștient al minții de nivelul ei subconștient	26
Diferite experimente efectuate de psihologi	27
Diferența dintre mentalul <i>obiectiv</i> și cel <i>subiectiv</i>	27
Subconștientul nu este capabil să raționeze, așa cum procedează mentalul conștient	28
Imensa putere a sugestiei	29
Diferite reacții la aceeași sugestie	29
Cum și-a pierdut cineva brațul datorită împregnării în subconștient a unei sugestii greșite	30
Cum a fost învinsă teama cu ajutorul autosugestiei	30
Cum și-a regăsit cineva memoria	31
Cum pot fi înlăturate neajunsurile unui temperament dificil	32
Puterea constructivă sau distructivă a sugestiei	33
Ați acceptat acele sugestii?	33



Sunteți pe deplin capabili să neutralizați sugestiile negative	34
Cum a reușit sugestia negativă săucidă un om	34
Puterea unei premise care a fost acceptată	36
Subconștientul nu vă contrazice niciodată	37
Rezumatul ideilor importante prezentate în acest capitol	38
CAPITOLUL III	40
Puterea miraculoasă a subconștientului	40
Subconștientul reprezintă o carte deschisă în care vă puteți citi perfect întreaga viață	41
Ceea ce este imprimat în subconștient ajunge să se exprime, într-un fel sau altul, în lumea exterioară	42
Subconștientul a vindecat o tumoare malignă a pielii	43
Subconștientul controlează toate funcțiile corpului	45
Cum să facem ca subconștientul să lucreze în favoarea noastră	46
Forța curativă a subconștientului a vindecat nervii optici atrofiați	46
Cum să sugerăm subconștientului ideea unei sănătăți perfecte	47
Idei de reținut	49
CAPITOLUL IV	50
Vindecări miraculoase în Antichitate	50
Referiri în Biblie în legătură cu utilizarea puterilor subconștientului ...	51
Miracole obținute în diferite locuri sfinte din întreaga lume	52
Există un singur Principiu vindecător	54
Diferite erori	55
Opinia lui Paracelsus	56
Experiențele lui Bernheim	57
Cauza stigmatelor însângerate	57
Rezumatul procedeelelor curative	58
CAPITOLUL V	60
Vindecări cu ajutorul sugestiei în epoca modernă	60
Un singur proces curativ	61
Legea credinței	61
Terapia prin rugăciune	62
Ce înseamnă vindecarea prin credință și ce efect are încrederea nemărginită?	63
Ce înseamnă credința subiectivă	64
Semnificația tratamentului la distanță	65
Cum poate fi dinamizată puterea subconștientă	66
Idei ce vă pot ajuta în vindecare	67
CAPITOLUL VI	69
Tehnici practice folosite pentru vindecarea diferitelor afecțiuni	69
Tehnica abandonului pentru sugestionarea cât mai puternică a subconștientului	70
Subconștientul acceptă toate proiectele dumneavoastră	70
Știința și arta adevăratei rugăciuni	71
Tehnica „vizualizării”	72



Metoda imaginii mentale	73
Tehnica Baudouin	74
Tehnica maximei receptivități (sau a relaxării profunde)	75
Tehnica recunoștinței	76
Metoda afirmației	77
Metoda argumentației	78
Metoda absolută este asemănătoare terapiei cu ultrasunete	79
O infirmă a reușit să meargă	80
Metoda decretului	81
Folosiți-vă de adevărul științific	82
CAPITOLUL VII	83
Subconștientul tinde către viață	83
Cum se reflectă activitatea mentală la nivelul structurii fizice	84
O inteligență aparte care are grijă de corp	85
Subconștientul se orientează mereu către acțiune	85
Subconștientul are întotdeauna drept scop săvârșirea binelui	86
Cum reușește omul să perturbe această tendință înnăscută spre armonie	86
Este normal să fii sănătos, plin de viață și de forță, și este anormal să fii bolnav sau plin de suferință	87
Vindecarea maladiei lui Pott	87
Cum poate încrederea desăvârșită în forțele subconștiente să vă vindece de orice boală	88
Idei de reținut	89
CAPITOLUL VIII	90
Unele mici secrete pentru a obține rezultate sigure	90
Angrenarea sugestiilor date subconștientului trebuie făcută în mod detașat și calm	91
Nu luptați cu obstacolele apărute în cale; folosiți imaginația, și nu voința	91
Imaginația disciplinată produce minuni	92
Trei pași către obținerea unui succes sigur	92
Legea efectului invers	93
Rezolvați conflictul dintre voință și imaginație	94
Secretele succesului	95
CAPITOLUL IX	97
Cum se poate obține prosperitatea în viață cu ajutorul puterii subconștientului	97
Prosperitatea este o stare a minții	97
Metoda ideală pentru dezvoltarea și amplificarea conștiinței prosperității	98
Cauzele posibilelor eșecuri	98
Cum să evitați conflictul mental	99
Nu semnați niciodată „cecuri în alb”	99



Subconștientul vă oferă întotdeauna cu dobândă	99
De ce unii oameni nu reușesc	100
Sursa reală a prosperității	100
Încercarea de a o scoate la capăt și adevărata cauză a lipsurilor din viață	100
Există un obstacol comun în calea prosperității	101
Eliminați imediat acest mare obstacol în calea prosperității	101
Adormiți în pace și vă veți trezi prosperi	102
Folosiți-vă de puterea subconștientului	102
CAPITOLUL X	104
Aveți dreptul să vă bucurați de prosperitate	104
Banii reprezintă un simbol	104
Cum puteți scăpa de lipsuri pentru totdeauna?	105
De ce vă lipsesc banii?	105
Banii și viața echilibrată	106
Sărăcia constituie o boală mentală	106
De ce nu trebuie să criticați banii	107
Banii în viziunea savanților	107
Cum să obțineți banii de care aveți nevoie	108
De ce unii nu obțin o mărire a salariului	109
Obstacole și dificultăți pe drumul spre prosperitate	109
Protejați-vă investițiile	109
Din nimic nu puteți primi nimic	110
Cum să păstrați ce ați dobândit deja	110
Descoperiți drumul către abundență	111
CAPITOLUL XI	113
Pentru dobândirea succesului subconștientul vă este cel mai bun aliat ...	113
Trei pași către succes	113
Măsura adevăratului succes	114
Oameni care și-au îndeplinit visul	116
Cum să folosiți puterea subconștientului în afaceri	117
Un băiat a transformat eșecul în succes	118
Cum să vindeți și să cumpărați într-un mod cât mai convenabil	118
Tehnici folosite cu succes	120
Idei de reținut pentru a atinge succesul	121
CAPITOLUL XII	123
Subconștientul în slujba științei	123
Cum și-a concretizat invențiile un strălucit om de știință	123
Cum a rezolvat problema un naturalist celebru	124
Un doctor remarcabil a rezolvat problema diabetului	124
Cum a reușit un om de știință să scape dintr-un lagăr de concentrare rusesc	125
Cum reconstruiesc arheologii și paleontologii peisajele și cadrele antice ..	127
Cum să primiți ghidare înțeleaptă din partea subconștientului	127
Testamentul pierdut	128



Secretul ghidării înțelepte	129
Idei de reținut	130
CAPITOLUL XIII	132
Subconștientul și miracolele somnului	132
Binefacerile somnului	132
Rugăciunea și meditația sunt forme de somn conștient	133
Efectele surprinzătoare ale privării de somn	133
Aveți nevoie de un somn suficient și odihnitor	133
Noaptea este un sfetnic bun	134
Salvat de la un dezastru sigur	135
Viitorul dumneavoastră este determinat de ceea ce transmiteți subconștientului	136
Miracole petrecute în timpul somnului	136
Dormiți în pace, treziți-vă în bucurie	137
Idei-forță despre binefacerile somnului	138
CAPITOLUL XIV	140
Manifestarea puterii subconștientului în rezolvarea problemelor de cuplu..	140
Adevărata semnificație a căsătoriei	140
Cum să atragem către noi soțul ideal	141
Cum să atragem către noi soția ideală	142
Nu este nevoie să faceți greșeli continue	142
Este bine să divorțez?	144
Deriva către divorț	144
Divorțul începe în minte	145
Cauza greșelilor în căsătorie	145
Rugați-vă împreună și veți rămâne împreună	147
Amintiți-vă mereu	147
CAPITOLUL XV	150
Cum să devenim mai fericiți	150
Alegeți întotdeauna fericirea	150
Cum să alegeți fericirea	151
Obişnuința de a fi fericit	151
Trebuie să dorim fericirea	151
De ce mulți oameni aleg nefericirea?	152
„Dacă aş avea un milion de dolari...”	152
Fericirea este recolta unei minți împăcate și perfect calme	153
Blocajul se află în minte	154
Cei mai fericiți oameni	155
Pași către fericire	155
CAPITOLUL XVI	157
Subconștientul și relațiile umane armonioase	157
Cheia secretă pentru a avea relații fericite	157
Cum vă poate tulbura simpla citire a ziarelor	158
Ura față de colege i-a adus nefericirea și disperarea	159



Discursul lăuntric negativ i-a împiedicat unui om promovarea	160
Devenți maturi emoțional	161
Semnificația iubirii	161
Un actor a învățat să-și iubească publicul	162
Relaționarea cu oamenii dificili	162
Suferința iubește să aibă companie	163
Practica empatiei	164
Nu exagerați în nicio privință	164
Cum să ne îmbunătățim relațiile cu semenii?	165
CAPITOLUL XVII	167
Arta de a fi iertător și bun cu cei din jur	167
Viața vă iartă întotdeauna greșelile	168
Eliminarea sentimentului de vinovăție	168
Un criminal a învățat să se ierte pe sine și să se transforme complet în bine	169
Nu vă supărați când sunteți criticați	169
Credința ne ajută să iertăm ușor	170
Depășirea condiționărilor negative	171
Iertarea este necesară pentru a vă vindeca	172
Iertarea este iubirea în acțiune	172
Tehnici de iertare	173
Testați-vă puterea de a ierta	173
Învățați să iertați	174
CAPITOLUL XVIII	176
Înlăturarea blocajelor mentale cu ajutorul subconștientului	176
Cum se formează un obicei	176
Distrugerea obiceiului de a bea	177
Puterea imaginii mentale	177
Atenția concentrată	178
„Urmărit de ghinion”	178
Cât de mare vă este aspirația?	179
De ce un om nu se putea vindeca	180
Fiți conștienți de propriile vicii și luptați împotriva lor	181
Legea substituției	181
Cauza alcoolismului	182
Folosiți forța gândului	183
CAPITOLUL XIX	185
Folosiți subconștientul pentru a înlătura teama	185
Cel mai mare dușman al omului	185
Faceți lucrul bun de care vă temeți	186
Eliminarea tracului de scenă	186
Teama de eșec	187
Teama de apă, de înălțime și de locuri închise	188
Teama firească și teama patologică	189



Soluția la teama patologică	190
Examinați-vă cu luciditate fobiile	191
Eliberați-vă de toate temerile voastre	192
Eliberați-vă de teamă	193
CAPITOLUL XX	195
Tinerețe fără bătrânețe	195
Modul nostru eronat de a gândi este cel care determină îmbătrânirea prematură	195
Bătrânețea reprezintă simbolul înțelepciunii	196
Întâmpinați cu bucurie transformarea	196
Mintea și Spiritul nu îmbătrânesc niciodată	197
Sunteți și veți rămâne tânăr dacă vă veți simți tânăr	197
De multe ori, părul alb constituie un avantaj	198
Teama de bătrânețe	198
Pensionarea, o nouă aventură	199
Trecerea la un serviciu mai bun	200
Nu trebuie să vă considerați un prizonier al societății	201
Secretul tinereții	201
Mintea dumneavoastră nu îmbătrânește niciodată	202
Avem nevoie de persoane în vârstă	202
Fruitele minunate ale vârstei înaintate	203
Idei luminoase cu privire la tinerețe	204
Despre autor	206

