



СИЛА ВАШЕГО ПОДСОЗНАНИЯ



*Управляйте*  
СВОЕЙ  
СУДЬБОЙ



ДЖОЗЕФ МЭРФИ

На Западе в своё время эта книга прославилась как бестселлер. Она представляет широкому кругу читателей возможность овладеть силой, которая вызывает благоговение, способна творить чудеса и в то же время вполне доступна всякому разумному человеку, поскольку находится не вне, а внутри каждого из нас. Научитесь у доктора Мэрфи управлять ресурсами личной психики — и тогда на всю оставшуюся жизнь Вашими неразлучными спутниками станут отличное здоровье, настоящее процветание, подлинное счастье.

---

---

# **Джозеф Мэрфи**

## **Управляйте своей судьбой**

### ***СТАНЬТЕ БОГАТЫМ И ПРОЦВЕТАЮЩИМ***

Освободитесь от отрицательных побуждений, препятствующих вам встать на путь, ведущий к благосостоянию. Овладейте тремя простыми методами-ступенями, используемыми преуспевающими деловыми людьми во всем мире.

### ***ВЕРНИТЕ СЕБЕ ПРЕЖНИЙ ЮНОШЕСКИЙ ЗАДОР***

Выясните, почему умственное и физическое разрушение, связанное со старением, не является неизбежным, и узнайте, как можно сохранить молодость.

### ***ТВОРИТЕ НАСТОЯЩИЕ ЧУДЕСА В ЖИЗНИ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ***

Научитесь мысленно передавать пожелания здоровья и жизненных сил находящемуся вдали от вас любимому человеку или другу.

### ***ОБРЕТИТЕ СВОЙ ДУШЕВНЫЙ ПОКОЙ***

Откройте для себя Духовный Закон Всеобщности, чтобы самому войти в единение с Богом.

# **Эта книга сможет волшебным образом изменить вашу ЖИЗНЬ**

Я был свидетелем необыкновенных событий и чудес, происходивших в жизни мужчин и женщин всех слоев общества в самых различных уголках мира. Чудеса начнут происходить и в вашей жизни, стоит вам воспользоваться волшебной силой своего подсознания. Цель этой книги — показать, что привычный образ мыслей и мир фантазий создают вашу судьбу, потому что суть человека определяется мыслями в его подсознании.

## **• *Знаете ли вы, почему?***

Почему один человек печален, а другой счастлив? Почему один живет в радости и богатстве, а другой в бедности и страданиях? Почему один боязлив и встревожен, а другой оптимистичен и уверен в своих силах? Почему у одного прекрасный роскошный дом, в то время как другой влачит жалкое существование в убогой лачуге? Почему одного человека постоянно сопровождают удача и успех, а у другого во всех делах провал? Почему один оратор популярен и знаменит, а другой — скучная посредственность? Почему один человек гениален во всех своих делах, а другой проработает всю жизнь как вол, но так ничего путного не достигнет и не совершит? Почему один исцелился от так называемой неизлечимой болезни, а другой — нет? Почему так много добрых и благоверных людей подвергаются невероятным страданиям и пыткам души и тела? И почему так много безбожников и глубоко аморальных людей преуспевают и процветают, живут в богатстве и пьшут здоровьем? Почему одна женщина счастлива в браке, а у ее родной сестры жизнь сложилась несчастливо и неудачно? Можно ли найти ответ на эти вопросы в работе своего сознания и подсознания? С полной уверенностью отвечаю вам — да.

## **• *Почему написана эта книга?***

Только искреннее желание ответить на предыдущие и многие подобные вопросы побудило меня написать эту книгу. В ней я попытался объяснить максимально простым языком великие фундаментальные истины о вашем разуме. Уверен, что основополагающие фундаментальные законы жизни и нашего сознания можно изложить простым обиходным языком. Вы обнаружите, что язык этой книги мало чем отличается от языка, используемого в ежедневных газетах, периодической литературе, у вас на работе и дома. Я призываю вас изучить эту книгу и применить изложенную в ней методику. Абсолютно уверен: сделав это, вы откроете для себя чудесную и благотворную силу и овладеете ею. Она поднимет вас над хаосом жалкой, скучной, неудачной жизни и направит в то место, которое вы действительно заслуживаете, разрешит все ваши трудности, освободит от эмоциональных и физических оков и укажет путь к свободе, счастью и душевному спокойствию. Эта чудотворная сила вашего подсознания может исцелить вас от ваших болезней, снова вернуть жизнерадостность и силы. Узнав, как пользоваться этой внутренней силой, вы откроете дверь и выйдете из тюрьмы страха навстречу новой жизни, названной апостолом Петром чудесной свободой сынов Бога.

## **• *Освобождение чудотворной силы***

Личное исцеление всегда является наиболее убедительным свидетельством силы нашего подсознания. Более сорока двух лет назад я излечился от злокачественной опухоли (в медицинской терминологии она называется «саркома»), используя целительную силу своего

подсознания, которое создало меня и до сих пор поддерживает и руководит всеми моими жизненными функциями. В книге излагается методика, которой я при этом пользовался. Я абсолютно уверен, что она поможет и другим людям поверить этому Бесконечному Целительному Присутствию, скрывающемуся в подсознательных глубинах разума всех людей. С любезной помощью моего друга (врача) я неожиданно понял, что нет ничего противоестественного в том, что Созидательный Разум, создавший все мои органы, мое тело, включивший мое сердце, сможет вылечить свое собственное творение. Древняя пословица гласит: «Врач обрабатывает рану, а Бог ее лечит».

### • *Чудо произойдет, если вы будете искренне молиться*

Научная молитва является гармоничным взаимодействием сознательного и подсознательного уровней разума, направляемых научным методом для определенной цели. Эта книга обучит вас научному методу использования неограниченной силы, находящейся внутри вас и позволяющей получить от жизни то, чего вы действительно желаете. Вы стремитесь к более счастливой, наполненной смыслом и богатой жизни. Начните пользоваться этой чудотворной силой, и пусть ровным станет ваш путь в повседневных делах, решатся все деловые проблемы и наступит гармония в семейных отношениях. Вам необходимо прочитать эту книгу несколько раз. Вы узнаете, как действует эта чудесная сила и как можно воспользоваться заключенными в вас вдохновением и мудростью. Выучите простые приемы воздействия на свое подсознание. Следуйте новому научному способу использования бесконечных запасов этой кладовой. Читайте внимательно, серьезно и с любовью, и вы убедитесь, какую удивительную помощь можете из нее получить. Эта книга может стать (и я верю, что станет) поворотным пунктом в вашей жизни.

### • *Ежедневные молитвы*

Знаете ли вы, как нужно эффективно молиться? Давно ли молитва перестала быть вашей ежедневной потребностью? В чрезвычайной ситуации, во время опасности или беды, под угрозой тяжелой болезни или смерти молитвы текут потоком — и ваши, и ваших друзей. Прочитайте свои ежедневные газеты. В них сообщается, как всему народу предлагают молиться за ребенка, пораженного так называемым неизлечимым недугом, за мир между народами, за шахтеров, которые остались в залитом водой руднике. В одной газете напечатаны рассказы спасенных шахтеров об их молитвах в ожидании спасения. В другой летчик рассказывает о том, как он молился при заходе на аварийную посадку. Конечно, молитва всегда помогает в беде, но чтобы она стала неотъемлемой частью вашей жизни, не следует ждать прихода несчастья. Драматический успешный отклик на молитвы и чудесное спасение или излечение людей — это сенсации и крупные заголовки в газетах, это свидетельство эффективности молитв. А как насчет смиренных детских молитв, простого благодарения за милость и хлеб насущный, верную преданность, с помощью которой человек ищет соединения с Богом? Работа с людьми привела меня к мысли о необходимости различных подходов к молитве. Мне пришлось испытать силу молитвы в собственной жизни. Я встречался и говорил со многими людьми, получившими радость от чудотворной молитвы. Обычно проблема состоит в том, как научить других людей правильно молиться. Люди, попавшие в беду, не могут разумно думать и действовать. В таком случае они нуждаются в простой и легкой формуле. Часто таких людей надо готовить к встрече с чрезвычайными ситуациями.

### • *Уникальность этой книги*

Уникальность этой книги состоит в ее житейской практической направленности. В ней

предлагаются простые и легкие методы и приемы, которые вы сможете использовать в своей повседневной жизни. Я обучал этим простым вещам мужчин и женщин по всему свету. Недавно свыше тысячи человек самых разных религиозных убеждений присутствовали на специальных занятиях в Лос-Анджелесе, где я излагал основные моменты, предлагаемые на страницах этой книги. Многим приходилось приезжать на эти занятия за двести километров. Притягательная черта данной книги — это объяснение, почему очень часто вы не получаете того, о чем молитесь. Люди тысячи раз задавали мне этот вопрос во всех частях мира: «Почему я молюсь и молюсь, но не получаю ответа?» Моя книга позволит вам найти причины этой типичной жалобы. Множество способов воздействия на подсознание, которые дадут вам правильные ответы на свои вопросы и проблемы, — вот в чем ее чрезвычайная ценность. Это помощь вам в трудную минуту.

### • ***Во что вы верите?***

Отклик на чью-то молитву приносит не то, во что верит человек. Ответ на молитву — это реакция подсознания человека на ментальный образ или мысль в его сознании. Этот закон веры имеет силу во всех религиях мира, потому что все они психологически правильны. И буддист, и христианин, и мусульманин, и иудей могут получить отклик на свои молитвы не потому, что соблюдается определенная религия, вероучение, ритуал, церемония, формулировка, литургия, заклинания, жертвоприношения, а исключительно в силу убеждения или мысленной веры в то, о чем они просят и о чем молятся.

Законом жизни является закон веры, а категорию веры нельзя кратко суммировать как простую мысль вашего сознания. Как человек думает, чувствует и верит, в таком состоянии и находятся его сознание, тело и жизненные обстоятельства. Методы и приемы, основанные на понимании, что и почему вы делаете, помогут вам воплотить на подсознательном уровне все добрые начинания своей жизни. Короче говоря, услышанная молитва является осуществлением желаний вашего сердца и души.

### • ***Желание является молитвой***

Каждый желает себе здоровья, счастья, безопасности, спокойствия, возможности самовыражения, но очень немногим удается достичь положительных результатов. Недавно один университетский профессор признался мне: «Знаю — смени я образ мышления и направление эмоциональной жизни, и мои язвы исцелились бы, но у меня нет никакой методики, которой можно было бы следовать. Мой разум мечется над решением многих проблем, и я чувствую себя выбитым из колеи, побежденным и несчастливым». Этот профессор хотел поправить свое здоровье. Ему нужно было понять принципы работы собственного разума — источника осуществления всех его желаний. Следуя целительным методам, изложенным в этой книге, он полностью излечился и больше ни на что не жалуется.

### • ***Для всех людей существует единый общий разум.***

*Эмерсон*

Чудотворные силы подсознания существовали до нашего рождения, до возникновения церквей и миров. Великие вечные истины и принципы жизни старше всех религий. Имея все это в виду, я призываю вас внимательно изучить последующие главы этой книги и овладеть той чудесной, волшебной, преобразующей силой, которая залечивает душевные и физические раны, возвещает свободу запуганному сознанию и полностью освобождает вас от нищеты, неудач,

жалкого существования и душевных тревог. Вам остается лишь объединиться разумом и эмоциями с теми добрыми помыслами, которые вы хотите осуществить, и созидательные силы вашего подсознания отреагируют соответственным образом. Начните сейчас, сегодня же. Пусть в вашей жизни произойдет чудо! Продолжайте, пока не наступит день и тени не улетят прочь.





## Сокровищница, скрытая внутри вас

Бесконечные богатства предстанут перед вашим взором, стоит вам открыть мысленный взгляд и осознать неисчерпаемость скрытой внутри себя сокровищницы. В вас таится золотой прииск, из которого можно черпать все, что требуется для счастливой и радостной жизни.

Многие люди пребывают в состоянии глубокого сна, не подозревая об этом золотом прииске неисчерпаемых знаний и бесконечной любви, на которую они способны. Чтобы вы ни пожелали — пожалуйста, берите. Намагниченный кусочек стали поднимет вес, превышающий его собственный в двенадцать раз, но, если вы размагнитите его, он не поднимет даже перышка. Это сравнение можно применить и к двум категориям людей. Вот перед вами человек-магнит, полный оптимизма и уверенности в своих силах. Он знает, что рожден для побед и успеха. А вот человек, не обладающий магнетической силой. Он весь в страхах и сомнениях. Счастье может улыбаться и звать его, а он будет отвечать: «Я могу не справиться с этим, я потеряю свои деньги, и все будет надо мной смеяться». Люди такого склада немного достигнут в жизни — опасаясь шагнуть вперед, они никогда ничего не добьются. Станьте же человеком-магнитом и откройте для себя главную тайну века.

### • *Главная тайна века*

Что, по вашему, является главной тайной нашего времени? Секрет атомной энергии? Термоядерная энергия? Нейтронная бомба? Межпланетные путешествия? Нет, ничего из названного. Так в чем же заключается этот главный секрет? Где его можно найти и как привести в действие? Ответ чрезвычайно прост: этот секрет — изумительная чудотворная сила, обнаруженная в вашем подсознании, о чем большинство людей и не догадывается.

### • *Изумительная сила вашего подсознания*

Вы можете привнести в свою жизнь больше энергии, благосостояния, здоровья, счастья и радости, научившись общаться со своим подсознанием и освобождать его скрытую мощь.

Вам не нужно приобретать эту силу — вы уже владеете ею; однако надо научиться правильно ею пользоваться. Необходимо понять эту силу, чтобы суметь использовать ее в различных жизненных случаях.

Следуя простой методике и рекомендациям, изложенным в этой книге, вы сможете обрести необходимые для этого знания и навыки. Вы вдохновитесь новым светом и сможете генерировать новую силу, дающую возможность осуществить свои мечты. Решайтесь же сейчас изменить свою жизнь, сделайте ее великолепнее, богаче, благороднее, чем прежде.

В глубинах вашего подсознания скрываются неисчерпаемая мудрость, неограниченная сила и бесконечный источник всего необходимого. Эти сокровища лишь ждут момента, когда из них начнут черпать всё необходимое и пользоваться ими. Приступайте же к их изучению, владейте этими потенциальными возможностями своего скрытого разума, и они воплотятся в материальные формы внешнего мира.

Неиссякаемый источник подсознательного разума сможет в любой момент и в любом месте открыть перед вами все, что вам необходимо знать, но для этого нужно быть искренним и восприимчивым. И тогда вас могут осенить мысли и идеи, ведущие к изобретениям и новым открытиям, или же к вам придет вдохновение написать новые книги и пьесы. Более того, бесконечный разум вашего подсознания может передать вам чудесные знания совершенно необычного свойства. Он откроет перед вами путь к самосовершенствованию и истинному месту

В жизни.

Мудрость вашего подсознания будет содействовать вам в поиске и привлечении идеального спутника жизни, так же как и нужного делового партнера. С его помощью вы не сделаете ошибки в продаже своего дома, получите необходимые вам средства и финансовую свободу во всех ваших начинаниях.

Вы имеете полное право открыть для себя этот внутренний мир мыслей, чувств, силы, света и любви — мир прекрасного. Хотя он и невидим, силы его огромны. В своем подсознании вы найдете решения любых проблем и обнаружите причины любых явлений. Черпая из этого скрытого источника, вы становитесь фактическим владельцем этой силы и мудрости, необходимых для продвижения в будущее изобилия, мира, радости и владения своей судьбой.

Я имел возможность много раз наблюдать за тем, как мощь подсознания поднимала людей из увечного состояния, исправляла их физические недостатки, наполняла жизненной силой и свободой, чтобы войти в мир счастья, здоровья и радостного самовыражения. Чудотворная целебная сила вашего подсознания может излечить обеспокоенный разум и разбитое сердце. Она откроет тюремную дверь, до сих пор охранявшую ваш разум, и выпустит вас на свободу. Она сможет освободить вас от любой материальной и физической зависимости.

### • **Необходимость прочной основы**

Невозможно достичь прогресса в любом деле без прочной основы, которая была бы универсальна по возможностям применения. Вы сможете научиться свободно владеть своим подсознанием, пользоваться его силой, будучи уверенными, что получите нужные результаты, лишь обладая точными знаниями о принципах его работы. Вы сможете применять эту силу для достижения намеченных целей.

Как бывший специалист-химик, я хотел бы привести пример смещения водорода и кислорода в соотношении два к одному, в результате чего получается вода. Вам прекрасно известно и то, что один атом кислорода и один атом углерода создают моноокись углерода, ядовитый газ. Однако, добавив к ним еще один атом кислорода, вы получите двуокись углерода — совершенно безобидный газ. Можно было бы продолжать подобные примеры из необъятной области химических соединений.

Вы должны понимать, что принципы законов химии, физики и математики аналогичны принципам работы вашего подсознания. Давайте рассмотрим общепринятую истину: «Вода стремится к достижению одного уровня». Этот универсальный закон применим для воды всегда и везде.

Рассмотрим еще один закон: «При нагревании вещества расширяются». Этот закон действует везде, в любое время и при любых обстоятельствах. Вы можете нагреть кусок стали, и он расширится независимо от того, находитесь ли вы в Китае, Англии или Индии. Это универсальная истина, она имеет силу повсеместно. Такой же универсальной истиной является и то, что ваше подсознание фиксирует на определенном пространственном экране всю поступающую информацию в виде условий, событий и эмоций.

Ваша молитва услышана, отклик получен, потому что подсознание является своего рода законом, где под законом имеется в виду способ работы определенных вещей. Например, закон электричества состоит в том, что ток течет от высокого потенциала к низкому. Пользуясь электричеством, вы не изменяете его закон; следуя законам природы, можно сделать замечательные изобретения и открытия, которые принесут огромную пользу человечеству.

Ваше подсознание имеет свои правила и работает по закону веры. Вы должны знать, что такое вера, как и почему она воздействует на сознание. В Библии вы найдете ясное, простое и прекрасное объяснение: *«Имейте веру Божию. Ибо истинно говорю вам: если кто скажет горе*

сей: „Поднимись и ввергнись в море“, — и не усумнится в сердце своем, но поверит, что сбудется по словам его, — будет ему, что ни скажет» (От Марка святое благовествование, 11:23).

Законом вашего разума является закон веры. Это значит, что надо верить тому, что говорит вам сознание, верить самой вере. Все так просто: верой разума является его мысль, и больше ничего.

Весь ваш жизненный опыт, все события, условия и действия являются реакцией подсознания на ваши мысли. Помните, что результат приносит не вещь, в которую вы верите, а сама вера в вашем сознании. Откажитесь от неверных убеждений, точек зрения, предрассудков и страхов человеческих. Начинайте верить в вечные истины жизни, которые никогда не меняются, и тогда вы помчитесь вперед, вверх и к единству с Богом.

Всякий читающий эту книгу и применяющий изложенные в ней принципы сможет правильно и эффективно молиться за себя и других. Ваша молитва будет услышана согласно всемирному закону действия и противодействия. Мысль — это зарождающееся действие. Реакция — это ответ вашего подсознания, соответствующий природе мысли. Заполните свой разум концепциями гармонии, здоровья, мира и добра, и в вашей жизни начнут происходить чудеса.

### • *Двойственность сознания*

Вы обладаете только одним сознанием, но у него есть две четкие отличительные характеристики; сегодня разделительная линия между ними хорошо известна всем здравомыслящим людям. Эти две функции сознания значительно различаются; каждая имеет четкие отличительные черты и возможности. Обычно эти две функции сознания называются объективным и субъективным сознанием, сознанием и подсознанием, бодрствующим и спящим сознанием, поверхностным и глубоким «я», сознательным и неосознанным разумом, мужским и женским сознанием; вы можете найти и многие иные термины. В этой книге для характеристики двойственной природы сознания будут использованы термины «сознательный и подсознательный».

### • *Сознательный и подсознательный разум*

Чтобы ознакомиться с обеими функциями сознания, попытайтесь взглянуть на свой разум, как на сад. Вы садовник, целый день высаживаете семена (мысли) в вашем подсознательном разуме, основываясь на обычном образе мышления. Что вы посеете в своем подсознании, то и пожнете в своем теле и в окружающей вас жизни.

А сейчас начните сеять мысли о мире, счастье, правильных поступках, добре и благосостоянии. Размышляйте спокойно и заинтересованно об этих качествах и воспринимайте их полностью своим сознательным, рассуждающим разумом. Продолжайте высаживать эти чудесные семена (мысли) в саду своего сознания, и пожнете замечательный урожай. Ваш подсознательный разум можно сравнить с почвой, в которой могут произрастать любые семена, и хорошие, и плохие. *Разве может человек собрать виноград с терновника или фигу с чертополоха?* Всякая мысль является поэтому причиной, а всякое условие — следствием, и очень важно управлять своими мыслями так, чтобы получить только желаемые результаты.

Если ваш разум думает правильно, если вы понимаете истину, если мысли вашего подсознания конструктивны, гармоничны и спокойны, то чудотворная сила подсознания отреагирует соответствующим образом и создаст для вас гармонию, любовь, здоровье и успех. Если вы начнете управлять своей мыслительной деятельностью, то сможете применять силу вашего подсознания для решения любых проблем и преодоления любых трудностей. Иными

словами, фактически, вы будете сотрудничать на осознанном уровне с неизмеримой силой и всемогущим законом, который управляет всеми вещами.

Оглянитесь вокруг себя, где бы вы ни были, — и вы обнаружите, что большинство людей живет только во внешнем мире. Однако наиболее просвещенные из них проявляют огромный интерес к своему внутреннему миру. Помните, что внутренний мир (мысли, чувства и образы) создает ваш внешний мир. Именно поэтому он является единственной созидательной силой, и все, что вы видите в окружающем мире, было создано вами во внутреннем мире своего разума, осознанно или неосознанно.

Понимая характер взаимодействия своего сознательного и подсознательного разумов, вы сможете преобразовать всю свою жизнь. Чтобы изменить внешние условия, вы должны изменить причину. Большинство людей старается изменить условия и обстоятельства, работая над ними. Чтобы преодолеть разногласия, путаницу и ограничения, вы должны устранить причину: изменить способ использования вашего сознания, а именно — образ вашего мышления и формирования образов.

Вы живете в бездонном море бесконечных богатств. Подсознание очень чутко реагирует на ваши мысли. Они образуют форму или матрицу для передачи безграничных знаний, мудрости, жизненных сил и энергии, истекающих из подсознания. Используя законы своего сознания по методике данной книги, вы сможете поменять нищенское существование на изобилие. Вы приобретете мудрость вместо предрассудков и невежества, покой вместо болезней и переживаний, радость придет на смену печали, свет заменит темноту, гармония вытеснит разногласия и раздоры, уверенность заставит вас забыть все страхи и опасения, и там, где раньше вы терпели неудачу за неудачей, начнется непрерывная цепь успехов. Вы освободите себя от оков тех законов, по которым живут посредственности, и не может быть более чудесного благословения, чем подобные изменения в образе мышления, в эмоциональной и материальной жизни.

Большинство великих ученых, художников, поэтов, певцов, писателей и изобретателей имеет глубокие знания о процессах, происходящих на сознательном и подсознательном уровнях разума.

В жизни знаменитого оперного тенора Карузо был момент, когда им овладел страх сцены. Он жаловался, что мышцы горла парализуются спазмами, вызванными чрезмерным страхом, по лицу ручьями течет пот. Он сгорал от стыда от того, что за несколько минут до выхода на сцену его тело начинало трястись от панического страха. — Публика засмеет меня, — стонал он, — я не смогу петь. — И затем выкрикивал в отчаянии, не стыдясь присутствующих людей: «В моей душе борются мелкое с великим, Карлик и Гигант, и Карлик стремится задушить Гиганта во мне».

Карузо кричал своему Карлику: «Вон отсюда, мой Гигант хочет петь». Воплощаясь в своего Гиганта, имея в виду безграничную силу и мудрость своего подсознания, он продолжал: «Уходи! Вон отсюда! Мой Гигант сейчас будет петь!»

И его подсознание ответило ему, освободило его внутренние жизненные силы. Когда конференсье назвал его имя, великий артист вышел на сцену и начал петь, прекрасно и величественно, зачаровывая всех в зале.

Вы сейчас совершенно не сомневаетесь в том, что Карузо должен был четко осознавать существование двух уровней разума: сознательного или рационального и подсознательного или иррационального. Ваше подсознание реактивно, и оно отзывается на характер ваших мыслей. Если ваш сознательный разум (ваш Карлик) полон страха, беспокойства и отчаяния, то отрицательные эмоции, порожденные вашим подсознанием (вашим Гигантом), хлынут потоком и зальют ваше сознание чувствами паники и отчаяния, дурных предчувствий. В таком случае,

подобно Карузо, с глубоким чувством уверенности и без колебаний, прикажите этим иррациональным эмоциям, порожденным в глубинах вашего сознания: «Спокойно, не шуми, я контролирую ситуацию, ты должен повиноваться мне, ты не можешь вторгаться туда, куда тебе не полагается».

Необычайно увлекательно и в высшей степени интересно наблюдать за самим собой, авторитетно и уверенно разговаривая с иррациональным движением в глубинах своего сознания, устанавливая душевный покой, гармонию чувств и разума. Подсознание подчиняется сознательному разуму, и именно поэтому оно и называется подсознательным или субъективным разумом.

### • **Отличительные черты функционирования сознания и подсознания**

Вы поймете, в чем заключаются основные отличительные черты функционирования сознания и подсознания, на следующих примерах.

Сознательный разум можно сравнить с навигатором или капитаном на мостике корабля. Он следит за движением корабля и подает команды в машинное отделение, где специалисты, в свою очередь, следят за работой котлов, приборов, датчиков и так далее. Люди в машинном отделении не знают, куда движется корабль, — они лишь следуют указаниям. Они могут попасть на рифы, если человек на капитанском мостике отдаст ошибочное или неправильное приказание, основываясь на данных своего компаса, секстанта или других приборов. Рабочие машинного отделения повинуются капитану, потому что именно он несет ответственность за курс корабля. Он командует, ему все подчиняются, и его команды автоматически выполняются. Члены команды не задают вопросов капитану, они просто выполняют его приказы.

Капитан является полновластным командиром на своем судне, и его распоряжения исполняются. Подобным же образом и ваш сознательный разум является капитаном и полновластным хозяином вашего корабля — вашего тела, окружающей обстановки и всех ваших дел. Подсознание принимает отданные вами приказы, основываясь на том, во что верит ваш сознательный разум и что он принимает за истину.

Если вы будете непрестанно повторять: «Я не могу себе этого позволить, это для меня слишком дорого», — то подсознание «поймает» вас на слове и проследит за тем, чтобы вы и в самом деле не были в состоянии купить желаемое. Настаивая на том, что «я не могу купить этот автомобиль, это путешествие по Европе, этот дом, эту шубу или горностаевую накидку», вы можете быть уверены, что подсознание будет следовать вашим указаниям и вы проживете всю жизнь, так и не решившись на покупку подобных вещей.

В канун прошлого Рождества прелестная студентка университета вздыхая смотрела на привлекательную и довольно дорогую сумочку в витрине магазина. Девушка собиралась на каникулы домой, в Буффало, что рядом с Нью-Йорком. Она уже готова была сказать себе, что не может купить эту сумку, но вдруг вспомнила о том, что она услышала на одной из моих лекций: «Никогда не заканчивайте отрицательную формулировку. Немедленно аннулируйте ее, и в вашей жизни произойдут чудеса».

И моя знакомая сказала себе: «Эта сумка моя. Она здесь выставлена для продажи, я принимаю ее своим умом, а мое подсознание позаботится о том, чтобы я ее получила».

В восемь часов утра в день накануне Рождества жених подарил ей точно такую сумочку, которую она недавно видела и на которой мысленно остановила свой выбор. Она заполнила свой разум ожиданием и высвободила глубинные резервы своего разума, имеющего «ноу-хау» по выполнению полученных заданий.

Вот что она рассказала мне после этого случая: «У меня не было денег, чтобы купить ту сумку, но сейчас я знаю, где нужно искать деньги и все остальные нужные вещи: в своей

внутренней сокровищнице вечных истин».

И еще один очень простой наглядный пример. Если перед обедом вы будете всем рассказывать, что вам не нравятся грибы, а вскоре после этого вам подадут грибы в соусе или в салате, то у вас будет несварение желудка — ваше подсознание ответило вам: «Босс (ваш сознательный разум) не переносит грибов». Это довольно забавный пример значительных отличий и режимов работы вашего сознательного и подсознательного разумов.

А эта женщина всем рассказывает, что каждый раз она просыпается в три часа ночи, если накануне вечером выпьет чашечку кофе. И когда бы она ни выпила кофе, ее подсознание будит ее, как будто говоря: «Босс велит тебе сегодня ночью не спать».

Подсознание работает все двадцать четыре часа в сутки и заботится о вашем благе, не скупясь высыпая вам в подол результаты привычного образа мыслей.

#### • **Какой была реакция ее подсознания**

Несколько месяцев назад одна женщина обратилась ко мне с письменным посланием: «Мне семьдесят пять лет. Я вдова, мои дети уже давно самостоятельные люди со своими семьями. Я живу одна, получаю пенсию. Я слушала ваши лекции о силе подсознания, на которых вы говорили о том, что мысли могут передаваться в подсознание при повторении, убеждении и ожидании, что все должно свершиться.

И я начала повторять проникновенно и с большим чувством: „Я кому-то очень нужна. Я в счастливом замужестве за добрым, любящим и душевным человеком. Я чувствую себя хорошо“.

Я повторяла эти слова по много раз в день на протяжении двух недель, пока однажды в нашей местной аптеке меня не представили фармацевту-пенсионеру. Он оказался очень добрым, чутким и набожным человеком: совершеннейший ответ на мою молитву. Через неделю он сделал мне предложение, и сейчас мы в Европе проводим медовый месяц. Я знаю, что разум моего подсознания свел нас вместе».

Эта женщина обнаружила, что все богатства хранятся в ней самой. Молитва шла от всего ее сердца, и она верила в то, что все сбудется. Ее уверенность осмотически проникла в подсознание, являющееся созидательной средой. И как только она достигла субъективного воплощения своей идеи, подсознание осуществило эту мечту посредством закона притяжения. Ее скрытое сознание, полное мудрости и знаний, соединило этих двух людей божественным способом.

Вы всегда должны думать о том, *что только истинно, что честно, что справедливо, что чисто, что любезно, что достославно, что только добродетель и похвала* (Послание к Филиппийцам, 4:8).

#### • **Кратко о том, что следует запомнить**

1. Сокровищница находится в вас самих. Ищите в душе своей ответы на все желания своего сердца.

2. Большой секрет, которым обладали великие люди всех времен, — это их способность входить в контакт со своим подсознанием и освобождать его мощь. Вы также в состоянии делать это.

3. Ваше подсознание владеет ответами на все вопросы, решениями всех проблем. Если вы перед сном сделаете установку подсознанию: «Мне нужно встать в шесть часов утра», — оно разбудит вас точно в назначенное время.

4. Подсознание — это строитель вашего организма, и оно может исцелять вас. Засыпайте каждый вечер со спокойной и уверенной мыслью о безупречном здоровье, и подсознание, как ваш верный слуга, будет повиноваться вам.

5. Каждая мысль является причиной, а каждое условие — следствием.

6. Если вам необходимо написать книгу или чудесную пьесу, усовершенствовать свою лекцию, передайте мысль об этом с любовью и чувством своему подсознанию, и оно отреагирует соответственным образом.

7. Вы подобны капитану, ведущему по морю корабль, и его обязанность — отдавать нужные распоряжения. Вам также необходимо отдавать правильные команды (мысли и образы) своему подсознанию, которое руководит и управляет всеми событиями в вашей жизни.

8. Никогда не говорите: «Я не могу это купить» или «Я не в состоянии это сделать». Ваше подсознание подловит вас на слове и позаботится о том, чтобы у вас не было денег или возможности сделать желаемое. Всегда говорите только утвердительно: «Я способен сделать что угодно с помощью силы своего подсознания».

9. Закон жизни — это закон убеждения и веры. Убеждение является мыслью вашего сознания. Никогда не верьте в то, что может принести вам вред или причинить вам боль. Верьте в способность своего подсознания излечивать, воодушевлять, укреплять вас и приносить вам блага. По вере вашей воздастся вам.

10. Измените образ своего мышления, и вы измените свою судьбу.

## Как работает ваш разум

Вы обладаете разумом, и вам следует научиться им пользоваться. Есть два уровня разума: сознательный или рациональный и подсознательный или иррациональный. Вы мыслите, используя сознательный разум, и все ваши мысли проникают в подсознание, реагирующее в зависимости от их характера. Подсознание является резиденцией ваших эмоций, это ваш созидательный разум. Пока вы мыслите позитивно, все будет хорошо; если вы думаете негативно, то последуют плохие события. Так работает ваш разум.

Запомните главное: восприняв идею, подсознание начинает ее выполнять. Интересное обстоятельство заключается в том, что подсознание в равной степени откликается как на хорошие, так и на плохие идеи. Именно этот закон при негативном мышлении является причиной неудач, расстройств и несчастий, а обладателю гармоничного и конструктивного образа мышления приносит прекрасное здоровье, успех и благосостояние.

Душевный покой и здоровый организм станут неизбежным приобретением обладателя праведных мыслей и чувств. Чего бы вы ни пожелали в своем сердце и ни почувствовали как истинную необходимость, ваше подсознание воспримет это и начнет осуществлять. Вам останется только одно: убедить свое подсознание воспринять данную идею, и закон подсознания принесет желанное здоровье, душевный покой или успех. Вы отдаете приказания или распоряжения, а подсознание добросовестно воспроизводит запечатленную в нем идею. Таков закон вашего разума: реакция или отклик подсознания определяется характером мысли или идеи, утвердившейся в сознательном разуме.

Психологи и психиатры отмечают, что при передаче мысли в подсознание в мозговых клетках происходят изменения. Приняв какую-нибудь идею, оно начинает немедленно осуществлять ее. Подсознание работает по принципу ассоциации идей и использует все ваши знания, накопленные на протяжении целой жизни. Для выполнения поставленной задачи оно пользуется бесконечной силой, энергией и мудростью, находящимися внутри вас, а также всеми законами природы. Иногда подсознание немедленно разрешает все ваши трудности, но иногда ему требуется много дней, недель или месяцев для нахождения нужного решения. *Пути Его неисповедимы.*

### • *Различия между сознанием и подсознанием*

Запомните: сознание и подсознание — это не два разума, а просто две сферы деятельности в пределах одного разума. Сознание является мыслящим разумом; это часть разума, которая выбирает. Так, вы можете выбирать книги, дом или спутника жизни, принимая решения своим сознательным разумом. С другой стороны, ваше сердце продолжает автоматически функционировать, процессы пищеварения, кровообращения и дыхания контролируются подсознанием с использованием процессов, независимых от сознания.

Подсознание принимает то, что в нем запечатлено или во что вы сознательно верите. Оно не раздумывает над вещами, подобно сознанию, и не вступает с вами в пререкания. Подсознание подобно почве, принимающей любые семена, хорошие и плохие. Ваши мысли активны; их можно сравнить с семенами. Отрицательные, деструктивные мысли продолжают негативную работу в подсознании; через определенное время в соответствии со своей природой они реализуются в вашей жизни.

Помните: подсознание не проверяет, хороши или плохи ваши мысли, истинны они или ложны, оно реагирует в соответствии с характером предлагаемых мыслей или предложений.



Например, если вы что-то сознательно рассматриваете как истину (хотя на самом деле это может быть ложью), ваше подсознание воспримет посылку как истину и будет добиваться соответствующих результатов.

### • *Психологические эксперименты*

Многочисленные эксперименты, проведенные психологами и другими специалистами на людях в состоянии гипноза, показали, что подсознание не способно производить выбор и сравнение, необходимые для мыслительного процесса. Эти эксперименты неоднократно подтверждали: подсознание принимает любое внушение, насколько бы ложным оно ни было. Приняв любое такое внушение, подсознание реагирует в соответствии с его характером.

Вот пример подчинения подсознания внушению: если опытный гипнотизер скажет своему пациенту, что он Наполеон Бонапарт или даже кошка или собака, то пациент будет выполнять эту роль с безукоризненной точностью. Личность пациента на какое-то время изменяется: он не сомневается, что является тем, кем его назвал гипнотизер.

Гипнотизер может сказать одному из испытуемых, находящемуся в состоянии гипноза, что у него чешется спина, другому — что он является мраморной статуей, третьему — что сейчас мороз и ему холодно. И каждый из них будет действовать строго по правилам своего нового образа, воспринимая из окружающей обстановки только то, что относится к его идее.

Эти наглядные примеры ясно демонстрируют разницу между думающим разумом и подсознанием, которое безлично, не избирательно и принимает на веру абсолютно все, что посчитает истинным ваш сознательный разум. Отсюда следует вывод: чрезвычайно важно правильно выбирать мысли, идеи и предпосылки, которые благословляют, исцеляют, воодушевляют и наполняют вашу душу радостью.

### • *Разъяснение понятий «объективный» и «субъективный» разум*

Сознание иногда называют объективным разумом; оно имеет дело с предметами внешней действительности. Объективный разум занят познанием объективного мира; средствами его наблюдения являются ваши пять органов чувств. Объективный разум является нашим гидом и руководителем в связях и контактах с внешней средой; Используя пять органов чувств, вы получаете знания. Объективный разум учится через наблюдения, опыт и систему образования. Я уже говорил, что главной функцией объективного разума является мышление.

Предположим, что вы один из тысяч туристов, ежегодно посещающих Лос-Анджелес. На основании впечатлений от увиденных парков, чудесных садов, величественных зданий и привлекательных домов вы придете к выводу, что это прекрасный город. Это и есть работа вашего объективного разума.

Подсознание часто называют субъективным разумом. Он познает свою окружающую среду независимо от названных пяти органов чувств. Субъективный разум воспринимает все интуицией; это резиденция ваших эмоций и хранилище памяти. Субъективный разум выполняет свои высочайшие функции в моменты, когда органы чувств беспомощны. Одним словом, это тот разум, который заявляет о своем присутствии в тех случаях, когда объективный разум находится в отрешенном или сонном, дремотном состоянии.

Субъективный разум видит без помощи естественных органов зрения; он имеет способность ясновидения и яснослышания. Субъективный разум может покидать ваше тело, совершать путешествия в дальние края и часто приносить с собой очень точную и правдивую информацию. Субъективный разум позволяет читать мысли других людей, содержание запечатанных конвертов и запертых сейфов. Он обладает способностью оценивать мысли других людей, не прибегая к обычным средствам общения. Важнейшее условие для умения правильно молиться —

это понимание взаимодействия объективного и субъективного разумов.

### • **Подсознание не может рассуждать так, как сознание**

Подсознание не может вступать с вами в пререкания. Следовательно, получив от вас неправильные указания, оно примет их за истину и начнет их осуществлять, создавая соответствующие условия, ситуации и эмоции. Все события, происходящие в вашей жизни, основаны на мыслях, запечатленных в подсознании посредством убеждения и веры. Если вы передали в свое подсознание ошибочные послышки, то наилучший метод их преодолеть — это формирование и многократное повторение конструктивных гармонических мыслей, которые будут приниматься подсознанием. Являясь резиденцией привычек, подсознание формирует таким образом новый и здоровый образ мышления и жизни.

Характер сознательного мышления оставляет глубокие следы в подсознании, и прекрасно, если строй ваших мыслей гармоничен, спокоен и конструктивен.

Однако если вас одолевают страхи, беспокойство и другие деструктивные формы мышления, то для исправления ситуации вы должны признать всемогущество вашего подсознания. Именно ему вы должны направлять мысли о свободе, счастье и безупречном здоровье. Ваше подсознание, будучи созидательной силой и божественным источником, приступит к созданию свободы и счастья, в которые вы серьезно верите.

### • **Огромная сила внушения**

Как вы, наверное, уже поняли, наше сознание является своего рода «контролером-привратником», и его главной функцией является защита подсознания от ложных впечатлений. Таким образом, вы познакомились с одним из основных законов разума: подсознание подчиняется внушению. Напомню, что подсознание не производит сравнений, не видит различий, не размышляет и не думает о вещах. Все эти функции принадлежат к сфере деятельности сознательного разума, а подсознание просто реагирует на впечатления, передаваемые ему сознанием, и не отдает предпочтений ни одному из образов действий.

Приведу классический пример необычайной силы, которой обладает внушение. Предположим, что вы подошли к робкому и запуганному на вид пассажиру на борту корабля и сказали ему нечто-то вроде: «Вы выглядите очень нездоровым. Как вы бледны! Я абсолютно уверен — сейчас с вами случится приступ морской болезни. Разрешите мне помочь вам пройти в свою каюту». Этот пассажир и на самом деле побледнеет. Ваше внушение о морской болезни ассоциируется у него с собственными опасениями и предчувствиями; несчастный примет ваше предложение довести его до каюты, где подтвердится воспринятое им отрицательное внушение.

### • **Различная реакция на одинаковое внушение**

Известно, что различные люди будут по-разному реагировать на одно и то же внушение в силу их подсознательного настроения или убеждения. Например, представьте себе, что на том же судне вы подошли к моряку и сочувственно сказали ему: «Слушай, друг, ты выглядишь очень больным. Тебя не тошнит? Судя по твоему виду, сейчас у тебя начнется приступ морской болезни».

В зависимости от темперамента, моряк либо рассмеется, услышав подобную «шутку», либо выскажет легкое раздражение. В данном случае ваше внушение пошло по ложному адресу: предположение о морской болезни ассоциировалось в мозгу моряка с полным иммунитетом от качки. Следовательно, такое предположение вызовет у него не беспокойство и страх, а уверенность в своих силах.

Толковый словарь объясняет, что внушение — это воздействие на чье-либо сознание,

мыслительный процесс, посредством которого внушаемая мысль или идея рассматривается, принимается и осуществляется. Вы должны помнить, что внушение нельзя навязать подсознанию против воли сознательного разума. Иными словами, у сознательного разума есть необходимая сила для того, чтобы отбросить предлагаемое внушение. В случае с матросом мы видим, что ему невозможно внушить страх перед морской болезнью. Матрос убедил себя в невосприимчивости к ней, и отрицательное внушение не вызывает у него страх.

Напротив, у пассажира внушение морской болезни укрепило его опасения и страхи. У каждого есть собственные внутренние страхи, убеждения, мнения, и эти внутренние предположения правят и руководят всей нашей жизнью. Внушение само по себе не имеет никакой власти, если оно не будет принято вашим разумом; лишь затем подсознание начнет осуществлять его.

### • **Как он потерял руку**

Один раз в два-три года я выступаю с циклом лекций в Лондонском Собрании Истины в Какстон-холле. Это Собрание я основал много лет назад. Его директор, доктор Эвелин Флит, рассказала мне об одной статье о силе внушения, напечатанной в английских газетах. В статье говорилось о внушении, которое один человек дал своему подсознанию пару лет назад: «Я отдам на отсечение свою руку в обмен на исцеление своей дочери». Выяснилось, что у его дочери была деформирующая форма артрита, сопровождаемая неизлечимой болезнью кожи. Все мыслимые медицинские способы лечения не смогли облегчить состояние девочки, а ее отец страстно желал, чтобы она поправилась. Это пожелание нашло выражение в упомянутой клятве.

Доктор Эвелин Флит рассказала, что газеты поместили сенсационный материал: «Однажды эта семья поехала за город на автомобиле, и их машина попала в сильную дорожную катастрофу. В результате столкновения с другой машиной у отца по плечо была оторвана правая рука, а артрит и кожное заболевание его дочери моментально исчезли».

Необходимо следить за тем, чтобы ваше подсознание получало только такое внушение, которое ведет к исцелению, благословиению, возвышению духа, воодушевлению во всех начинаниях. Помните, что подсознание не понимает юмора и шуток, оно все принимает за чистую монету.

### • **Как самовнушением побороть страх**

*Примеры самовнушения.* Самовнушение означает внушение самому себе чего-то особенного и определенного. Герберт Паркин в своем замечательном учебнике по самовнушению приводит следующий эпизод. Он довольно забавный, и его легко запомнить. «Гость из Нью-Йорка в Чикаго смотрит на свои часы, показывающие время со сдвигом на час вперед относительно чикагского времени, и говорит своему чикагскому другу, что сейчас 12 часов. Житель Чикаго, забыв о разнице во времени между Чикаго и Нью-Йорком, говорит ньюйоркцу, что он уже проголодался и должен идти на обед.»

Самовнушением можно воспользоваться для подавления различных страхов и других отрицательных состояний. Молодую певицу пригласили на прослушивание. Она многого ожидала от этой проверки, но на трех предыдущих терпела неудачи из-за страха провала. У девушки был очень хороший голос, но она постоянно твердила себе: «Когда наступит моя очередь петь, я могу им не понравиться. Я буду стараться, но я так боюсь и волнуюсь».

Подсознание приняло это отрицательное самовнушение как просьбу и принялось осуществлять и претворять ее в жизнь. Причиной неприятностей и неудач этой девушки стало произвольное самовнушение, то есть внутренние страхи и мысли превратились в эмоции и реальность.

Певица справилась с этими трудностями следующим образом: трижды в день она закрывалась в своей комнате. Удобно усевшись в кресло, она расслабляла все тело и закрывала глаза. Девушка всячески успокаивала разум и тело. Физическая неподвижность благоприятствует умственному расслаблению и делает разум более восприимчивым к внушению. Чтобы противостоять страху, она внушала себе: «Я прекрасно пою, я чувствую себя в форме, ум ясный, я уверена, уравновешена, безмятежна и спокойна». Она повторяла эти слова от пяти до десяти раз на каждом сеансе, медленно и спокойно, вкладывая в них максимум чувства. Каждый день у нее было три таких сеанса, один из них непосредственно перед сном. В конце недели она была абсолютно уверена и спокойна. Когда пришло ее время выступать на прослушивании, она произвела на педагогов и аудиторию самое благоприятное впечатление.

#### **• Как она восстановила свою память**

Семидесятипятилетняя женщина имела привычку постоянно твердить, что теряет свою память. Затем она решила исправить положение и начала практиковать самовнушение по несколько раз в день. Женщина говорила себе: «С сегодняшнего дня моя память постоянно улучшается. Я буду всегда помнить о том, что мне нужно знать в любой момент и в любом месте. Полученные впечатления будут более четкими и определенными. Я автоматически и легко все запомню. Все, что я ни пожелаю вспомнить, немедленно предстанет в моем уме в правильной форме. День ото дня моя память стремительно улучшается, и очень скоро она будет лучше, чем когда бы то ни было». К ее неопишуемому восторгу, через три недели память у нее полностью восстановилась.

#### **• Как преодолеть плохое настроение**

Многие люди, которые жаловались на раздражительность и плохое настроение, оказались очень восприимчивыми к самовнушению и получили превосходные результаты, повторяя три-четыре раза в день (утром, днем и вечером перед сном) в течение месяца следующие слова: «Отныне я буду все более и более добродушным. Радость, счастье и бодрость становятся нормальным состоянием моего сознания. С каждым днем я все более понимаю и люблю других людей. Я становлюсь центром оптимизма и доброй воли для всех окружающих, заражая их чувством юмора. Это счастливое, радостное и бодрое настроение становится нормальным, естественным состоянием моего сознания. Я очень благодарен».

#### **• Созидательные и разрушительные силы внушения**

Несколько примеров и комментариев по гетеровнушению. Гетеровнушение означает внушение другого человека. Во все времена сила внушения играла определенную роль в жизни и мыслях людей. Во многих частях света внушение является движущей силой в религии.

Внушение может использоваться для самодисциплины и самоконтроля, но может также использоваться, чтобы управлять и командовать другими людьми, не знающими законов разума. В своей конструктивной форме внушение представляет собой чудесное, великолепное явление. В своих отрицательных аспектах это одна из самых разрушительных реакций разума, приносящих несчастья, неудачу, страдания, болезни и катастрофы.

#### **• Не подверглись ли вы одному из следующих отрицательных внушений?**

С младенчества большинство из нас получало многочисленные отрицательные внушения. Не зная, как можно им противодействовать, мы неосознанно принимали и соглашались с ними. Вот некоторые из возможных отрицательных внушений: «Ты не можешь это сделать», «Из тебя никогда ничего путного не получится», «Ты не должен», «Ты потерпишь неудачу», «У тебя нет

ни малейшей надежды на успех», «Ты абсолютно не прав», «Напрасно стараешься», «Главное не то, что ты знаешь, а то, кого ты знаешь», «Мир летит ко всем чертям», «Что в этом толку, ведь всем все равно», «Бесполезно особенно стараться», «Ты уже слишком стар», «Дела идут все хуже и хуже», «Жизнь — это бесконечные мучения», «Любовь существует только в сказках», «Ты просто не способен выиграть», «Ты почти банкрот», «Осторожно, можно подхватить вирус», «Нельзя доверять ни одному человеку» и так далее.

Если вы сами, повзрослев, не воспользуетесь конструктивным самовнушением в качестве восстанавливающей терапии, то внушения, полученные в прошлом, могут выработать у вас стереотипы поведения, ведущие к неудачам в личной и общественной жизни. Самовнушение позволит вам освободиться от груза отрицательного словесного давления, который может исказить ваш жизненный путь и осложнить выработку хороших привычек.

### **• Вы можете противостоять негативному внушению**

Возьмите любую ежедневную газету, и вы найдете в ней десятки проблем, которые могут посеять в людях чувства безнадежности, страха, озабоченности, волнения и неминуемого краха. Если воспринять все это, то сам страх может повлечь за собой потерю желания жить. Зная, что вы в состоянии отвергнуть подобные негативные импульсы, посылая в подсознание конструктивные установки, вы сможете противостоять разрушительным идеям.

Регулярно проверяйте отрицательные внушения, полученные вами от разных людей. Не рискуйте и старайтесь не оказаться под влиянием деструктивного гетеровнушения. Все мы уже достаточно пострадали от него в детстве и подростковом возрасте. Оглянувшись мысленно на свое прошлое, вы сможете легко вспомнить, как родители, друзья, родственники, учителя и коллеги внесли свою лепту в формирование у вас отрицательных внушений. Проанализируйте все, что вам говорилось, и обнаружите, что многое было преподнесено в форме пропаганды и многое из сказанного имело одну цель: управлять вами или внушить вам страх.

Этот процесс гетеровнушения имеет место в каждом доме, офисе, на заводе, в клубе. Вы увидите, что часто внушение делается, чтобы заставить вас думать, чувствовать и действовать так, как этого хотят другие люди, желающие эксплуатировать вас в своих интересах.

### **• Как внушение погубило человека**

Приведу вам пример гетеровнушения. Мой родственник посетил в Индии предсказательницу судьбы, работающую с магическим кристаллом. Колдунья сообщила ему, что у него больное сердце, и предсказала, что он умрет до наступления следующего полнолуния. Родственник рассказал об этом предсказании членам своей семьи и написал завещание.

Это мощное внушение вошло в его подсознание, потому что он с ним полностью согласился. По слухам, та гадалка имела странную оккультную силу и могла приносить людям добро и зло. Человек умер, как и было ему предсказано, не подозревая, что сам был причиной своей смерти. Предполагаю, что многие слышали похожие глупые и смехотворные истории, основанные на предрассудках.

Давайте взглянем на случившееся в свете наших знаний о работе подсознательного разума. Во что бы ни верил сознательный, размышляющий разум человека, подсознание примет это как руководство к действию. Перед тем как отправиться к гадалке, мой родственник был счастливым, здоровым, жизнерадостным и крепким человеком. Та дала ему чрезвычайно отрицательную установку, с которой он согласился. Он запаниковал, пришел в ужас и погрузился в мрачные мысли о том, что он умрет до наступления следующего полнолуния. Родственник непрерывно рассказывал всем об этом и готовился к концу. Действие свершалось в его собственном сознании, и его мысль была причиной этому. Он сам себя довел до смерти или,

правильнее, до разрушения физического тела своим страхом и ожиданием конца.

Женщина, предсказавшая ему смерть, обладала не большей силой, чем камень или палка на дороге. Ее внушение не могло создать и совершить то, что она предрекла. Обладая знаниями о законах своего сознания, он бы полностью отверг отрицательное внушение и не придал бы ее словам никакого внимания, зная в своем сердце, что им руководят и управляют собственные мысли и чувства. Подобно оловянным стрелам, выпущенным по боевому кораблю, ее предсказание было бы полностью нейтрализовано и рассеяно, не принеся ему никакого вреда.

Внушения других людей сами по себе не имеют над вами абсолютно никакой силы, если вы сами, через собственные мысли, не наполняете их такой силой. Вам нужно дать свое мысленное согласие, нужно поддержать это внушение, и только затем оно становится вашей собственной мыслью. Помните, что у вас есть возможность выбора. И вы выбираете жизнь! Вы выбираете любовь! Вы выбираете здоровье!

### • *Сила главной предпосылки*

Ваше сознание работает подобно силлогизму. Это значит, что любая главная предпосылка, принятая сознанием за истину, предопределяет заключение, к которому приходит подсознание по отношению к любому частному вопросу или проблеме, связанной с вашим сознанием. Если предпосылка верна, то заключение также должно быть верным, как в следующем примере:

Каждая добродетель похвальна.  
Доброта есть добродетель.  
Следовательно, доброта похвальна.

И еще один пример:

Все изготовленные вещи разрушаются и исчезают.  
Египетские пирамиды являются изготовленными вещами.  
Следовательно, наступит день, когда пирамиды исчезнут.

Первое утверждение относится к категории главных предпосылок, и верное заключение должно обязательно следовать за верной предпосылкой.

Один профессор колледжа, посетивший в мае 1962 года несколько моих лекций по науке о разуме в Нью-Йорке, рассказал мне: «Все в моей жизни пошло кувырком; я потерял свое здоровье, богатство и друзей. За что я ни берусь, ничего не получается».

Я объяснил ему, что он должен сформировать в своем мышлении главную предпосылку. Безграничный разум его подсознания руководит, направляет и обеспечивает ему все духовные, ментальные и материальные блага. Значит, его подсознание автоматически и мудро подскажет ему решения об инвестициях, планах, а также излечит его тело и восстановит душевный покой и равновесие.

Этот профессор сформулировал общую картину желаемого образа жизни в следующей главной предпосылке:

«Безграничный разум ведет и направляет меня во всех моих делах. У меня прекрасное здоровье, и Закон Гармонии руководит моим разумом и телом. Красота, любовь, мир и изобилие пришли в мою жизнь. Принцип правильных действий и божественного порядка управляет всей моей жизнью. Я знаю, что моя главная предпосылка основана на вечных истинах жизни, и я знаю, чувствую и верю, что подсознание отвечает мне в соответствии с характером моего сознательного мышления».

Вскоре я получил от него письмо: «Я повторял эту формулировку медленно, спокойно и с любовью по несколько раз в день, сознавая, что эти слова погружаются глубоко в мое подсознание и что за этим должны последовать результаты. Я глубоко благодарен вам за объяснения и хотел бы добавить, что вся моя жизнь изменилась к лучшему. У меня все получилось!»

### • **Подсознание не вступает в пререкания**

Ваше подсознание всеведуще и знает ответы на все вопросы. Оно не пытается спорить с вами и вам противоречить. Оно не говорит: «Ты не должен заставлять меня это делать». Например, утверждая: «Я не могу этого сделать», «Я уже слишком стар», «Я не могу выполнить эти обязательства», «Я родился в стороне от больших дел», «Я не знаком с нужным мне политическим деятелем», — вы насыщаете свое подсознание этими негативными мыслями, и оно реагирует соответствующим образом. Фактически, вы блокируете собственное благо, внося в свою жизнь неудачи, лишения и разочарования.

Устанавливая в своем сознании препятствия, трудности и неуверенность, вы отказываетесь использовать мудрость и разум подсознания. Вы фактически подтверждаете, что подсознание не может разрешить ваши проблемы. Это может привести к умственному и эмоциональному застою, за которым последуют болезни и предрасположенность к нервным расстройствам.

Чтобы осуществить свои намерения и преодолеть неудачи и трудности, смело и уверенно повторяйте по несколько раз в день следующие слова: «Необъятный разум, вдохновивший меня, ведущий и направляющий меня, открывает мне безукоризненный план для осуществления моих желаний. Я полностью осознаю глубокую мудрость ответа своего подсознания, и то, что я чувствую и прошу в своих мыслях, получает свое оформление в материальном мире. Я спокоен, уравновешен и полностью владею собой».

Если же вы скажете: «Я не вижу никакого выхода; все для меня потеряно; я не знаю, как выпутаться из этой ситуации; я загнан в угол», — то не получите никакого ответа от своего подсознания. Желая, чтобы подсознание работало на вас, задайте ему правильную просьбу, и оно будет с вами сотрудничать. Оно всегда работает для вас. Подсознание управляет в данный момент вашим сердцебиением и дыханием. Оно заживляет порез на вашем пальце и заботится обо всех жизненных процессах, постоянно стремясь уберечь и защитить вас. Подсознание обладает своим собственным разумом, но принимает к исполнению ваши мысли и фантазии.

Подсознание реагирует на ваши поиски решения проблемы, но ожидает, что вы сами придете к нужным выводам и правильному решению в своем сознательном разуме. Знайте и помните, что ответ находится в вашем подсознании. Однако говоря: «Я не думаю, что можно найти выход из этого положения; я растерян и совершенно запутался; почему я не получаю ответа?» — вы сводите на нет смысл своей молитвы. Подобно солдату, марширующему на месте, вы не двигаетесь вперед.

Успокойте свой разум, расслабьтесь, дышите ровно и глубоко и тихо подтвердите: «В моем подсознании уже существует ответ, который оно мне сейчас посылает. Я благодарен за знания о бесконечном разуме своего подсознания, сведущего во всех вещах и предоставляющего мне сейчас безупречный ответ. Убеждением и уверенностью я сейчас высвобождаю величие и славу своего подсознания. Я радуюсь этому».

### • **Кратко о том, что следует запомнить**

1. Думай о добром, и получишь добро. Думай о злом, и придет зло. Вы являетесь тем, о чем постоянно думаете.
2. Ваше подсознание не спорит с вами, оно принимает к исполнению распоряжения

сознания. Если вы думаете, что не можете себе чего-то позволить, это может отражать реальность, но вам не следует так говорить. Предпочтите лучшее решение: «Я покупаю это. Я принимаю это своим разумом».

3. У вас есть свобода выбора, так, выбирайте же здоровье и счастье. Вы можете быть дружелюбным или же недружелюбным. Выберите для себя сотрудничество, радость, дружелюбие, любовь — и вам откликнется целый мир. Это наилучший способ превратиться в чудесного человека.

4. Ваше сознание является своего рода привратником. Его главная функция — это защита подсознания от ложных указаний. Постарайтесь поверить, что в вашей жизни может случиться что-то хорошее, что оно уже осуществляется. Свобода выбора — это величайшая сила. Выберите себе счастье и изобилие.

5. Внушения и указания других людей не имеют над вами никакой силы и не могут принести вам вреда. Единственная сила — это движение вашей собственной мысли. Вы можете отвергнуть мысли и указания других людей и утвердить добро. Вы свободны в выборе, как следует реагировать.

6. Следите за тем, что говорите; вам придется держать ответ за каждое необдуманное слово. Никогда не говорите: «Я потерплю неудачу; я потеряю работу; я не смогу уплатить аренду». Ваше подсознание не понимает шуток, оно выполняет любые указания.

7. Ваш сознание не порочно; в природе нет порочных сил. Все зависит от того, как вы будете использовать природные силы. Используйте свой разум для блага, исцеления и воодушевления всех людей.

8. Никогда не говорите: «Я не смогу». Преодолейте свой страх и скажите: «Я могу сделать что угодно силой своего подсознания».

9. Начните мыслить с точки зрения вечных истин и принципов жизни, а не с точки зрения страхов, невежества и суеверий. Не позволяйте другим думать за вас. Думайте и принимайте решение сами.

10. Вы являетесь капитаном своей души (подсознания) и хозяином своей судьбы. Помните, что вы свободны в своем выборе. Выберите жизнь! Выберите любовь! Выберите здоровье! Выберите счастье!

11. Что бы ваш сознательный разум ни предположил и во что бы он ни поверил, подсознание примет это и осуществит. Вам надо верить в добрую судьбу, божественное руководство, правильные действия и во все блага жизни.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)