

Dr. Joseph Murphy

DIE MACHT
IHRES
UNTERBEWUSSTSEINS

ARISTON VERLAG • GENÈVE

Inhaltsverzeichnis

	Seite
<i>Vorwort: Wie dieses Buch in Ihrem Leben 'Wunder wirken kann .</i>	13
Wissen Sie warum?	13
Warum ich dieses Buch schrieb	14
Der Schlüssel zur wunderwirkenden Macht	14
Wunder sind Antworten auf »wirksame« Gebete	15
Jeder Mensch betet	15
Das vorliegende Werk ist einzig in seiner Art	16
Woran glauben Sie?	17
Wunsch und Gebet sind ein und dasselbe	18
»Jeder Mensch hat Anteil an dem die ganze Menschheit verbindenden Weltgeist«	18
 <i>Kapitel 1: Die Schatzkammer in Ihrem Innern</i>	 19
Das größte Geheimnis aller Zeiten	19
Die wunderbare Kraft Ihres Unterbewußtseins	20
Die Notwendigkeit einer sicheren Grundlage	21
Die Dualität des Geistes	23
Das Bewußtsein und das Unterbewußtsein	23
Die hauptsächlichen Unterschiede in Funktion und Wirkungs-	26
Wie ihr Unterbewußtsein reagierte	28
Zusammenfassung	29
 <i>Kapitel 2: Die Funktionsweise Ihres Geistes</i>	 31
Die genauere Unterscheidung der Begriffe »bewußt« und »unter-	32
bewußt«	32
Psychologische Experimente	33
Was bedeutet »objektiver« und »subjektiver« Geist?	34
Das Unterbewußtsein kann nicht logisch denken	35
Die ungeheure Macht der Suggestion	35
Unterschiedliche Reaktionen auf dieselbe Suggestion	36
Wie er seinen Arm verlor	37
"Wie Autosuggestion die Angst verscheucht	37
Wie sie ihr Erinnerungsvermögen wiederherstellte	39
Wie er seine Unbeherrschtheit besiegte	39
Die konstruktive und zerstörende Macht der Suggestion	39
Glauben Sie etwa an ein unabwendbares Schicksal?	40
Wie man sich vor negativen Suggestionen schützt	40
Wie die Suggestion einen Menschen tötete	41
Die Macht der Logik	42

	Seite
Das Unterbewußtsein macht keine logischen Einwendungen . . .	44
Zusammenfassung	45
<i>Kapitel 3: Die wunderwirkende Macht Ihres Unterbewußtseins.</i>	47
Ihr Unterbewußtsein ist das Buch Ihres Lebens	49
Jeder seelische Eindruck nimmt materielle Gestalt an	49
Das Unterbewußtsein heilt eine bösartige Hauterkrankung . . .	51
Wie das Unterbewußtsein „alle Körpervorgänge steuert“	52
Wie Sie sich die Kräfte des Unterbewußtseins dienstbar machen können	53
Wie die Heilkraft des Unterbewußtseins verkümmerte Sehnerven wiederherstellt	54
Wie man dem Unterbewußtsein die Vorstellung völliger Gesundheit vermittelt	55
Zusammenfassung	56
<i>Kapitel 4: Geistige Heilung in der Antike.</i>	59
Die Bibel berichtet von der Macht des Unterbewußtseins... . . .	60
Wunder geschehen an vielen Wallfahrtsorten in aller Welt	62
Die einzige universelle Heilkraft	63
Die widersprüchlichen Theorien	65
Die Ansichten des Paracelsus	66
Die Bernheimschen Experimente	67
Die Ursache blutender Stigmata	68
Zusammenfassung	69
<i>Kapitel 5: Geistige Heilungen in unserer Zeit</i>	71
Der einzige Heilungsprozeß	72
Das Gesetz des Glaubens	72
Was ist die Gebetstherapie?	73
Was heißt »Gesundbeten«, und wie wirkt blinder Glaube?	74
Die Bedeutung des subjektiven Glaubens	75
Wesen und Wirkung der Fernbehandlung	77
Die kinetische Kraft des Unterbewußtseins	78
Zusammenfassung	79
<i>Kapitel 6: Die praktische Anwendung der geistigen Therapie.</i>	81
Die Technik der gedanklichen Beeinflussung des Unterbewußtseins	82
Das Unterbewußtsein nimmt jeden klar gezeichneten Plan an . . .	82
Die Wissenschaft und Kunst des richtigen Gebets	83
Die Technik der bildlichen Vorstellung	84
Die Film-Methode	85
Die Baudoin-Technik	87
Die Schlaf-Technik ;	88
Die Dank-Technik	88

	Seite
Die Technik der positiven Behauptung	90
Die Beweis-Methode	91
Die absolute Methode.	93
Eine verküppelte Frau kann wieder gehen.	93
Die Beschluß-Methode.	95
Zusammenfassung	95
<i>Kapitel 7: Das Unterbewußtsein dient dem Leben.</i>	<i>97</i>
Die körperlichen Reaktionen auf geistige Vorgänge.	98
Eine besondere Intelligenz nimmt die Interessen des Körpers wahr.	99
Das Unterbewußtsein wirkt ständig für das allgemeine Wohl	100
Wie der Mensch das angeborene Prinzip der Harmonie stört	100
Warum es normal ist, gesund, vital und stark zu sein - und abnormal, an Krankheiten zu leiden.	101
Die Heilung von einer Rückenmark-Tuberkulose.	102
Wie der Glaube an die Macht des Unterbewußtseins heilt	103
Zusammenfassung	103
<i>Kapitel8: Wie man seine Ziele verwirklicht</i>	<i>105</i>
Entspannung ist der Schlüssel zum Erfolg	106
Es gibt keinen Widerstand — vermeiden Sie deshalb jede geistige Gewaltanstrengung und verlassen Sie sich auf Ihre Vorstellungsgabe	107
Die wunderwirkende Kraft der gesteuerten Phantasie	107
Die drei Bestandteile des erfolgreichen Gebets.	107
Das Gesetz der umgekehrten Wirkung und warum das Gegenteil des Gewünschten eintritt	108
Der Widerstreit von Wunsch und Phantasie muß aufgehoben werden	109
Zusammenfassung	111
<i>Kapitel 9: Das Unterbewußtsein als Schlüssel zum Reichtum.</i>	<i>113</i>
Reichtum ist eine Frage des Geistes.	113
Ihre unsichtbaren Einkommensquellen	114
Die ideale Methode, die richtige geistige Einstellung zum Reichtum zu gewinnen	114
Warum die feste Behauptung, reich zu sein, nichts nützte	115
Wie man einen inneren Widerstreit vermeidet	115
Unterzeichnen Sie keine Blankoschecks.	116
Ihr Unterbewußtsein zahlt mit Zins und Zinseszins.	116
Warum nichts geschah	116
Die wahre Quelle des Reichtums	117
Warum viele nicht mit ihrem Geld auskommen	117
Ein häufiger Fallstrick auf dem Weg zum Reichtum	118
Wir beseitigen eine geistige Schranke auf dem Weg zum Reichtum.	118
Wie man im Schlaf reich wird.	118
Zusammenfassung	119

	Seite
<i>Kapitel 10: Ihr Recht auf Reichtum.</i>121
Geld ist ein Symbol121
Der bequemste und kürzeste Weg zum Reichtum..122
Warum, Sie nicht mehr Geld, haben122
Geld und ein ausgewogenes Leben.123
Armut ist eine geistige Krankheit123
Warum man niemals geringschätzig vom Geld sprechen darf124
Wie man die richtige Einstellung zum Geld gewinnt124
Geld - vom wissenschaftlichen Standpunkt: aus betrachtet124
Wie man das nötige Geld an sich zieht125
Warum manche Menschen niemals eine Gehaltsaufbesserung bekommen.126
Hindernisse und Fallen auf dem Weg zum Reichtum.126
Schützen Sie Ihr Vermögen.127
Alles hat seinen Preis.127
Ihre unerschöpfliche Geldquelle.128
Zusammenfassung128
 <i>Kapitel 11: Die Hilfe des Unterbewußtseins bringt Erfolg.</i>131
Die drei Schritte zum Erfolg131
Der wahre Maßstab des Erfolgs.133
Wie er seinen Traum verwirklichte.135
Seine Traumdrogerie würde Wirklichkeit135
Der Einsatz des Unterbewußtseins im Geschäftsleben136
Ein Sechzehnjähriger verwandelt Fehlschläge in Erfolg137
Wie man erfolgreich kauft und verkauft.137
Wie sie bekam, was sie wollte.139
Eine von vielen hervorragenden Geschäftsleuten angewandte Erfolgstechnik140
Zusammenfassung141
 <i>Kapitel 12: Führende Wissenschaftler setzen ihr Unterbewußtsein ein</i>143
Wie ein hervorragender Naturwissenschaftler seine Erfindungen entwickelte.143
Wie ein berühmter Naturforscher sein Problem löste.144.
Wie ein begnadeter Arzt das Heilmittel gegen die Zuckerkrank- heit fand.145
Wie ein berühmter Physiker einem russischen Konzentrations- lager entkam.146
Wie Archäologen und Paläontologen unsere Vorzeit rekon- struieren148
Wie man sich vom Unterbewußtsein leiten läßt148
Sein Unterbewußtsein enthüllte ihm den Aufbewahrungsort des väterlichen Testaments.149
Das Geheimnis der inneren Erleuchtung151
Zusammenfassung151

	Seite
<i>Kapitel 13: Das Unterbewußtsein und die Wunder des Schlafs</i>	153
Warum wir schlafen	153
Der Schlaf - eine Zwiesprache mit den göttlichen Mächten	154
Der Mensch braucht mehr Schlaf	154
Die verheerenden Wirkungen des Schlafentzugs	155
Schlaf bringt Rat	156
Vor einer sicheren Katastrophe gerettet	156
Ihre Zukunft liegt in Ihrem Unterbewußtsein	157
Im Schlaf 15 000 Dollar verdient	158
Wie ein berühmter Professor sein Problem im Schlaf löste	158
Wie das Unterbewußtsein im Schlaf für einen berühmten Schriftsteller arbeitete	159
Schlafen Sie in Frieden ein und erwachen Sie in Freude	160
Zusammenfassung	160
 <i>Kapitel 14: Das Unterbewußtsein und Eheprobleme.</i>	 163
Die Grundlage einer jeden Ehe	163
Wie man den idealen Gatten an sich zieht	164
Wie man die ideale Frau an sich zieht	165
Wozu einen dritten Fehler begehen?	165
Wie sie sich von ihrer negativen Einstellung befreite	166
Die Erhörung ihres Gebets	167
Soll ich mich scheiden lassen?	167
Wie man an den Rand der Scheidung gerät	168
Die Scheidung beginnt im Geist	168
Die nörglerische Frau	169
Der grollende Ehemann	169
Der größte Fehler	170
Versuchen Sie nicht, Ihre Frau von Grund auf zu ändern	171
Drei Schritte, die Segen bringen	171
Zusammenfassung	172
 <i>Kapitel 15: Das Unterbewußtsein und Ihr Glück</i>	 175
Sie müssen das Glück wählen	176
Wie man das Glück erwählt	176
Er machte sich das Glück zur Gewohnheit	176
Sie müssen ehrlich wünschen, glücklich zu sein	177
Warum das Unglück wählen?	178
Wenn ich eine Million besäße, wäre ich glücklich	178
Für ihn war Glück die Frucht innerer Ruhe	179
In Wirklichkeit gibt es gar kein Hindernis	180
Die glücklichsten Menschen	181
Zusammenfassung	181
 <i>Kapitel 16: Das Unterbewußtsein und harmonische Beziehungen zur Umwelt</i>	 183
Der goldene Schlüssel zum Herzen der Mitmenschen	184
»Und mit dem Maß, mit dem Ihr messt, wird Euch gemessen werden«	184

	Seite
Die Schlagzeilen der Tagespresse machten ihn krank	185
»Ich mag Frauen nicht, mir sind nur Männer sympathisch«	186
Sein innerer Monolog verhinderte die Beförderung	187
Der Weg zur emotionalen Reife	188
Die Bedeutung der Liebe für harmonische menschliche Beziehungen	189
Er haßte das Publikum	189
Wie man schwierige Menschen behandelt	190
Unglück liebt Gesellschaft	190
Die Bedeutung des Einfühlungsvermögens für die zwischenmenschlichen Beziehungen	191
Nachgiebigkeit lohnt sich nicht	192
Zusammenfassung	192
 <i>Kapitel 17: Wie man mit Hilfe des Unterbewußtseins Vergebung erlangt</i>	 195
Das Leben verzeiht immer	196
Wie er sich von seinem Schuldgefühl befreite	196
Ein Mörder lernte, sich selbst zu verzeihen	197
Wenn Sie es nicht wollen, kann Kritik Ihnen nur nützen	198
Wie man Verständnis beweist	198
Am Altar verlassen	199
»Es ist unrecht zu heiraten. Alles Geschlechtliche ist böse, und ich selbst bin verdorben!«	199
Ohne Vergebung keine Genesung	200
Verzeihen ist tätige Liebe	201
Die Technik des Verzeihens	202
Der Prüfstein wahrer Vergebung	202
Alles verstehen, heißt alles verzeihen	203
Zusammenfassung	203
 <i>Kapitel 18: Wie das Unterbewußtsein geistige Hemmungen beseitigt</i>	 207
Wie man eine Gewohnheit ablegt oder annimmt	207
Wie er eine schlechte Gewohnheit ablegte	207
Die Macht der Phantasie	208
Die Bedeutung der Konzentration	209
Er nannte sich einen Pechvogel	210
Wie sehr ersehnen Sie sich die Erfüllung Ihres Wunsches?.. . . .	210
Warum der Alkohol nicht heilt	211
Die Wendung zum Guten *	212
Die Notwendigkeit der Selbsterkenntnis	213
Wie man sich die Kraft zur Selbstbefreiung aneignet	213
Zu 51 Prozent geheilt	213
Das Gesetz der Substitution	214
Die Ursache der Trunksucht	214
Die drei magischen Schritte	215
Verlieren Sie niemals den Mut	215
Zusammenfassung	215

	Seite
<i>Kapitel 19: Wie die Kräfte des Unterbewußtseins die Furcht vertreiben . . .</i>	219
Der größte Feind des Menschen	219
Tun Sie das, wovor Sie Angst haben.	220
Wie sie ihr Lampenfieber überwand.	220
Die Angst vor dem Mißerfolg	221
Wie er seine Furcht überwand	221
Furcht vor dem Wasser.	222
Die unfehlbare Methode, jede Furcht zu überwinden	223
Er segnete den Aufzug.	223
Normale und abnormale Furcht	224
Abnormale Furcht	224
Das Mittel gegen abnormale Furcht	225
Schauen Sie der Furcht ins Antlitz	226
Er landete im Dschungel	226
Er entließ sich selbst	227
Sie hatten sich gegen ihn verschworen.	227
Befreien Sie sich von aller Furcht	228
Zusammenfassung	228
 <i>Kapitel 20: Wie man für immer im Geiste jung bleibt.</i>	
Er war in seinem Denken alt geworden	232
Das Alter ist die Morgendämmerung der Weisheit.	232
Heißen Sie jede Veränderung willkommen.	232
Das Weiterleben'nach dem Tode ist erwiesen.	233
Das Leben »ist«.	233
Geist und Seele altern nicht	234
Jeder Mensch ist so jung wie seine Denkweise.	235
Ihre grauen Haare sind ein Gewinn.	235
Alter ist ein Gewinn	236
Seien Sie so alt, wie Sie wirklich sind.	236
Ich halte noch mit den Besten Schritt	236
Die Furcht vor dem Alter.	237
Sie haben viel zu geben	237
110 Jahre alt	237
Die Pension - ein neues Abenteuer.	238
Er stieg eine weitere Stufe empor.	238
Seien Sie kein Gefangener, sondern ein Gestalter der menschlichen Gesellschaft	239
Das Geheimnis der Jugend	240
Bemühen Sie sich um eine umfassende Schau	240
Ihr Geist altert nicht	241
Geistig rege mit 95 Jahren	241
Wir brauchen unsere älteren Mitbürger.	242
Die Früchte unseres hohen Alters.	242
Zusammenfassung	243