

## **...И вернется воодушевление и вера!**

В книге подробно рассказано, какие техники использовать для перепрограммирования своего подсознания, и много стимулирующих фраз, так сказать, окрыляющих, помогающих, как актеру, вжиться в образ, ощутить реальность: имею здесь и сейчас, что желала. Раньше я пыталась внушать себе, но не могла никак себе представить желаемое уже свершившимся, я же это не получила, еще и мысли всякие лезут в голову... А с этой книгой на ура, так вживаешься в роль, что даже на следующий день радостное чувство держится, мыслеобраз перед глазами стоит. Если опять депрессивные мысли в голову полезли — стоит почитать несколько страниц этой книги, и настрой вернется, воодушевление и вера.

*Марина, 33 года, Пермь*

## **Будьте счастливы и дарите счастье**

Когда человек счастлив, он приносит счастье другим. Разве Бог хочет, чтобы человек страдал, испытывал горечь, трудности? Нет. Человек с негативом может принести в мир только негатив, что противоречит вообще законам мироздания. Толь-

ко богатый духовно и физически человек может помочь страждущим. Нищий, голодный и несчастный человек не может дать другому ничего, кроме собственных обид... Я читала только еще отрывки из книг Мэрфи, но уже морально готова простить других, хотя раньше мне это было тяжело... Я становлюсь спокойнее, а значит, эмоционально я уравновешенна... Религия искажает все, все законы мира и гармонии. Будьте счастливы и дарите счастье.

*Тамара, 45 лет, Москва*

## **Я исполнил свое желание**

Эта книга помогла мне измениться в лучшую сторону, я исполнил свое желание, конечно же, с его помощью. Огромное спасибо.

*Сергей, 35 лет, Краснодар*

## **Его книги для меня — свет Вселенной**

Самая правильная молитва — та, которая идет от души к Богу! Будьте свободны от давления людей, только тогда, в абсолютной вере в Бога и Вселенную можно найти то самое гармоничное счастье в душе и дарить эту гармонию миру и людям. Богу благодарна за этого автора! Если бы

не книги Джозефа Мэрфи, никогда не поняла бы, что такое эволюция души. Его книги для меня — свет Вселенной. Это не просто книги — это жемчужина Бога, отданная нам.

*Алина, 20 лет, Екатеринбург*

## **Все приходит — и деньги, и любовь**

Я прочитала все книги Джозефа Мэрфи и хочу сказать огромное спасибо этому человеку, который изменил мою жизнь. Ни один автор, ни один человек не смог повлиять на мое мировоззрение больше, чем Джозеф Мэрфи. Действительно, когда мы позволяем себе внутренне получить лучшее от жизни, то жизнь как будто поворачивается к нам лицом. Все приходит — и деньги, и любовь, и поездки в те страны, о которых раньше только мечтал.

*Мария, Липецк*

## **Не прошло и года, как моя жизнь полностью изменилась!**

В далеком 1974 году я получил эту книгу в подарок от своего шефа. Не прошло и года, как моя жизнь полностью изменилась! Я перестал «впахивать»

вать на папу» и стал владельцем собственного — и очень успешного — бизнеса! Тем, кто только начинает читать эту книгу, я хочу дать совет. Все описанные в ней практики требуют ВЕРЫ и РАБОТЫ НАД СОБОЙ. Но даже одно прочтение изменит вас в корне. Вы уже не сможете быть прежним.

*Майкл Шинн, Сент-Луис*

## **Нет непреодолимых препятствий!**

Доктор Мэрфи дает великолепные и очень убедительные примеры того, как люди использовали силу своего ума для решения многих проблем. Оказывается, нет неизлечимых болезней! Нет непреодолимых препятствий! Попробуйте — и убедитесь сами. Никогда не забывайте вечную истину: «Простите, и дано будет вам»!

*Жизель Мерье, Джексонвилл*

## **Я живу в полную силу и получаю все, что захочу!**

Честно говоря, меня насторожило многообещающее начало книги, где говорилось, что жизнь человека определяется только его мыслями и что все желания могут исполниться, если только ты веришь в то, что это возможно. Но все же я купил эту книгу. Я начал читать, чтобы скоротать время в автомобильной пробке, и так увлекся, что мне

едва хватило терпения доехать до дома! С того самого дня в моей жизни случилось множество счастливых событий. Я живу в полную силу и получаю все, что захочу!

*Алекс Уайт, Колония, Нью-Джерси*

## **...И каждый раз мне открывалась новая Истина!**

Джозеф Мэрфи, да благословит Бог твою душу в вечности! Два года назад ты изменил мою жизнь с помощью своей книги. Ты привел меня на путь самопознания и самосовершенствования. Ты вывел паутину заблуждений из моего ума. Я перечитал твою книгу десять раз — и каждый раз мне открывалась новая Истина!

*Питер Вэйс, Йоханнесбург*

## **Методы Джозефа Мэрфи работают, они — навсегда!**

«Сила вашего подсознания» — это такая же классика, как книги Стивена Кови или Наполеона Хилла. А многие современные «гуру» саморазвития откровенно используют идеи Джозефа Мэрфи. И это понятно: сложно изобрести систему, которая была бы столь проста и эффективна. Методы Джозефа Мэрфи работают, они — навсегда!

*Хью Хешн, Индианополис*

## **Книга доктора Мэрфи превратила жабу в прекрасную принцессу!**

Знаете, когда сейчас я смотрю на свои прошлогодние фотографии, я словно вижу другого человека. Потому что за прошедший год я настолько изменилась, что будто родилась заново. И помог мне «переродиться» Джозеф Мэрфи! Раньше я была злой, неуверенной в себе толстухой с кучей комплексов и обид. Я думала, что никогда не выйду замуж и не найду приличную работу. Книга доктора Мэрфи превратила жабу в прекрасную принцессу! Сейчас я стройна, красива и не знаю, куда деваться от поклонников! Раньше я не могла претендовать на место продавщицы бургеров, а теперь работаю офис-менеджером в салоне красоты!

*Тамина П., Херзелия, Израиль*

# Джозеф Мэрфи

## Сила вашего подсознания

Как получить все, о чем вы просите

10-е издание



ИЗДАТЕЛЬСТВО

**АСТ**

МОСКВА

УДК 159.964  
ББК 88.6  
М97

*Права на перевод получены  
соглашением с BN Publishing, U.S.A.  
Все права защищены. Никакая часть  
данной книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного  
разрешения владельцев авторских прав.*

**Joseph Murphy**  
**The Power of Your Subconscious Mind, Revised Edition**

**Мэрфи, Джозеф.**

М97      Сила вашего подсознания. Как получить все, о чем вы просите. 10-е издание / Джозеф Мэрфи. — Москва: Издательство АСТ, 2025. — 480 с. — (Эксклюзив: non-fiction).

ISBN 978-9562912013 (англ.)

ISBN 978-5-17-158897-7

Уже более трех десятков лет грандиозное открытие доктора Дж. Мэрфи помогает людям получить в свое распоряжение невероятную силу — силу подсознания. В этой книге — простые, но совершенно удивительные техники, которые могут творить чудеса!

Применяя их, вы научитесь быстро находить верное решение любой проблемы, сможете притянуть в жизнь благополучие и изобилие, достичь больших целей и осуществить мечты. Сила подсознания поможет вам «включить» универсальный закон притяжения денег, подберет идеального делового партнера или спутника жизни. Подсознание заблаговременно распознает и ответит от вас потенциальные угрозы.

Используйте эти техники — и тогда здоровье, счастье и процветание останутся с вами навсегда!

**УДК 159.964**

**ББК 88.6**

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-9562912013 (англ.)

ISBN 978-5-17-158897-7

© 2009 by BN Publishing

© Бродоцкая А., перевод на русский язык, 2011

© Полищук В., перевод на русский язык, 2011

© ООО «Издательство АСТ», 2025



# Оглавление

Вступление. Как эта книга совершит чудеса в вашей жизни. . . . .	21
<i>Почему я написал эту книгу . . . . .</i>	23
<i>Как выпустить на свободу чудодейственную мощь подсознания . . . . .</i>	24
<i>Чудеса происходят, когда молишься от всего сердца . . . . .</i>	26
<i>Каждый из нас молится. . . . .</i>	27
<i>В чем неповторимость этой книги. . . . .</i>	30
<i>Во что вы верите? . . . . .</i>	32
<i>Желание и есть молитва. . . . .</i>	33
Глава 1. Сокровищница внутри вас. . . . .	36
<i>Тайна всех тайн. . . . .</i>	37
<i>Чудодейственная мощь вашего подсознания . . . . .</i>	38
<i>Чтобы добиться успеха, надо работать над собой. . . . .</i>	42
<i>Двойственность разума. . . . .</i>	46
<i>Сознание и подсознание. . . . .</i>	47
<i>Успех. . . . .</i>	51

Заметная разница и способы действия . . . . .	53
История о том, как откликнулось подсознание . . . . .	57
Подведем итоги . . . . .	59
<b>Глава 2. Как работает ваше сознание . . . . .</b>	<b>62</b>
Сознание и подсознание — две части одного целого . . . . .	65
Психологи подтверждают силу подсознания! . . . . .	68
Что такое объективное и субъективное начала . . . . .	70
Подсознание, в отличие от рассудка, не рационально . . . . .	73
Удивительная мощь предположения . . . . .	75
Разные реакции на одно и то же предположение . . . . .	76
История о потерянной руке . . . . .	78
Как уничтожить страх с помощью предположения самому себе . . . . .	80
Как само-предположения помогли вернуть память . . . . .	82
Как само-предположения помогают преодолеть вспыльчивость . . . . .	83
Созидательная и разрушительная сила предположения . . . . .	84
Вы усвоили что-то из этого перечня? . . . . .	85
Против отрицательных предположений есть оружие! . . . . .	87
Как чужое предположение убило человека . . . . .	89
Мощь принятого важного допущения . . . . .	92
Подсознание не способно спорить и возражать . . . . .	94
Подведем итоги . . . . .	97

Глава 3. Чудодейственная сила вашего подсознания . . . . .	101
<i>Подсознание — это ваша Книга Жизни. . . . .</i>	105
<i>Что отпечатается в подсознании, то претворится в жизнь . . . . .</i>	106
<i>Как сила подсознания излечила рак кожи . . . . .</i>	110
<i>Каким образом подсознание контролирует все функции тела . . . . .</i>	113
<i>Как заставить подсознание работать на вас . . . . .</i>	116
<i>Как целительная сила подсознания восстанавливает атрофированный зрительный нерв и излечивает слепоту. . . . .</i>	117
<i>Как внушить подсознанию мысль о том, что вы совершенно здоровы . . . . .</i>	120
<i>Подведем итоги . . . . .</i>	123
 Глава 4. Исцеления подсознанием в древние времена . . . . .	 125
<i>Свидетельства применения силы подсознания, приведенные в Библии. . . . .</i>	129
<i>Чудеса в различных святилищах по всему миру. . . . .</i>	131
<i>Универсальный закон исцеления . . . . .</i>	134
<i>Разногласица теорий . . . . .</i>	137
<i>Воззрения Парацельса . . . . .</i>	139
<i>Эксперименты Бернхейма. . . . .</i>	141
<i>История о кровавых стигматах . . . . .</i>	143
<i>Подведем итоги . . . . .</i>	144
 Глава 5. Современные ментальные техники исцеления. . . . .	 147
<i>Единый процесс исцеления. . . . .</i>	150
<i>Закон веры . . . . .</i>	151

Исцеление вслепую: что это такое, и как работает слепая вера . . . . .	155
Что такое субъективная вера . . . . .	158
Смысл лечения на расстоянии . . . . .	160
Высвобождение кинетического действия подсознания . . . . .	163
Подведем итоги . . . . .	165

Глава 6. Практические техники  
ментального исцеления . . . . . 168

Передаваемая техника для внедрения идей в подсознание . . . . .	171
Ваше подсознание послушно выполнит ваш чертеж . . . . .	172
Наука и искусство истинной молитвы . . . . .	174
Техника визуализации . . . . .	177
Техника «мысленного кино». . . . .	179
Техника Бадуана . . . . .	182
Техника сна . . . . .	185
Техника «благодарю». . . . .	186
Техника аффирмации . . . . .	189
Дискуссионная техника . . . . .	192
Абсолютный метод подобен современной терапии звуковыми волнами . . .	195
Калека встает и идет . . . . .	197
Техника утверждения . . . . .	199
Подведем итоги . . . . .	200

Глава 7. Подсознание всегда  
работает созидательно и жизнетворяще . . . . . 203

Как организм отражает работу сознания . . .	206
Существует мудрость, которая заботится о вашем теле . . . . .	207
Подсознание всегда работает на благо . . . . .	209

Как человек мешает внутреннему принципу гармонии . . . . .	209
Почему нормально быть здоровым, полным жизненной энергии и сильным, а болеть — ненормально . . . . .	211
Излечение болезни Потта . . . . .	213
Как вера в силу подсознания дает вам целостность . . . . .	214
Подведем итоги . . . . .	215
Глава 8. Как получить желаемые результаты . . . . .	218
Потихонечку-полегонечку . . . . .	221
Работайте не давлением, а воображением, не рассудком, а верой . . . . .	222
Как дисциплинированное воображение творит чудеса . . . . .	223
Три шага к успеху в молитве . . . . .	223
Закон противоположного усилия, и почему вы получаете не то, о чем молитесь, а наоборот . . . . .	225
Конфликт желания и воображения необходимо уладить . . . . .	227
Подведем итоги . . . . .	230
Глава 9. Как с помощью силы подсознания добиться богатства . . . . .	232
Богатство ума . . . . .	234
Невидимые средства поддержки . . . . .	234
Идеальный метод построения сознания богача . . . . .	235
Почему не срабатывают аффирмации богатства . . . . .	236
Как избежать внутреннего мысленного конфликта . . . . .	237

Не подписывайте пустые чеки . . . . .	238
Подсознание даст вам сложные проценты. . .	239
Почему ничего не случилось . . . . .	240
Подлинный источник богатства . . . . .	240
Жизнь на грани банкротства и ее истинная причина . . . . .	241
Распространенная преграда на пути к богатству . . . . .	242
Как убрать главную преграду на пути к богатству . . . . .	243
Спите и богатейте . . . . .	244
Подведем итоги . . . . .	244
<b>Глава 10. Вы имеете право на богатство . . . . .</b>	<b>247</b>
Деньги — это символ. . . . .	248
Как вступить на царскую тропу к богатству. . . . .	249
Почему вам недостает денег . . . . .	250
Бедность — это душевная и психическая болезнь. . . . .	251
Деньги и гармоничная жизнь . . . . .	252
Почему ни в коем случае нельзя осуждать деньги . . . . .	253
Как выработать в себе правильное отношение к деньгам . . . . .	254
Как смотрит на деньги знаток научных законов подсознания . . . . .	255
Как привлечь нужные вам деньги . . . . .	256
Почему некоторые люди не получают прибавки к жалованью и не продвигаются по службе . . . . .	258
Препятствия и преграды на пути к богатству . . . . .	258
Защищайте свои вложения . . . . .	260

<i>Ничто нельзя получить бесплатно</i> . . . . .	260
<i>Неприкосновенный запас денег</i> . . . . .	261
<i>Подведем итоги</i> . . . . .	262
Глава 11. Подсознание — ваш надежный партнер на пути к успеху . . . . .	266
<i>Три шага к успеху</i> . . . . .	267
<i>Мерило подлинного успеха</i> . . . . .	269
<i>Мечты сбываются</i> . . . . .	272
<i>Аптека его мечты</i> . . . . .	273
<i>Подсознание и бизнес</i> . . . . .	275
<i>Шестнадцатилетний мальчик     обращает провал в успех</i> . . . . .	277
<i>Как добиться успеха в купле-продаже</i> . . . . .	278
<i>Эта женщина получила все, что хотела</i> . . . . .	283
<i>Прием, позволяющий достичь успеха,     который применяют многие     выдающиеся бизнесмены     и высокопоставленные чиновники</i> . . . . .	284
<i>Подведем итоги</i> . . . . .	286
Глава 12. Как применяют силу подсознания ученые . . . . .	289
<i>Как выдающийся ученый     делал свои изобретения</i> . . . . .	290
<i>Как известный натуралист     решил свою задачу</i> . . . . .	291
<i>Как выдающийся врач     решил проблему диабета</i> . . . . .	293
<i>Как известный ученый и физик     убежал из концлагеря</i> . . . . .	294
<i>Как археологи и палеонтологи     реконструировали древности</i> . . . . .	297
<i>Как получить ответ от подсознания</i> . . . . .	299