

## ОТЗЫВЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

### **...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. Только 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 крупнейшее 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*

### **Верю в то, что он пытался донести людям**

Я с уважением отношусь к личности автора. Верю в то, что он пытался донести людям. Хочется, чтобы знание жизни было более популярным и более открытым, ведь не каждый человек стремится верить в лучшее и изменять к лучшему жизнь, потому что легче верится во что-то худшее. Спасибо!

*Николай, 40 лет, Санкт-Петербург*

### **Реально исцелился за одну ночь**

Это просто потрясающе! Реально исцелился за одну ночь от гриппа, применив на себе систему убеждений автора, а также улучшил свое материальное положение. Теперь у меня есть мощный стимул для дальнейшего духовного развития. Большое спасибо Вам, Мэрфи, где бы Вы не находились теперь!!!

*Михаил, Архангельск*

### **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 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: «Просите, и дано будет вам»!

*Жизель Мерье, Джексонвилл*

### **...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*

### **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*

### **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  
ПОДСОЗНАНИЯ**

**КАК ПОЛУЧИТЬ ВСЕ,  
О ЧЕМ ВЫ ПРОСИТЕ**



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.964 *Право на издание получено соглашением с BN Publishing.*  
ББК 88.6 *Все права защищены. Никакая часть данной книги не мож-*  
М97 *ет быть воспроизведена в какой бы то ни было форме*  
*без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

**Joseph Murphy**  
**The Power of Your Subconscious Mind**  
**& Steps to Success: Think Yourself Rich**

**Мэрфи, Джозеф.**

М97 **Сила подсознания. Как получить все, о чем вы просите / Джозеф Мэрфи. — Москва: Издательство АСТ, 2025. — 416 с.**

ISBN 978-5-17-179061-5

(Мировая классика. Полный перевод)

ISBN 978-5-17-179050-9

(Легенда нон-фикшн. Полное издание)

В каждом из нас скрыта невероятно мощная и удивительная сила — наше подсознание. Научиться использовать силу подсознания для исполнения своих желаний — в этом суть революционного открытия автора книги, доктора Джозефа Мэрфи, которым он щедро делится с нами на протяжении более чем тридцати лет!

Уникальные методики и очень простые, но чрезвычайно эффективные техники приведут в действие закон притяжения денег, подберут идеального спутника жизни или делового партнера, заблаговременно распознают и отведут от вас любую угрозу и помогут во многом-многом другом.

*Книга выходила ранее под названиями*

*«Большая книга силы подсознания. Сделай себя успешным навсегда!»,*

*«Сила подсознания. Большая книга практик для управления событиями вашей жизни»*

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-9562912686 (англ.)

ISBN 978-5-17-179061-5

(Мировая классика.

Полный перевод)

ISBN 978-5-17-179050-9

(Легенда нон-фикшн.

Полное издание)

© 2006 by Joseph Murphy and BN Publishing

© 2009 by Joseph Murphy and BN Publishing

© Бродоцкая А.,

перевод на русский язык, 2011

© Полищук В.,

перевод на русский язык, 2011

© Кочанова Т.,

перевод на русский язык, 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2025

# Оглавление

## *Сила вашего подсознания*

### **Вступление**

#### **Как эта книга совершит чудеса**

<b>в вашей жизни</b> . . . . .	18
Почему я написал эту книгу. . . . .	19
Как выпустить на свободу чудодейственную мощь подсознания. . . . .	21
Чудеса происходят, когда молишься от всего сердца . . . . .	22
Каждый из нас молится . . . . .	23
В чем неповторимость этой книги . . . . .	25
Во что вы верите? . . . . .	26
Желание и есть молитва . . . . .	28

### **Глава 1**

#### **Сокровищница внутри вас** . . . . . 30

Тайна всех тайн . . . . .	31
Чудодейственная мощь вашего подсознания. . . . .	32
Чтобы добиться успеха, надо работать над собой . .	34
Двойственность разума . . . . .	38
Сознание и подсознание . . . . .	38
Успех. . . . .	41
Заметная разница и способы действия . . . . .	44
История о том, как откликнулось подсознание . . . . .	47
Подведем итоги . . . . .	49

## **Глава 2**

### **Как работает ваше сознание . . . . . 52**

Сознание и подсознание — две части одного целого . . . . .	54
Психологи подтверждают силу подсознания! . . . . .	56
Что такое объективное и субъективное начала. . . . .	58
Подсознание, в отличие от рассудка, не рационально . . . . .	60
Удивительная мощь предположения . . . . .	62
Разные реакции на одно и то же предположение . .	63
Как уничтожить страх с помощью предположения самому себе . . . . .	66
Как само-предположения помогли вернуть память..	68
Как само-предположения помогают преодолеть вспыльчивость . . . . .	69
Созидательная и разрушительная сила предположения . . . . .	70
Вы усвоили что-то из этого перечня? . . . . .	70
Против отрицательных предположений есть оружие!. . . . .	72
Как чужое предположение убило человека. . . . .	73
Мощь принятого важного допущения . . . . .	76
Подсознание не способно спорить и возражать . . . .	78
Подведем итоги . . . . .	81

## **Глава 3**

### **Чудодейственная сила**

### **вашего подсознания . . . . . 84**

Подсознание — это ваша Книга Жизни . . . . .	87
Что отпечатается в подсознании, то претворится в жизнь . . . . .	88
Как сила подсознания излечила рак кожи. . . . .	91

Каким образом подсознание контролирует все функции тела . . . . .	94
Как заставить подсознание работать на вас . . . . .	96
Как внушить подсознанию мысль о том, что вы совершенно здоровы . . . . .	99
Подведем итоги . . . . .	102

## **Глава 4**

### **Исцеления подсознанием**

<b>в древние времена . . . . .</b>	<b>104</b>
Свидетельства применения силы подсознания, приведенные в Библии . . . . .	107
Чудеса в различных святилищах по всему миру . . . . .	109
Универсальный закон исцеления . . . . .	111
Разногласия теорий . . . . .	114
Воззрения Парацельса . . . . .	115
Эксперименты Бернхейма . . . . .	116
История о кровавых стигматах . . . . .	118
Подведем итоги . . . . .	120

## **Глава 5**

### **Современные ментальные**

<b>техники исцеления . . . . .</b>	<b>122</b>
Единый процесс исцеления . . . . .	124
Закон веры . . . . .	125
Исцеление вслепую: что это такое, и как работает слепая вера . . . . .	128
Что такое субъективная вера . . . . .	130
Смысл лечения на расстоянии . . . . .	132
Высвобождение кинетического действия подсознания . . . . .	135
Подведем итоги . . . . .	137

## **Глава 6**

### **Практические техники**

<b>ментального исцеления</b> . . . . .	139
Передаваемая техника для внедрения идей в подсознание . . . . .	141
Ваше подсознание послушно выполнит ваш чертеж . . . . .	142
Наука и искусство истинной молитвы . . . . .	144
Техника визуализации . . . . .	146
Техника «мысленного кино» . . . . .	148
Техника Бадуана . . . . .	151
Техника сна . . . . .	153
Техника «благодарю» . . . . .	154
Техника аффирмации . . . . .	156
Дискуссионная техника . . . . .	158
Абсолютный метод подобен современной терапии звуковыми волнами . . . . .	161
Калека встает и идет . . . . .	162
Техника утверждения . . . . .	164
Подведем итоги . . . . .	166

## **Глава 7**

### **Подсознание всегда работает созидательно**

<b>и житнетворяще</b> . . . . .	168
Как организм отражает работу сознания . . . . .	170
Существует мудрость, которая заботится о вашем теле . . . . .	172
Подсознание всегда работает на благо . . . . .	173
Как человек мешает внутреннему принципу гармонии . . . . .	173
Почему нормально быть здоровым, полным жизненной энергии и сильным, а болеть — ненормально . . . . .	174

Излечение болезни Потта . . . . .	176
Как вера в силу подсознания дает вам целостность . . . . .	177
Подведем итоги . . . . .	178

## **Глава 8**

<b>Как получить желаемые результаты . . . . .</b>	<b>180</b>
Потихонечку-полегонечку . . . . .	182
Работайте не давлением, а воображением, не рассудком, а верой . . . . .	183
Как дисциплинированное воображение творит чудеса . . . . .	184
Три шага к успеху в молитве . . . . .	184
Закон противоположного усилия, и почему вы получаете не то, о чем молитесь, а наоборот . . . . .	185
Конфликт желания и воображения необходимо уладить . . . . .	187
Подведем итоги . . . . .	190

## **Глава 9**

<b>Как с помощью силы подсознания добиться богатства . . . . .</b>	<b>192</b>
Богатство ума . . . . .	193
Невидимые средства поддержки . . . . .	193
Идеальный метод построения сознания богача . . .	194
Почему не срабатывают аффирмации богатства . . .	195
Как избежать внутреннего мысленного конфликта .	196
Не подписывайте пустые чеки . . . . .	197
Подсознание даст вам сложные проценты . . . . .	198
Почему ничего не случилось . . . . .	198
Подлинный источник богатства . . . . .	199
Жизнь на грани банкротства и ее истинная причина . . . . .	199

Распространенная преграда на пути к богатству . .	200
Как убрать главную преграду на пути к богатству .	201
Спите и богатейте. . . . .	202
Подведем итоги . . . . .	202

## **Глава 10**

<b>Вы имеете право на богатство . . . . .</b>	<b>205</b>
Деньги — это символ . . . . .	206
Как вступить на царскую тропу к богатству . . . . .	207
Почему вам недостает денег . . . . .	207
Бедность — это душевная и психическая болезнь .	208
Деньги и гармоничная жизнь. . . . .	209
Почему ни в коем случае нельзя осуждать деньги .	210
Как выработать в себе правильное отношение к деньгам . . . . .	210
Как смотрит на деньги знаток научных законов подсознания . . . . .	211
Как привлечь нужные вам деньги . . . . .	212
Почему некоторые люди не получают прибавки к жалованью и не продвигаются по службе . . . . .	214
Препятствия и преграды на пути к богатству . . . . .	214
Защищайте свои вложения. . . . .	215
Ничто нельзя получить бесплатно . . . . .	216
Неприкосновенный запас денег. . . . .	217
Подведем итоги . . . . .	218

## **Глава 11**

<b>Подсознание — ваш надежный партнер на пути к успеху . . . . .</b>	<b>221</b>
Три шага к успеху . . . . .	221
Мерило подлинного успеха . . . . .	223
Как добиться успеха в купле-продаже . . . . .	231

Прием, позволяющий достичь успеха, который применяют многие выдающиеся бизнесмены и высокопоставленные чиновники. . . . .	236
Подведем итоги . . . . .	237

## **Глава 12**

### **Как применяют**

<b>силу подсознания ученые. . . . .</b>	<b>240</b>
Как археологи и палеонтологи реконструировали древности . . . . .	247
Как получить ответ от подсознания. . . . .	248
Главный секрет подсознания. . . . .	251
Подведем итоги . . . . .	252

## **Глава 13**

<b>Подсознание и чудеса сна . . . . .</b>	<b>255</b>
Зачем мы спим . . . . .	256
Молитва как форма сна . . . . .	257
Пугающие последствия недостаточного сна . . . . .	257
Вам нужно больше спать . . . . .	258
Сон — лучший советчик . . . . .	259
Спасение от неминуемой катастрофы . . . . .	260
В вашем подсознании — ваше будущее . . . . .	262
Лег вздремнуть — и заработал 15 000 долларов . . . . .	263
Как знаменитый профессор решил задачу во сне. . . . .	264
Как подсознание помогало во сне известному писателю . . . . .	266
Спите спокойно, пробуждайтесь радостно . . . . .	267
Подведем итоги . . . . .	268

## **Глава 14**

<b>Подсознание и решение семейных проблем .</b>	<b>271</b>
Значение брака . . . . .	272
Как привлечь идеального мужа . . . . .	273
Как привлечь идеальную жену . . . . .	275
Зачем ошибаться в третий раз? . . . . .	276
Как разорвать привычный ход действия . . . . .	276
Ответ на молитву . . . . .	278
Стоит ли разводиться? . . . . .	279
Развод начинается в сознании . . . . .	281
Сварливая жена . . . . .	281
Угрюмый муж . . . . .	282
Главная ошибка . . . . .	283
Не пытайтесь подчинить себе жену. . . . .	284
Молитесь вместе — и оставайтесь вместе благодаря этапам молитвы. . . . .	285
Подведем итоги . . . . .	286

## **Глава 15**

<b>Подсознание — ключ к счастью. . . . .</b>	<b>290</b>
Выбирайте счастье . . . . .	291
Как выбрать счастье. . . . .	292
Привычка быть счастливым . . . . .	293
Надо хотеть быть счастливым . . . . .	294
Зачем выбирать несчастье? . . . . .	295
Будь у меня миллион долларов, я был бы счастлив . . . . .	296
Счастье — следствие умиротворения . . . . .	297
На самом деле никакого пня уже нет . . . . .	299
Самые счастливые . . . . .	300
Подведем итоги . . . . .	300

## **Глава 16**

### **Подсознание и гармоничные отношения**

<b>с окружающими</b> . . . . .	303
Ключ к тайне мира с окружающими . . . . .	304
«И какую мерю мерите, такую и вам будут мерить». . . . .	305
Мужчин люблю, а женщин ненавижу. . . . .	306
Как быть, если политические новости приводят в ярость . . . . .	308
Как внутренние монологи мешают продвижению по службе. . . . .	309
Как достичь эмоциональной зрелости. . . . .	312
Роль любви в гармоничных отношениях с окружающими . . . . .	313
Ненависть к зрителям . . . . .	314
Как ладить с трудными людьми. . . . .	315
В поиске себе подобных . . . . .	315
Как научиться эмпатии в отношениях с близкими .	316
Попустительством вы ничего не добьетесь . . . . .	317
Подведем итоги . . . . .	318

## **Глава 17**

### **Подсознание поможет вам**

<b>научиться прощать</b> . . . . .	322
Жизнь всегда прощает. . . . .	323
Как пробудить в себе сострадание . . . . .	328
Прощение как залог исцеления. . . . .	332
Прощение — это любовь, претворенная в действие. . . . .	333
Приемы прощения . . . . .	334
Решающая проверка на умение прощать. . . . .	335
Понять — значит простить . . . . .	336
Подведем итоги . . . . .	336