

# Spis rzeczy

<i>Przedmowa:</i>	<i>Jakie cuda może działać ta książka w twoim życiu</i>	13
	Czy wiesz, dlaczego?	13
	Dlaczego napisałem tę książkę	14
	Klucz do niezwykłej mocy	15
	Cuda to odpowiedzi na „skuteczne” modlitwy	15
	Każdy człowiek się modli	16
	Książka niniejsza jest jedyna w swoim rodzaju	17
	W co wierzysz?	17
	Pragnienie i modlitwa są tym samym	18
	„Każdy człowiek ma swoją część w duchu świata, łączącym całą ludzkość”	18
<i>Rozdział 1:</i>	<i>Skarbiec w twoim wnętrzu</i>	20
	Największa tajemnica wszechczasów	21
	Cudowna moc twojej podświadomości	21
	O potrzebie silnego oparcia	22
	Dualizm umysłu	24
	Świadomość i podświadomość	25
	Główne różnice funkcji i działania	27
	Jak zareagowała jej podświadomość	29
	Streszczenie	30
<i>Rozdział 2:</i>	<i>Działanie twojego umysłu</i>	32
	Dokładniejsze rozróżnienie pojęć „świadomy” i „podświadomy”	33
	Eksperymenty psychologiczne	34
	Co oznacza umysł „obiektywny” i „subiektywny”?	35
	Podświadomość nie umie myśleć logicznie	36
	Potęga sugestii	37
	Różne reakcje na tę samą sugestię	37
	Jak stracił rękę	38
	Jak autosugestia płoszy lęk	39
	Jak odzyskała pamięć	40
	Jak pokonał własne nieopanowanie	41
	Konstruktywna i niszczycielska moc sugestii	41
	Czy wierzysz w nieodwracalność losu?	42
	Jak chronić się przed negatywną sugestią	42
	Jak sugestia zabiła człowieka	43
	Potęga logiki	44

	Podświadomość nie miewa zastrzeżeń logicznych . . . . .	46
	Streszczenie . . . . .	47
<i>Rozdział 3:</i>	<i>Niezwykła moc twojej podświadomości . . . . .</i>	<i>49</i>
	Twoja podświadomość to księga twojego życia . . . . .	51
	Każde wrażenie psychiczne przybiera postać materialną . . . . .	52
	Podświadomość leczy złośliwą chorobę skóry . . . . .	53
	Podświadomość steruje wszystkimi procesami fizjologicznymi . . . . .	54
	Jak możesz spożytkować moce podświadomości . . . . .	55
	Jak uzdrowicielska siła podświadomości odwróciła zanik nerwów wzrokowych . . . . .	56
	Jak przekazywać podświadomości wyobrażenie pełnego zdrowia . . . . .	57
	Streszczenie . . . . .	59
<i>Rozdział 4:</i>	<i>Duchowe uzdrowienia w starożytności . . . . .</i>	<i>60</i>
	Biblia mówi o mocy podświadomości . . . . .	61
	„... z władzą i mocą rozkazuje nawet duchom nieczystym, a one wychodzą!” (Lk 4,36) . . . . .	63
	Cuda dzieją się w wielu miejscach pielgrzymek na świecie . . . . .	63
	Jedyna uniwersalna moc uzdrowicielska . . . . .	65
	Sprzeczne teorie . . . . .	66
	Poglądy Paracelsusa . . . . .	67
	Eksperymenty Bernheima . . . . .	68
	Przyczyna krwawienia stygmatów . . . . .	69
	Streszczenie . . . . .	70
<i>Rozdział 5:</i>	<i>Duchowe uzdrowienia w naszych czasach . . . . .</i>	<i>72</i>
	Jedyny proces uzdrowicielski . . . . .	73
	Prawo wiary . . . . .	74
	Na czym polega terapia modlitwą? . . . . .	74
	Co znaczy „uzdawianie modlitwą” i jak działa ślepa wiara? . . . . .	75
	Znaczenie wiary subiektywnej . . . . .	77
	Istota i skutki leczenia na odległość . . . . .	78
	Siła kinetyczna podświadomości . . . . .	79
	Streszczenie . . . . .	80
<i>Rozdział 6:</i>	<i>Praktyczne zastosowanie terapii umysłowej . . . . .</i>	<i>82</i>
	Technika myślowego wpływania na podświadomość . . . . .	83
	Podświadomość przyjmie każdy jasno nakreślony plan . . . . .	83
	Nauka i sztuka prawdziwej modlitwy . . . . .	84
	„Proście, a będzie wam dane; szukajcie, a znajdziecie; kołaczcie, a otworzą wam” (Mt 7,7) . . . . .	85
	Technika „przedstawień obrazowych” . . . . .	86
	Metoda „filmu” . . . . .	87
	Technika Baudoina . . . . .	88

	Technika „pólsnu”	89
	Technika „dziękczynienia”	90
	Technika „pozytywnego twierdzenia”	91
	Metoda „dowodu”	93
	Metoda „absolutna”	94
	Kaleka kobieta znów chodzi	95
	Metoda „postanowień”	96
	Streszczenie	97
<i>Rozdział 7:</i>	<i>Podświadomość w służbie życia</i>	99
	Fizyczne reakcje na procesy duchowe	100
	Potrzeby ciała postrzega odrębna inteligencja	101
	Podświadomość działa stale dla dobra ogólnego	102
	Jak człowiek zakłóca wrodzoną zasadę harmonii	103
	Dlaczego normą są vitalność, zdrowie i siła, a odstępstwem od normy choroba	103
	Uzdrowienie z gruźlicy rdzenia kręgowego	104
	Jak wiara w siłę podświadomości uzdrawia	105
	Streszczenie	106
<i>Rozdział 8:</i>	<i>Jak urzeczywistnić cel</i>	107
	Odprężenie jest kluczem do sukcesu	108
	Przeszkód nie ma – unikaj forsowania umysłu i zdaj się na wyobraźnię	109
	Niezwykła siła sterowanej wyobraźni	109
	Trzy składniki skutecznej modlitwy	109
	Prawo odwrotnego skutku – i dlaczego zachodzi przeciwnieństwo pożądanej sytuacji	110
	Trzeba znieść sprzeczność między pragnieniem a wyobraźnią	111
	Streszczenie	113
<i>Rozdział 9:</i>	<i>Podświadomość kluczem do bogactwa</i>	114
	Bogactwo to sprawa umysłu	115
	Niewidzialne źródła twoich dochodów	115
	Jak przybrać w umyśle idealny stosunek do bogactwa	115
	Dlaczego twierdzenie o własnym bogactwie nic nie dało	116
	Jak unikać wewnętrznej sprzeczności	117
	Nie podpisuj czeków in blanco	117
	Podświadomość odpłaca z nawiązką	117
	Dlaczego nic się nie zdarzyło	118
	Prawdziwe źródło bogactwa	118
	Dlaczego wielu nie może związać końca z końcem	118
	Częsta pułapka na drodze do bogactwa	119
	Usuujemy duchową barierę na drodze do bogactwa	119
	Jak bogacić się we śnie	120
	Streszczenie	120

<i>Rozdział 10: Twoje prawo do bogactwa</i>	122
Pieniądze to tylko symbol	122
Najwygodniejsza i najkrótsza droga do bogactwa	123
Dlaczego nie masz więcej pieniędzy	123
Pieniądze a rozważne życie	124
Ubóstwo to schorzenie umysłu	125
Dlaczego nie wolno lekceważyć pieniędzy	125
Jak nabrać właściwego stosunku do pieniędzy?	125
Pieniądze z punktu widzenia nauki	126
Jak przyciągać potrzebne pieniądze	126
Dlaczego niektórzy nie dostają podwyżki	127
Przeszkody i pułapki na drodze do bogactwa	128
Chroń swój majątek	128
Za wszystko trzeba zapłacić	128
Niewyczerpane źródło twoich pieniędzy	129
Streszczenie	129
<i>Rozdział 11: Pomoc podświadomości niesie powodzenie</i>	132
Trzy kroki prowadzące do sukcesu	132
Prawdziwa miara powodzenia	134
Jak urzeczywistnił marzenie	136
Wymarzona drogeria stała się rzeczywistością	136
Rób tak, jakby to już było rzeczywistością, a stanie się nią	137
Wykorzystanie podświadomości w interesach	137
Szesnastolatek obraca porażkę w sukces	138
Jak pomyślnie kupować i sprzedawać	139
Jak otrzymała to, czego chciała	141
Sposób na sukces stosowany przez wielu wybitnych biznesmenów	141
Streszczenie	142
<i>Rozdział 12: Czołowi naukowcy wykorzystują podświadomość</i>	145
Jak wybitny naukowiec rozwijał swoje wynalazki	146
Jak słynny przyrodnik rozwiązał problem	146
Jak wielki lekarz znalazł środek przeciwko cukrzycy	147
Jak sławny fizyk uciekł z sowieckiego łagru	148
Jak archeolodzy i paleontolodzy rekonstruują prehistorię	150
Jak kierować się podświadomością	151
Podświadomość wyjawiała mu miejsce przechowywania testamentu ojca	152
Tajemnica wewnętrznego ośnienia	153
Streszczenie	153
<i>Rozdział 13: Podświadomość a cuda snu</i>	156
Po co śpimy	157
Sen rozmową z boskimi siłami	157
Człowiekowi potrzeba więcej snu	158
Katastrofalne skutki pozbawienia snu	158
Sen przynosi radę	159

Uniknięcie niechybnej katastrofy . . . . .	160
Twoja przyszłość leży w podświadomości . . . . .	161
We śnie zarobił 15000 dolarów . . . . .	161
Jak słynny profesor rozwiązał problem we śnie . . . . .	162
Jak podświadomość pracowała we śnie dla sławnego pisarza . . . . .	163
Zasypiaj w spokoju i budź się z radością . . . . .	163
Streszczenie . . . . .	164
<i>Rozdział 14: Podświadomość a problemy małżeńskie . . . . .</i>	<i>166</i>
Podstawa każdego małżeństwa . . . . .	167
Jak przyciągnąć idealnego męża . . . . .	167
Jak mężczyzna przyciąga idealną żonę . . . . .	168
Po co trzeci raz popełniać błąd? . . . . .	169
Jak uwolniła się od negatywnej postawy . . . . .	169
Jej modlitwa została wysłuchana . . . . .	170
Czy mam się rozwieść? . . . . .	170
Jak można znaleźć się na krawędzi rozwodu . . . . .	171
Rozwód zaczyna się w umyśle . . . . .	172
Zręczliwa żona . . . . .	172
Zgryźliwy mąż . . . . .	172
Największy błąd . . . . .	173
Nie próbuj urabiać żony . . . . .	174
Trzy kroki, które niosą dobrodziejstwa . . . . .	174
Streszczenie . . . . .	175
<i>Rozdział 15: Podświadomość a twoja pomyślność . . . . .</i>	<i>178</i>
Musisz wybrać szczęście . . . . .	179
Jak wybrać szczęście . . . . .	179
Szczęście weszło mu w nawyk . . . . .	180
Musisz szczerze pragnąć szczęścia . . . . .	180
Po co wybierać nieszczęście? . . . . .	181
Bylbym szczęśliwy, gdybym miał milion dolarów . . . . .	182
Szczęście było dla niego owocem wewnętrznego spokoju . . . . .	182
W rzeczywistości nie istnieją przeszkody . . . . .	183
Najszczęśliwsi ludzie . . . . .	184
Streszczenie . . . . .	185
<i>Rozdział 16: Podświadomość a harmonijne stosunki z otoczeniem . . . . .</i>	<i>187</i>
Złoty klucz do ludzkich serc . . . . .	188
„I taką miarą, jaką wy mierzycie, i wam odmierzą” . . . . .	188
Nagłówki w gazecie przyprawiły go o chorobę . . . . .	189
„Nie cierpię kobiet, toleruję tylko mężczyzn” . . . . .	190
Jego wewnętrzny monolog uniemożliwił awans . . . . .	191
Droga do dojrzałości emocjonalnej . . . . .	193
Znaczenie miłości dla harmonijnych stosunków międzyludzkich . . . . .	193
Nienawidził publiczności . . . . .	194
Jak traktować trudnych ludzi . . . . .	194

Nieszczęścia chodzą parami . . . . .	195
Zdolność wczuwania się i jej znaczenie w stosunkach międzyludzkich . . . . .	195
Uległość nie popłaca . . . . .	196
Streszczenie . . . . .	197
<i>Rozdział 17: Jak dzięki podświadomości dostąpić przebaczenia . . . . .</i>	<i>200</i>
Życie zawsze wybacza . . . . .	201
Jak uwolnić się od poczucia winy . . . . .	201
Zabójca wybaczył sobie . . . . .	203
Jeśli zechcesz, skorzystasz na każdej krytyce . . . . .	203
Jak okazać wyrozumiałość . . . . .	204
Porzucona przed ołtarzem . . . . .	204
„Małżeństwo to rzecz niestosowna. Sprawy płci są złem, a ja sama jestem zepsuta!” . . . . .	205
Bez przebaczenia nie ma wyzdrowienia . . . . .	206
Przebaczenie jest czynną miłością . . . . .	206
Technika przebaczenia . . . . .	207
Probierz prawdziwego przebaczenia . . . . .	208
Wszystko rozumieć to wszystko wybaczać . . . . .	208
Streszczenie . . . . .	209
<i>Rozdział 18: Jak podświadomość usuwa zahamowania umysłu . . . . .</i>	<i>212</i>
Jak pozbyć się nawyku lub go nabrać . . . . .	212
Jak pozbył się nałogu . . . . .	213
Potęga wyobraźni . . . . .	214
Znaczenie koncentracji . . . . .	214
Nazywał siebie pchowcem . . . . .	215
Jak bardzo pragniesz spełnienia marzeń? . . . . .	216
Dlaczego alkohol nie przynosi ulgi . . . . .	216
Zwrot ku dobremu . . . . .	217
Potrzeba samopoznania . . . . .	218
Jak nabrać siły, by się wyswobodzić . . . . .	218
Wyleczenie w 51 procentach . . . . .	219
Prawo substytucji . . . . .	219
Przyczyna alkoholizmu . . . . .	220
Trzy magiczne kroki . . . . .	220
Nigdy nie trać otuchy . . . . .	221
Streszczenie . . . . .	221
<i>Rozdział 19: Jak siły podświadomości ploszą lęk . . . . .</i>	<i>224</i>
Największy wróg człowieka . . . . .	225
Zrób to, czego się boisz . . . . .	225
Jak pokonała tremę . . . . .	225
Strach przed niepowodzeniem . . . . .	226
Jak pokonał strach . . . . .	227
Strach przed wodą . . . . .	227
Niezawodny sposób pokonywania strachu . . . . .	228
Błogosławił wiatr . . . . .	229

Normalny i nienormalny strach	229
Nienormalny strach	230
Sposób na nienormalny strach	230
Spójrz grozie w oczy	231
Wylądował w dżungli	231
Wymówił sobie stanowisko	232
Sprzysięgli się przeciw niemu	232
Pozbądź się wszelkiego strachu	233
Streszczenie	234
<i>Rozdział 20: Jak w duchu zawsze zachować młodość</i>	237
Postarzał się w myśleniu	238
Starość to świt mądrości	238
Witaj z radością każdą zmianę	239
Dalsze życie po śmierci jest rzeczą dowiedzioną	239
Życie „jest”	240
Umysł i psychika nie starzeją się	240
Każdy człowiek jest tak młody jak jego sposób myślenia	241
Twoja siwizna to wygrana	242
Podeszły wiek to wygrana	242
Bądź w takim wieku, w jakim jesteś naprawdę	243
Nadażam stale za najlepszymi	243
Lęk przed starością	244
Masz dużo do dania	244
W wieku 110 lat	244
Emerytura nową przygodą	245
Wstąpił na wyższy stopień	245
Nie bądź więźniem, ale współtwórcą społeczeństwa	246
Tajemnica młodości	247
Staraj się mieć całościową perspektywę	247
Twój umysł nie starzeje się	248
Ruchliwy umysł 95-latka	248
Nasi starzy współobywatele są nam potrzebni	249
Owoce naszego podeszłego wieku	250
Streszczenie	250