

Dr. Joseph Murphy
Die Macht Ihres Unterbewusstseins

Dr. Joseph
MURPHY

Die
Macht
Ihres
Unter-
bewusstseins

DAS ORIGINAL

Aus dem Amerikanischen von Wolfgang Maier

ARISTON 

Die Originalausgabe erschien 1962 unter dem Titel *The Power of your subconscious Mind* bei Prentice Hall, Inc., Englewood Cliffs, N. J. (A. Simon & Schuster Company) und wurde 2008 überarbeitet.
Die deutsche Erstausgabe erschien 1965 im Ariston Verlag.

Die Verlagsgruppe Random House weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags für externe Links ist stets ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© 1962 This edition published by arrangement with Prentice Hall Press, a member of Penguin Group (USA) Inc.
© der deutschsprachigen Ausgabe 1965/2005/2009/2015/2016 Ariston Verlag in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design, München
Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering
Druck: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-424-20166-6

Inhalt

Einleitung zur überarbeiteten Ausgabe	
von Dr. Arthur R. Pell	9
Einführung	
Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann	12
Kapitel 1	
Die Schatzkammer in Ihrem Inneren	23
Kapitel 2	
Die Funktionsweise des Geistes	38
Kapitel 3	
Die Macht Ihres Unterbewusstseins	59
Kapitel 4	
Die heilende Kraft des Unterbewusstseins in der Geschichte	74
Kapitel 5	
Die heilende Kraft des Unterbewusstseins heute.....	89
Kapitel 6	
Die Anwendbarkeit in der Praxis	102
Kapitel 7	
Das Unterbewusstsein dient dem Leben	123
Kapitel 8	
Wie Sie Ihre Ziele verwirklichen	134
Kapitel 9	
Das Unterbewusstsein als Schlüssel zum Reichtum	143

Inhalt

Kapitel 10	
Ihr Recht auf Reichtum	154
Kapitel 11	
Unterbewusstsein und Erfolg	167
Kapitel 12	
Das Unterbewusstsein in der Wissenschaft	182
Kapitel 13	
Das Unterbewusstsein und der Schlaf	196
Kapitel 14	
Das Unterbewusstsein und Ihre Partnerschaft	208
Kapitel 15	
Das Unterbewusstsein und Ihr Glück	224
Kapitel 16	
Das Unterbewusstsein und Ihre Mitmenschen	235
Kapitel 17	
Wie Sie mithilfe des Unterbewusstseins anderen und sich selbst vergeben	250
Kapitel 18	
Wie das Unterbewusstsein geistige Barrieren beseitigt .	263
Kapitel 19	
Wie die Kräfte des Unterbewusstseins die Furcht vertreiben	278
Kapitel 20	
Wie Sie für immer im Geiste jung bleiben	294
Über Dr. Joseph Murphy	313

*Wer zu lesen versteht, besitzt den Schlüssel
zu großen Taten, zu unerträumten Möglichkeiten,
zu einem berauschend schönen, sinnerfüllten
und glücklichen Leben.*

Aldous Huxley

Einleitung zur überarbeiteten Ausgabe

Machen Sie das Beste aus Ihrem Leben?

Das Leben sollte ein Abenteuer sein. Das Leben sollte erfüllend sein. Das Leben sollte über die bloße Existenz hinausgehen. Aber die meisten Frauen und Männer sind so in ihre Alltagsorgen verstrickt und so mit dem reinen Überleben beschäftigt, dass sie die Wunder des Lebens gar nicht mehr genießen.

Die meisten Menschen erleben nur einen Bruchteil der Freude und Zufriedenheit, die Gott ihnen gegeben hat. Es gibt für jeden von uns die Möglichkeit, dies zu ändern und unser Leben zu revitalisieren.

Dr. Murphy ist der Begründer der Bewegung der Macht des Unterbewusstseins, der sich zahlreiche Philosophen, Psychologen, Geistliche und Schriftsteller in vielen Ländern angeschlossen haben. Er hat Tausenden von Frauen und Männern dabei geholfen, ihr Leben von einer langweiligen, eintönigen, manchmal gelähmten Existenz in ein dynamisches, sinnstiftendes und erfülltes Leben zu verwandeln.

In diesem wegweisenden Werk kombiniert Dr. Murphy alt-hergebrachte spirituelle Weisheit mit handfesten Analysen auf

Machen Sie das Beste aus Ihrem Leben?

wissenschaftlicher Basis, um den Einfluss des Unterbewusstseins zu erläutern. Er stellt außerdem einfache, praktische und bewährte Übungen vor, mit denen man aus dem Geist ein starkes Werkzeug zur Verbesserung des täglichen Lebens machen kann. Veranschaulicht mit inspirierenden Erfolgsgeschichten aus dem wirklichen Leben, entschlüsselt dieses wertvolle Benutzerhandbuch für den menschlichen Geist das Geheimnis zum Erfolg bei zahlreichen Bestrebungen wie:

- Selbstvertrauen aufbauen,
- die Gesundheit verbessern,
- Freundschaften knüpfen und bestehende Beziehungen mit Kollegen, Familie und Freunden intensivieren,
- die so begehrte Beförderung, Gehaltserhöhung oder Anerkennung erhalten,
- die Ehe und Liebesbeziehungen stärken,
- positive Gewohnheiten entwickeln und schlechte ablegen.

Da Dr. Murphy einmal Pfarrer war, verweist er oft auf die Bibel und zitiert Passagen aus dem Alten und Neuen Testament. Er betont jedoch, dass die von ihm dargelegten Prinzipien nicht auf irgendeinen Glauben oder eine Religion beschränkt sind, sondern allgemein gelten. Sein Werk basiert auf den Gedanken und Konzepten der großen Propheten, Theologen und Philosophen aller Religionen und Länder aus Altertum und Moderne. Sie gelten für alle heutigen Leser, unabhängig von ihrem spirituellen Hintergrund.

Diese Ausgabe ist die einzige überarbeitete Fassung von *Die Macht Ihres Unterbewusstseins*, die unter der Leitung des Murphy-Trusts als dem offiziellen Verwalter von Dr. Murphys Werk genehmigt und veröffentlicht worden ist. In dieser neu überarbeiteten Ausgabe wird Dr. Murphys Aussage in seinen eigenen Worten dargestellt, mit kleineren Änderungen, die vorgenom-

men wurden, um das Werk für die Leser des 21. Jahrhunderts zugänglicher zu machen. Zusätzlich zum Originaltext finden Sie in jedem Kapitel Zitate aus verschiedenen Werken von Dr. Murphy, um die Kernaussagen zu betonen.

Lesen Sie dieses Buch unvoreingenommen. Dr. Murphys Prinzipien sind nicht theoretisch. Sie beruhen auf bewährten Konzepten, die durch Beispiele aus dem wirklichen Leben unterstützt werden. Unzählige Menschen, die diese Prinzipien angewendet haben, haben gelernt, aus ihrem Leben das Beste zu machen.

Lesen. Lernen. Anwenden. Sie können Ihr Leben zum Besseren wenden.

Dr. Arthur R. Pell

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Ich habe erlebt, wie für Menschen jeden Geschlechts und Alters, aller Gesellschaftsschichten und Nationen regelrechte Wunder geschahen. Auch Ihr Leben wird sich grundlegend verändern – sobald Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins einzusetzen beginnen. Dieses Buch legt Ihnen dar, wie Ihre Art zu denken und Ihre inneren Bilder Ihr Schicksal beeinflussen; denn das Leben eines Menschen ist identisch mit dem Inhalt seines Unterbewusstseins.

Wissen Sie, warum?

Warum ist das Leben des einen Menschen von Trauer überschattet, das eines anderen von Glück erfüllt? Warum genießt ein Mensch Reichtum und Ansehen, während sein Nachbar am gesellschaftlichen Rand lebt? Warum ist der eine von Angst verunsichert, während der andere voll Selbstvertrauen und Zuversicht in die Zukunft blickt? Warum besitzt der eine ein

luxuriöses Haus, während der andere sein Leben in einem Elendsviertel fristet? Warum reiht ein Mensch Erfolg an Erfolg, während ein anderer vom Regen in die Traufe gerät? Warum reißt ein Redner seine Zuhörer mit, während ein anderer ohne jedes Echo bleibt? Warum vollbringt einer geniale Leistungen, während ein anderer lustlos einer unbefriedigenden Tätigkeit nachgeht? Warum übersteht einer eine angeblich unheilbare Krankheit, die einem anderen den Tod bringt? Warum erfahren so viele selbstlose Menschen größten Schmerz an Körper und Seele, während sich mancher gewissenlose Zeitgenosse bester Gesundheit und strahlender Erfolge erfreut? Warum führt der eine Mensch eine glückliche Ehe, während seine Geschwister an der Seite ihrer Partner nur Leid und Enttäuschung erleben? Warum?

Die Antwort auf diese und weitere Fragen liegt in den Funktionen von Bewusstsein und Unterbewusstsein.

Warum ich dieses Buch schrieb

Als ich dieses Werk verfasste, wurde ich vom Wunsch geleitet, nicht nur Antworten auf diese und ähnliche Fragen zu geben, sondern auch die Zusammenhänge sichtbar zu machen. Ich versuchte, den Ursprung und die Geheimnisse Ihres geistigen Lebens in einfachen Worten zu erklären, denn ich war schon immer der festen Überzeugung, dass selbst diese komplexen Zusammenhänge des menschlichen Geistes leicht verständlich dargestellt werden können. Deshalb werden Sie in diesem Werk die einfache Sprache antreffen, die Ihnen aus Ihrem Berufsalltag und Privatleben vertraut ist. Ich möchte Ihnen das Studium dieser Seiten und die Anwendung der hier beschriebenen Methoden aufs Nachdrücklichste ans Herz legen, denn ich weiß mit absoluter Sicherheit, dass sich Ihnen hier eine

Wie dieses Buch in Ihrem Leben Wunder bewirken kann

Kraft erschließt, die Wunder bewirken kann, die Sie aus aller Orientierungslosigkeit herausreißen, von aller Niedergeschlagenheit befreien und vor jedem Misserfolg bewahren wird. Dieses Buch verleiht Ihnen die Macht, die Ihnen gebührende Stellung zu erlangen, es gibt Ihnen die Kraft, alle Schwierigkeiten zu lösen, es befreit Sie aus den Ketten seelischer und körperlicher Leiden und weist Ihnen den geraden Weg zu Freiheit, Glück und innerer Zufriedenheit. Die Macht Ihres Unterbewusstseins wird Ihnen Gesundheit bringen und neue Kräfte in Ihnen wecken. Der bewusste Umgang mit Ihren seelischen Kräften wird Sie von den tausend Ängsten und Befürchtungen befreien, die Sie jetzt gefangen halten, und Ihnen ein Leben voll Freiheit ermöglichen, das schon der Apostel Paulus den Kindern Gottes in Aussicht gestellt hat.

Der Schlüssel zu der Macht, die Wunder bewirken kann

Eine selbst erlebte Heilung ist wohl der überzeugendste Beweis der unglaublichen Kräfte unseres Unterbewusstseins. Mehr als 42 Jahre bevor ich dieses Buch schrieb, wurde ich auf diese Weise von einer bösartigen Geschwulst befreit, die die Medizin als »Sarkom« bezeichnet, und genau dieselbe Macht, die mich erschuf, lenkt – das weiß ich jetzt – auch heute noch meinen Organismus. Die detaillierte Schilderung der von mir damals angewandten Technik wird zweifellos alle Leser überzeugen, sich vertrauensvoll jener *heilenden Macht* anzuvertrauen, die tief in der Seele jedes Menschen wohnt. Der Unterstützung meines Freundes und ärztlichen Beraters habe ich die plötzliche Erkenntnis zu verdanken, dass dieselbe *schöpferische Weisheit*, die meinen Körper formte, meine Organe schuf und mein Herz zum Schlagen brachte, auch ihr eigenes Geschöpf selbst-

verständlich am besten heilen kann. Ein altes Sprichwort unterstreicht dies: »Der Arzt verbindet die Wunde, und Gott heilt sie.«

Wunder sind Antworten auf »wirksame Gebete«

Unter einem »wirksamen Gebet« verstehen wir das harmonische Zusammenspiel der bewussten und unterbewussten geistigen Kräfte, die mittels wissenschaftlich gesicherter Methoden zur Verwirklichung eines bestimmten Ziels eingesetzt werden. Dieses Buch zeigt Ihnen die Technik, die Ihnen Zugang zu Ihren unerschöpflichen Reserven seelischer Kräfte schafft, mit der Sie sich Ihre Wünsche erfüllen können. Sie sehnen sich nach einem glücklicheren, erfüllteren und reicheren Leben? Setzen Sie deshalb diese neue Macht ein und ebnen Sie Ihren Weg durchs Leben; lösen Sie Ihre privaten und beruflichen Probleme und schaffen Sie Harmonie in Ihrer Familie. Lesen Sie dieses Buch unbedingt mehrmals! Es erklärt Ihnen die Wirkungsweise dieser starken Macht und zeigt, wie Sie selbst die Weisheit, die in Ihrer Seele verborgen ist, in Ihrem Leben einsetzen können. Lernen Sie, Ihr Unterbewusstsein zu beeinflussen – es ist ganz einfach! Wenden Sie die wissenschaftlich fundierte Methode an, die Ihnen die unermesslichen Energien Ihrer Seele erschließt. Lesen Sie dieses Buch sorgfältig und seien Sie offen für seine Ratschläge. Lassen Sie sich von den verblüffenden Ergebnissen dieser Methode überzeugen. Ich bin der festen Überzeugung, dass die Lektüre dieser Seiten einen Wendepunkt in Ihrem Leben darstellen kann und wird.

Jeder Mensch betet

Können Sie »wirksam« beten? Wie lange ist es her, dass das Gebet seinen festen Platz in Ihrem täglichen Leben hatte? In Zeiten der Not, der Gefahr, in Krankheit und Todesangst fällt Ihnen wie allen Menschen das Gebet wahrscheinlich sehr leicht. Sie brauchen nur jeden Tag die Fernsehnachrichten zu schauen. Immer wieder wird berichtet, dass Menschen aus aller Welt sich im Gebet vereinen für die Gesundung eines schwer kranken Kindes, für die Rettung einer verschütteten Gruppe von Bergleuten oder für die Erhaltung des Weltfriedens. Endlich befreit, berichten dann die Bergleute, wie sie die qualvollen Stunden bis zum Eintreffen der Rettungsmannschaften im Gebet verbrachten. Und der Pilot eines Charterflugzeugs gesteht, dass er betete, während er mit seiner Maschine zur Notlandung ansetzte. Kein Zweifel – die Kraft des Gebets steht uns in Notzeiten immer zur Verfügung. Warum wollen Sie seine wirkungsvolle Hilfe nicht jeden Tag nutzen, indem Sie es zum festen Bestandteil Ihres täglichen Lebens machen? Zeitungsartikel berichten von dramatischen Gebetserhörungen, und eidesstattliche Erklärungen verbürgen die Wirksamkeit des Gebets. Aber was ist von den vielen demütigen Gebeten zu halten, die Kinder sprechen, mit denen wir Gott für einen gedeckten Tisch danken und in denen sich der Einzelne in gläubigem Vertrauen an seinen Schöpfer wendet? Meine Arbeit im Dienste der Menschen ermöglichte es mir, die verschiedenen Arten und Beweggründe des Gebets zu erforschen. Ich habe die Macht des Gebets an mir selbst erfahren und mit vielen Menschen gesprochen und zusammengearbeitet, deren Gebete ebenfalls erhört wurden. Die eigentliche Schwierigkeit liegt darin, andere zu lehren, wie man »wirksam« betet. Im Augenblick der Not denkt und handelt der Mensch meist nicht mehr völlig rational und kontrolliert und deshalb bedarf es einer einfachen, sicher wirkenden Formel.

Jeden Tag beten

Dieses Buch bietet Ihnen praktische Hilfe. Es macht Sie mit einer Reihe einfacher, leicht anwendbarer Methoden vertraut, die Sie überall und zu jeder Zeit anwenden können. Ich habe diese leicht verständlichen Regeln Männern und Frauen in der ganzen Welt gelehrt. Viele von ihnen hatten nicht einmal die Mühe einer 300 bis 400 Kilometer weiten Anreise gescheut, um meine Vorträge zu besuchen. *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* wird unter anderem auch deshalb von besonderem Interesse für Sie sein, weil sie Ihnen erklärt, warum häufig das genaue Gegenteil von dem eintrat, worum Sie beteten. Viele Menschen in aller Welt stellten mir immer wieder die gleiche Frage: »Warum nur habe ich gebetet und gebetet, ohne jemals erhört zu werden?« Hier erfahren Sie die Gründe dafür. Die geschilderten Methoden, das Unterbewusstsein zu beeinflussen und auch dann, wenn Sie zweifeln, die richtige Antwort zu finden, machen dieses Buch zu einem in vielen Situationen hilfreichen und zuverlässigen Ratgeber.

Woran glauben Sie?

Nicht der Gegenstand oder Inhalt seines Glaubens ist es, der die Gebete eines Menschen wirksam werden lässt. Die Erfüllung tritt vielmehr dann ein, wenn das Unterbewusstsein des Betreffenden auf seine Gedanken oder Vorstellungen reagiert. Dieses Gesetz des Glaubens gilt in allen Religionen und verleiht ihnen ihren psychologischen Wahrheitsgehalt. Christen, Juden, Buddhisten, Hindus oder Moslems werden in gleicher Weise erhört, und das nicht etwa, weil sie einer bestimmten Religion oder Konfession angehören und an gewissen Zeremonien, Liturgien oder Gebeten festhalten, sondern einzig und allein deshalb,

weil sie geistig und seelisch fest überzeugt sind, dass ihre Gebete erhört werden. Das Gesetz des Lebens ist identisch mit dem Gesetz des Glaubens, und der Begriff »Glaube« lässt sich ebenso kurz wie zutreffend definieren als »Gedanke« oder »Überzeugung«. Genau so, wie und was ein Mensch denkt, fühlt und glaubt, sind auch sein Geist, sein Körper und sein Leben beschaffen. Eine Technik, die auf einem grundlegenden Verständnis Ihrer Handlungsweisen und Beweggründe beruht, wird Ihnen durch den Einsatz Ihrer unterbewussten Kräfte viele Träume erfüllen. Im Grunde genommen ist die Erhörung eines Gebets nichts anderes als die Verwirklichung bestimmter Wünsche.

Wunsch und Gebet sind ein und dasselbe

Jeder sehnt sich nach Gesundheit, Glück, Sicherheit, Zufriedenheit und Selbstverwirklichung, doch nur wenige erreichen dies. Vor Kurzem sagte mir ein Universitätsprofessor: »Ich weiß, dass eine Veränderung meiner Denkgewohnheiten und eine Neuorientierung meiner Gefühle mich von meinen Magengeschwüren befreien würde. Leider verfüge ich aber über keine Technik, um dies in die Tat umzusetzen. Meine Gedanken irren unruhig von Problem zu Problem, und ich fühle mich enttäuscht, niedergeschlagen und unglücklich.« Dieser Professor sehnte sich nach Gesundheit; was er aber brauchte, war eine klare Einsicht in den Ablauf seiner geistigen Vorgänge, die ihm die Verwirklichung seines Wunsches ermöglichen. Die Anwendung der in diesem Buch geschilderten Methoden stellte seine Gesundheit in kurzer Zeit wieder völlig her.

»Jeder Mensch hat Anteil an dem die ganze Menschheit verbindenden Weltgeist«

Die Macht Ihres Unterbewusstseins und ihre Wirkungskraft bestanden schon, ehe Sie und ich geboren waren; ihre Existenz geht der jeder Kirche und sogar der unserer Welt voraus. Die Prinzipien des Lebens sind älter als alle Religionen. Davon bin ich fest überzeugt und ich lege Ihnen darum – hier unter dem in der Überschrift zitierten Satz von Ralph Waldo Emerson – das Studium der folgenden Kapitel ans Herz, denn sie erschließen Ihnen eine hochwirksame Kraft, die alle Verletzungen des Geistes und des Körpers heilt, die die Angst besiegt und Sie für immer vom Druck des Misserfolgs und der Enttäuschung befreien wird. Sie müssen sich nur mit dem identifizieren, das Sie verwirklichen möchten, und die Kräfte Ihres Unterbewusstseins werden entsprechend reagieren. Beginnen Sie noch heute, in diesem Augenblick, und Ihr Leben wird sich grundlegend ändern. Lassen Sie sich nicht entmutigen, schreiten Sie konsequent voran, bis Sie Ihre Ziele erreicht haben.

Ihr Unterbewusstsein ist eine Dunkelkammer

Ihr Unterbewusstsein ist Ihre große Dunkelkammer. Es ist der geheime Ort, an dem Ihr äußeres Leben entsteht.

So sind es auch nicht Ihr Name, Ihre Art, sich zu kleiden, Ihre Eltern, Ihre Umgebung oder das Auto, das Sie fahren, die Sie zu dem machen, was Sie sind. Sie sind die Überzeugungen, die Gestalt annehmen, Bild für Bild, Licht und Schatten, dort unten in Ihrer unterirdischen Dunkelkammer. In moralischer Hinsicht ist Ihr Unterbewusstsein völlig neutral und bereit, jede Gewohnheit anzunehmen, egal ob Sie oder die Welt sie für gut oder schlecht befindet. Daher – wenn immer wieder negative

Gedanken in unser Unterbewusstsein gelangen, in unsere Dunkelkammer, sind wir so überrascht, dass diese dunklen Gedanken in unseren alltäglichen Erfahrungen und Beziehungen Ausdruck finden ... immer und immer wieder. In der Tat passiert uns selten etwas, das wir nicht irgendwie auf diese Weise selbst geschaffen haben.

Damit Ihre Welt sich ändert, müssen Sie Ihren Geist ändern ... von innen heraus. Sobald Sie aber diese Vorstellung der Dunkelkammer akzeptieren, werden Sie sehen, dass Sie diesem Prozess erfreulich emotionslos gegenüberstehen. Dann wird es gar nicht so schwer sein, Ihr Leben zu ändern. Es kann nun nicht mehr so anstrengend sein, die existierenden mentalen Bilder durch neue zu ersetzen. Mit dieser Erkenntnis kann für Sie eine entspannte Phase positiver Veränderung beginnen.

Sie sind vielleicht überrascht zu erfahren, dass all diese Überzeugungen und Neigungen, die Ihnen von frühester Kindheit an eingepflanz wurden, noch immer da sind und dass sie die Macht haben, sich in Ihrem Leben zu äußern und es zu beeinflussen. Jeder von uns hat viele solcher Überzeugungen und Vorstellungen, die wir seit Langem vergessen haben, Überzeugungen und Vorstellungen, die ihren Ursprung vielleicht in der Kindheit haben. Diese sind in den Schlupfwinkeln dieser unterbewussten Dunkelkammer versteckt. Wenn Sie dies begriffen haben, sollte klar sein, warum es an der Zeit ist, Ihren Gedanken eine angemessene Aufmerksamkeit entgegenzubringen.

Sind Sie zum Beispiel überzeugt, dass Sie einen steifen Hals bekommen, wenn Sie neben einem Ventilator sitzen, wird Ihr Unterbewusstsein dafür sorgen, dass Sie tatsächlich einen steifen Hals bekommen. Es sind nicht der Ventilator und seine Wirkung selbst, also die ungefährlichen Energiemoleküle, die in hoher Frequenz oszillieren, die Ihnen Unannehmlichkeiten bereiten, sondern es sind Ihre falschen Überzeugungen. Der Ventilator ist harmlos.

Und wenn Sie befürchten, dass Sie eine Erkältung bekommen könnten, weil jemand im Büro niest, wird Ihre Angst zu einer Bewegung Ihres eigenen Geistes, die genau das erschafft, was Sie erwarten, wovor Sie Angst haben und wovon Sie überzeugt sind. Sie werden bemerken, dass andere Kollegen in Ihrem Büro keine Erkältung bekommen, weil sie nicht daran glauben. Sie glauben an die Gesundheit. Wie schon Hiob sagte: *Denn ich fürchtete einen Schrecken und er traf mich.*

Auf der anderen Seite: Woher kommt Ihrer Meinung nach die Kraft für spontane Wunderheilungen? Von genau demselben Unterbewusstsein ...

Wenn Sie Ihre Dunkelkammer mit großen Wahrheiten füllen, werden Ihre äußeren Bilder diese widerspiegeln. Ihr Unterbewusstsein wird diese Wahrheiten akzeptieren und Sie werden geleitet von einem unterbewussten Zwang zu heilen, friedlich zu sein. Genauso, wie ein Apfel irgendwann in Ihren Blutkreislauf gelangt, befinden sich diese Gedanken in Ihrem Geist und haben Einfluss auf Ihr Leben. Auf die gleiche Art haben Sie laufen, schwimmen, tanzen oder Klavier spielen gelernt. Man wiederholt einen Gedanken immer und immer wieder und nach einer Weile geht er in Fleisch und Blut über. Es ist genau wie beim Beten, man gehorcht einem höheren Prinzip. Es ist nicht das Benzin, das Ihr Auto antreibt. Erst muss es in Dampf umgewandelt werden, es muss sich verändern, bevor es etwas bewirken kann, genauso wie Ihr Geist sich verändern muss, bevor Ihre Welt sich dahin bewegt, wo Sie sie haben wollen.

So wie die Heilung von Ihrer unterbewussten Dunkelkammer bewirkt wird, so wird dort auch Ihr Wohlstand hervorgebracht. Hierbei kommt es darauf an, das Unterbewusstsein reich zu machen, bevor der Reichtum in Ihrem Leben erkennbar wird.

Wenn Sie die Gesetze des Geistes studieren, werden Sie zu der Überzeugung kommen und definitiv wissen, dass Sie stets

bestens versorgt sein werden, unabhängig von der wirtschaftlichen Lage, Börsenschwankungen, Flauten, Streiks, Krieg oder anderen Bedingungen und Umständen. Der Grund dafür ist, dass Sie Ihrem Unterbewusstsein die Idee des Wohlstands eingepägt und Ihre Dunkelkammer mit einem Bild des Wohlstands versorgt haben – und dann werden auch Sie bestens versorgt sein. Sie werden Ihr Unterbewusstsein davon überzeugen, dass in Ihrem Leben für immer reichlich Geld fließt und Sie stets einen Überschuss verbuchen können. Sollte der Staat morgen einen finanziellen Zusammenbruch erleiden und sollten all Ihre gegenwärtigen Besitztümer wertlos sein, werden Sie dennoch weiterhin Wohlstand anziehen und ausreichend versorgt sein.

Ihre unterbewusste Dunkelkammer ist bereits mit großen neuen Ideen gefüllt, durch die Sie Ihre alten automatisch ersetzen. Denken Sie sofort an Dinge, die wahr, schön und edel sind, und diese Qualitäten werden Sie umgeben. Denken Sie daran, dass Gott nur Gutes verkündet hat, und genauso sollten auch Sie es machen. Diese Denkweise wird Ihnen eine neue, gesunde Grundlage für Ihre Gedanken geben und Sie werden nicht länger ein Opfer von Bildern sein, von denen Sie dachten, Sie hätten keinen Einfluss auf deren Entwicklung.

Die Schatzkammer in Ihrem Inneren

Ihr Unterbewusstsein dient dem Leben. Sie sollten sich ausschließlich um das Bewusstsein kümmern. Nähren Sie Ihr Bewusstsein mit Voraussetzungen, die wahr sind. Ihr Unterbewusstsein reproduziert immer Ihre gewohnten Denkmuster.

Unermesslicher Reichtum umgibt Sie, sobald Sie sich auf Ihre Psyche konzentrieren und dort die unerschöpflichen Energien entdecken. Ihre Seele birgt eine Goldader, deren Erschließung Ihnen alles ermöglichen wird, was Sie von einem glücklichen Leben erwarten. Viele Menschen gleichen Schlafwandlern, weil sie die Existenz dieser Weisheit und Liebe nie entdecken. Aber jeder Mensch kann das erreichen, was er sich ersehnt. Ein Magnet hebt Lasten, die das eigene Gewicht um etwa das Zwölfwache übersteigen – entmagnetisiert jedoch bewegt das gleiche Metallstück nicht einmal eine Feder von ihrem Platz. Dieser Vergleich trifft auch auf den Menschen zu. Der von magnetischer Kraft durchströmte Mensch ist voll Zuversicht und Selbstvertrauen. Er weiß, dass er geboren wurde, um erfolgreich zu sein. Der »entmagnetisierte« Mensch dagegen wird von Furcht und Zweifeln gequält. Bietet sich ihm eine

günstige Gelegenheit, so sagt er sich: »Das geht ja doch schief. Das kostet mich höchstens mein Vermögen. Ich mache mich nur zur Zielscheibe des Spottes.« Menschen mit dieser Überzeugung werden es nie im Leben zu etwas bringen, weil sie nicht den Mut haben, sich zu verändern, und deshalb hilflos auf der Strecke bleiben. Dieses Buch erschließt Ihnen aber das Geheimnis des Unterbewusstseins und wie ein Magnet werden Sie Glück, Reichtum und Macht anziehen.

Das größte Geheimnis aller Zeiten

Was ist Ihrer Meinung nach das größte Geheimnis aller Zeiten? Die Atomenergie? Die Freisetzung ungeheurer Kräfte durch Kernschmelze? Die Wirkungsweise der Gene und die Evolution in der Natur? Die Raumfahrt? Nein? Worum handelt es sich also? Wo ist dieses größte aller Geheimnisse zu entdecken? Wie ist es zu entschlüsseln? Wie anzuwenden? Die Antwort auf alle diese Fragen ist ebenso einfach wie überraschend: Das Geheimnis, von dem wir hier sprechen, besteht in nichts anderem als in der ungeheuren Kraft Ihres Unterbewusstseins. Wer hätte hier die Lösung der größten Rätsel gesucht?

Die wunderbare Kraft Ihres Unterbewusstseins

Sobald Sie einmal gelernt haben, die Kraft Ihres Unterbewusstseins zu erschließen, werden Macht, Reichtum, Gesundheit, Glück und Freude in ungeahntem Ausmaß Ihr Leben erfüllen. Diese Kraft müssen Sie nicht erst erwerben – Sie besitzen sie bereits. Sie brauchen nur noch ihre Beschaffenheit und ihre Wirkungsweise zu verstehen, um sie erfolgreich in allen Bereichen und bei allen Problemen Ihres Lebens einsetzen zu können.

Das hierzu nötige Wissen und Verständnis erwerben Sie ganz von selbst bei der Lektüre der hier beschriebenen einfachen Methoden. Alles wird Ihnen in einem neuen Licht erscheinen, und Sie werden von innen her die Energien erzeugen, mit deren Hilfe Sie Ihre Hoffnungen und Träume verwirklichen können. Fassen Sie also den festen Entschluss, dass Sie von nun an Ihr Leben reicher, glücklicher und besser gestalten wollen als bisher!

Die tiefsten Schichten ihres Unterbewusstseins besitzen unendliches Wissen, unvorstellbare Macht und einen unerschöpflichen Vorrat an Möglichkeiten, Anlagen und Talenten in sich, die nur darauf warten, voll entwickelt zu werden und Ausdruck zu finden. Gestehen Sie sich die Existenz dieser seelischen Kräfte ein, und sie werden in kürzester Zeit Ihr Leben bestimmen. Die Ihrem Unterbewusstsein eigenen, unendlichen Kenntnisse werden Ihnen überall und jederzeit alles Wissenswerte enthüllen, sofern Sie dafür offen und aufnahmebereit sind. Das Unterbewusstsein ist eine Quelle neuer Gedanken und Ideen – vielleicht schlummert in Ihnen ein Entdecker oder ein Erfinder, vielleicht wartet in Ihnen ein Schriftsteller auf seine kreative Verwirklichung. Auf jeden Fall aber wird die Weisheit Ihres Unterbewusstseins Ihnen Auskunft über Ihr eigentliches Wesen geben, über Ihre wahren Talente und wie Sie diese vervollkommen und verwerten können, um den Platz im Leben zu erreichen, der Ihnen zusteht und den Sie – und nur Sie allein – vollkommen ausfüllen können.

Die Kräfte Ihres Unterbewusstseins können Ihnen auch den idealen Lebens- oder Geschäftspartner zuführen. Indem Sie der Stimme Ihres Unterbewusstseins folgen, werden Sie zuverlässige Kunden finden und jene finanzielle Unabhängigkeit gewinnen, die es Ihnen erlaubt, das zu tun und zu werden, wovon Sie immer träumten.

Sie haben ein Recht darauf, diese innere Welt Ihrer Gedanken und Gefühle, diese riesigen Schätze an Macht, Einsicht,

Liebe und Schönheit zu entdecken. Diese Kräfte sind zwar unsichtbar, doch besitzen sie einen ungeheuren Einfluss. Ihr eigenes Unterbewusstsein bietet die Lösung für jedes Problem und verfügt über die Ursache jeder Wirkung. Da Sie jetzt diese verborgenen Kräfte zu nutzen lernen, wird Ihnen bald das nötige Wissen und die Macht zur Verfügung stehen, um über Ihr Leben zu bestimmen und in Sicherheit, Glück und Überfluss zu leben.

Ich habe selbst gesehen, wie die Macht des Unterbewusstseins Kranken und Behinderten wieder völlige Gesundheit und Kraft schenkte, sodass sie von Neuem ihr Leben genießen und Glück und Erfolg ernten konnten. Ihr Unterbewusstsein besitzt die wunderbare Kraft, die Körper und Seele wieder genesen lässt. Es zerreißt die Fesseln, die Ihren Geist lähmen, und befreit Sie von materiellen und physischen Beschränkungen.

Eine sichere Grundlage finden

Ohne sichere Grundlage und die Kenntnis allgemeiner Prinzipien sind auf keinem Gebiet der menschlichen Tätigkeit echte Fortschritte zu erzielen. Deshalb müssen Sie zunächst lernen, Ihr Unterbewusstsein als »Instrument« richtig zu handhaben. Seine Kräfte werden mit derselben Sicherheit und in dem Umfang wirksam werden, in dem Sie die geltenden Gesetze verstehen und für ganz bestimmte Ziele einzusetzen wissen.

Als früherer Chemiker finde ich einen Vergleich aus den Naturwissenschaften hilfreich: Wasserstoff und Sauerstoff verbinden sich im Verhältnis von zwei zu eins zu Wasser. Sicher ist Ihnen auch bekannt, dass ein Atom Sauerstoff zusammen mit einem Atom Kohlenstoff Kohlenmonoxid ergibt, also ein sehr giftiges Gas. Fügen Sie jedoch ein weiteres Sauerstoffatom hinzu, so wird daraus das viel harmlosere Kohlendioxid. Diese

beiden Beispiele könnte man noch durch viele andere ergänzen.

Warum sollten wir annehmen, die Grundgesetze der Chemie, Physik und Mathematik unterschieden sich in irgendeiner Weise von jenen des Unterbewusstseins? Denken Sie nur an den Lehrsatz »Der Wasserspiegel sucht immer die horizontale Lage«. Dieses Naturgesetz gilt uneingeschränkt für alles Wasser, wo es sich auch befindet. Oder ein anderes Beispiel: »Erhitzte Stoffe dehnen sich aus.« Auch dieser Grundsatz gilt uneingeschränkt, überall und zu jeder Zeit. Erhitzt man ein Stück Stahl, so wird es sich ausdehnen, gleichgültig, ob der Versuch in China, England oder Indien vorgenommen wird. Bei der Wärmeausdehnung fester Stoffe handelt es sich eben um ein allgemeingültiges Naturgesetz.

Ein ebenso universelles Gesetz ist es aber auch, dass jeder Eindruck, der auf Ihr Unterbewusstsein wirkt, in Zeit und Raum Ausdruck findet als Umweltbedingung, Erfahrung und Ereignis.

Ihr Gebet wird erhört, weil es sich bei ihrem Unterbewusstsein um ein universelles Prinzip handelt, wobei »Prinzip« den Grund und die Art einer bestimmten Funktion bedeutet. So ist es zum Beispiel das Prinzip der Elektrizität, dass sie vom höheren zum niedrigeren Kraftfeld strömt. Wenn Sie elektrischen Strom nutzen, so bleibt dies ohne Einfluss auf das grundlegende Prinzip – wohl aber ermöglicht dieses Eingehen auf die Natur und ihre Nutzung fantastische Entdeckungen und Erfindungen, die der ganzen Menschheit zugutekommen.

Auch bei Ihrem Unterbewusstsein handelt es sich um ein universelles Prinzip; es funktioniert nach dem Gesetz des Glaubens. Sie müssen wissen, was Glaube ist, wie er wirkt und was er bewirkt. Die Bibel drückt es in einfachen, klaren und schönen Worten aus: »*Wahrlich, ich sage euch: Wer zu diesem Berg sagt: ›Heb dich hinweg und stürze dich ins Meer!‹, und*

nicht zweifelt in seinem Herzen, sondern glaubt, dass alles geschieht, was er sagt, dem wird es geschehen. Darum sage ich euch: Alles, worum ihr betet und bittet – glaubt nur, dass ihr es schon erhalten habt, dann wird es euch zuteil.» (Markus 11,23 f.)

Das Gesetz des menschlichen Geistes ist das Gesetz des Glaubens. Das bedeutet, an die Funktionsweise des Geistes zu glauben und auch an den Glauben selbst. Was Sie glauben, ist nichts anderes, als was Sie denken – darin liegt das Geheimnis.

Was immer Sie erleben und tun, alle Ereignisse und Umstände Ihrer Existenz sind Reaktionen des Unterbewusstseins auf Ihre Gedanken.

Nicht der Inhalt Ihres Glaubens also, sondern das bloße Vorhandensein dieses Glaubens in Ihrem Geist ist es, was diese Wirkungen hervorruft. Befreien Sie sich von falschen Überzeugungen und Meinungen, von Aberglauben und den grundlosen Ängsten, die die Menschen quälen. Beginnen Sie stattdessen, an die unveränderbaren Wirklichkeiten und Wahrheiten des Lebens zu glauben. Dann wird Sie Ihr Weg voran, nach oben und zu Gott führen.

Jeder Mensch, der dieses Buch liest und die Prinzipien des Unterbewusstseins anwendet, wird für sich und andere wissenschaftlich fundierte und wirksame Gebete formulieren können. Auch Ihre eigenen Gebete werden nach dem Gesetz von Ursache und Wirkung, Aktion und Reaktion verwirklicht werden. Der Gedanke ist der Beginn der Tat. Und das Ereignis ist nichts anderes als die Reaktion Ihres Unterbewusstseins auf die Art Ihres Gedankens. Vertrauen Sie Ihren Vorstellungen von Harmonie, Gesundheit, Glück und Erfolg – und Ihr Leben verändert sich von Grund auf.

*Ihr Unterbewusstsein reagiert auf die Inhalte Ihres Geistes.
Das entsprechende Ergebnis wird sich einstellen, gleichgültig*

tig, ob Sie einem wahren Glauben oder einem Irrglauben anhängen. Betrachten Sie Ihren Glauben als eine geistige Wirklichkeit, und alles andere ergibt sich von selbst. Sie können sich selbst neu erschaffen, indem Sie Ihrem Unterbewusstsein eine neue Blaupause unterlegen.

Die Dualität des Geistes

Zwar stellt Ihr Geist eine Einheit dar, aber er erfüllt, wie heute den meisten Menschen bekannt, zwei völlig verschiedene Funktionen. Darum weist er zwei völlig unterschiedliche Bereiche mit eigenen, unverwechselbaren Funktionen und Kräften auf. Die Existenz dieser beiden getrennten Bereiche findet in vielen gängigen und wissenschaftlichen Bezeichnungen Ausdruck. So unterscheidet man zwischen dem Bewusstsein und dem Unterbewusstsein, dem objektiven und dem subjektiven Geist, der rationalen und gefühlsbetonten Funktionsebene, dem wachen und dem schlafenden Geist, dem Oberflächen-Selbst und dem Tiefen-Selbst, dem willkürlichen und dem unwillkürlichen Geist und vielem anderen mehr. In dem vorliegenden Werk haben wir uns für die Verwendung der Begriffe »Bewusstsein« und »Unterbewusstsein« entschieden.

Das Bewusstsein und das Unterbewusstsein

Die unterschiedliche Funktion dieser beiden Bewusstseinsphären wird am deutlichsten, wenn wir den menschlichen Geist mit einem Garten vergleichen. Sie selbst sind der Gärtner und säen die Keime Ihrer Gedanken in den fruchtbaren Boden Ihres Unterbewusstseins. Die Art und Qualität Ihres Samens hängt von Ihren Denkgewohnheiten ab; denn was immer Sie

Die Schatzkammer in Ihrem Inneren

Ihrem Unterbewusstsein einpflanzen, wird wachsen und entweder in Ihrem Körper oder in Ihrer Umwelt Gestalt annehmen.

Sie sollten deshalb sofort beginnen, Ihrem Unterbewusstsein Bilder des Glücks, der Zufriedenheit und des Wohlstands anzubieten. Durchdenken Sie dies in Ruhe und stellen Sie sich alles mit Ihrem bewussten Verstand als bereits verwirklicht vor. Senken Sie diese Gedanken gleichsam als Samen unablässig in den Nährboden Ihres Unterbewusstseins, und Sie werden das fantastische Resultat erhalten. Das Unterbewusstsein lässt sich mit einem fruchtbaren Humusboden vergleichen, in dem alle Samen, ob gute oder schlechte, kräftig wachsen. *Erntet Ihr Trauben vom Dornbusch oder Feigen von Disteln?* Jeder Gedanke ist eine Ursache, und jeder innere oder äußere Umstand eine Wirkung. Um Ihr Leben so zu beeinflussen, wie Sie es sich wünschen, müssen Sie deshalb uneingeschränkt über Ihre Gedanken herrschen können. Sobald Sie richtig denken und die Wahrheit begreifen gelernt haben und wenn die in Ihrem Unterbewusstsein verankerten Gedanken positiv, harmonisch und glücklich sind, wird die magische Kraft Ihres Unterbewusstseins zur Geltung kommen und angenehme, erfolgreiche Lebensbedingungen schaffen. Alles wird sich zum Besten verändern. Sobald Sie Ihre Gedanken unter Kontrolle gebracht haben, können Sie die Kräfte Ihres Unterbewusstseins zur Lösung jedes Problems und aller Schwierigkeiten einsetzen. Sie werden sich mit der unvorstellbar großen Kraft und dem wirklichen Gesetz verbünden, das den Kosmos regiert.

In welchem Teil der Welt Sie sich auch befinden, blicken Sie um sich, und Sie werden feststellen, dass die meisten Menschen ein Leben führen, das auf Oberflächlichkeiten beschränkt ist. Nur wenige widmen sich den seelischen und geistigen Vorgängen in ihrem Inneren. Denken Sie immer daran, dass es Ihr Innenleben ist – also Ihre Gedanken, Gefühle und

Vorstellungen –, das die äußere Welt kreiert. Genau deshalb ist das Unterbewusstsein die einzige schöpferische Macht, und was immer in der Welt unserer Sinne vorkommt, wurde – bewusst oder unbewusst – durch die Energie des Geistes und insbesondere des Unterbewusstseins geschaffen.

Das Verstehen der Wechselwirkungen zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein wird es Ihnen deshalb ermöglichen, Ihr ganzes Leben von Grund auf zu verändern. Um die äußeren Lebensumstände zu beeinflussen, müssen Sie zunächst auf ihre Ursachen einwirken. Die meisten Menschen versuchen, äußere Umstände mit äußeren Mitteln zu verändern. Um aber Ärger, Unsicherheit, Entbehrungen und alles andere, was Ihr Lebensgefühl beeinträchtigt, aus der Welt zu schaffen, müssen Sie das Problem an der Wurzel packen, das heißt: Ihr bewusstes Denken völlig umstellen und in Ihrer Gedanken- und Vorstellungswelt eine völlig neue Ordnung begründen.

Ihr Unterbewusstsein reagiert mit der Empfindlichkeit eines Seismografen auf jeden Ihrer Gedanken. Das bedeutet, dass die in Ihrem Unterbewusstsein angesiedelte Weisheit, Lebenskraft und Energie durch Ihren bewussten Willen geprägt werden und feste Form erhalten. Sie sind von einem regelrechten Meer unschätzbaren Reichtümers umgeben. Die praktische Anwendung der in diesem Buch vorgestellten Prinzipien des menschlichen Geistes wird Ihr ganzes Leben verwandeln: Luxus statt Mangel, Einsicht und Wissen statt Unsicherheit und Aberglauben, Balance statt schmerzvoller Unruhe. Sie werden Freude statt Leid, Licht statt Dunkelheit, Einigkeit statt Streit, Zuversicht und Selbstvertrauen statt Furcht und Zweifel, Erfolg statt Misserfolg und die Befreiung von der Diktatur des Durchschnittlichen erleben. Vom geistigen, seelischen und materiellen Blickwinkel aus gesehen gibt es kein größeres Glück. Die meisten großen Wissenschaftler, Künstler, Dichter, Sänger,



Joseph Murphy

Die Macht Ihres Unterbewusstseins

Das Original

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 320 Seiten, 13,5 x 21,5 cm
ISBN: 978-3-424-20166-6

Ariston

Erscheinungstermin: Juni 2016

Dr. Joseph Murphy gilt als Wegbereiter des positiven Denkens, seine Bücher haben sich millionenfach verkauft. Sein vor 50 Jahren erschienener Weltbestseller *Die Macht Ihres Unterbewusstseins* hat bis heute nichts an Aktualität verloren. Denn unser Unterbewusstsein ist weitaus mächtiger, als wir annehmen – in ihm liegt der Schlüssel zum Glück. Unsere eigenen Gedanken entscheiden über Erfolg oder Niederlage, und nur wer in der Lage ist, sein Unterbewusstsein positiv zu beeinflussen, kann Schwächen in Stärken umwandeln und Herausforderungen mit Zuversicht meistern.

 [Der Titel im Katalog](#)