



Leseprobe

Dr. Joseph Murphy

Entfesseln Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins

52 Affirmationen - Die
Essenz des Weltbestsellers

Bestellen Sie mit einem Klick für 11,00 €



Seiten: 112

Erscheinungstermin: 04. März 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Dr. Joseph Murphy
**Entfesseln Sie die Macht
Ihres Unterbewusstseins**

Dr. Joseph
MURPHY

**Entfesseln Sie
die Macht
Ihres Unterbewusstseins**

52 Affirmationen

Die Essenz des Weltbestsellers

Aus dem Amerikanischen
von Elisabeth Schmalen

ARISTON 

Inhalt

Einleitung.....	11
-----------------	----

Teil 1:

Grundlagen der Affirmation

Bewusstsein und Unterbewusstsein	16
Wie Affirmationen funktionieren.....	19
Religiöse Überzeugungen spielen keine Rolle....	20
Von der Macht und Notwendigkeit des Glaubens.....	22
Durch Affirmationen Glauben erzeugen.....	23
Wie Affirmationen wirken.....	24
Wie Sie bessere Ergebnisse erreichen.....	27

Teil 2:

Affirmationen für jede Woche

Woche 1: Verschaffen Sie sich einen klaren Geist.....	33
Woche 2: Stärken Sie die Macht Ihres Unterbewusstseins	34
Woche 3: Machen Sie Ihr Bewusstsein zum Torwächter	34
Woche 4: Empfangen und verinnerlichen Sie die Wahrheit	35

Woche 5:	Finden Sie Ihre Bestimmung	36
Woche 6:	Empfangen Sie den perfekten Plan . .	37
Woche 7:	Führen Sie ein harmonisches Leben	38
Woche 8:	Schlafen Sie friedlich ein und wachen Sie fröhlich auf	39
Woche 9:	Machen Sie es sich zur Gewohnheit, glücklich zu sein	40
Woche 10:	Erheben Sie Anspruch auf eine bessere Zukunft	41
Woche 11:	Heilen Sie sich selbst	43
Woche 12:	Heilen Sie andere aus der Ferne	44
Woche 13:	Ziehen Sie Geld an	45
Woche 14:	Sichern Sie sich einen stetigen Geldzufluss	46
Woche 15:	Haben Sie Erfolg in allem, was Sie tun	47
Woche 16:	Treffen Sie kluge Finanz- und Investitionsentscheidungen	48
Woche 17:	Erholen Sie sich von einem finanziellen Rückschlag	49
Woche 18:	Finden Sie das ideale Haus oder die ideale Wohnung	50
Woche 19:	Verkaufen Sie Ihr Haus oder andere Besitztümer	51
Woche 20:	Lösen Sie ein Problem	52

Woche 21: Finden Sie verlorene oder verlegte Gegenstände wieder.	53
Woche 22: Treffen Sie eine wichtige oder schwierige Entscheidung.	54
Woche 23: Lieben Sie bedingungslos	55
Woche 24: Vergeben Sie anderen.	56
Woche 25: Wünschen Sie anderen alles Gute . . .	57
Woche 26: Finden Sie Ihren Seelen- verwandten	58
Woche 27: Unterstützen Sie Ihren Partner/ Ihre Partnerin spirituell.	59
Woche 28: Halten Sie Ihre Ehe stark.	60
Woche 29: Lösen Sie sich aus einer schädlichen Beziehung	62
Woche 30: Ziehen Sie einen Schlusstrich	63
Woche 31: Verbessern Sie die Leistung Ihres Gedächtnisses	63
Woche 32: Werden Sie schlechte Angewohnheiten los	64
Woche 33: Werden Sie Ihre schlechte Laune los	65
Woche 34: Überwinden Sie Ihren Neid	66
Woche 35: Überwinden Sie Ihre Faulheit.	68
Woche 36: Verbessern Sie Ihre sportlichen Leistungen	69
Woche 37: Halten Sie selbstbewusst eine Rede . .	70

Woche 38: Verbessern Sie Ihre Lernleistungen . .	71
Woche 39: Arbeiten Sie an Ihrem beruflichen Erfolg	72
Woche 40: Verbessern Sie die Beziehung zu Ihren Kollegen	73
Woche 41: Verbessern Sie das Verhältnis zu Ihrem Chef	74
Woche 42: Bringen Sie Projekte zum Abschluss	76
Woche 43: Glänzen Sie als Lehrer	77
Woche 44: Gründen und leiten Sie ein Unternehmen	78
Woche 45: Schützen Sie Ihr Haus, Ihr Unternehmen und Ihr Eigentum	79
Woche 46: Überwinden Sie irrationale Ängste . .	80
Woche 47: Überwinden Sie Prüfungsangst	81
Woche 48: Bewahren Sie in schwierigen Situationen die Ruhe	82
Woche 49: Beruhigen Sie einen unstillen Geist . .	83
Woche 50: Bleiben Sie jung	85
Woche 51: Verpflichten Sie sich dem positiven Denken	86
Woche 52: Verfassen Sie Ihre eigene Affirmation, die Sie einem negativen oder zerstörerischen Gedanken entgegensetzen wollen	87

Teil 3:
**Weitere Techniken, um Gedanken
im Unterbewusstsein zu verankern**

Die Übertragungsmethode	89
Das wirksame Gebet	92
Die Visualisierungstechnik	94
Die Filmmethode	96
Die Baudouin-Technik	98
Die Schlaftechnik	100
Die »Danke«-Technik	101
Die argumentative Methode	103
Die absolute Methode	105
Die Beschlussmethode	109
Über den Autor	111

Einleitung

Sie haben die unglaubliche Fähigkeit, genau das zu sein, zu tun und zu bekommen, was Sie sich wünschen, vorstellen und tief in sich drin glauben. Doch leider schöpft nur ein kleiner Teil der Menschen dieses Potenzial aus, weil es den meisten nicht gelingt, die Macht des Unterbewusstseins – die göttliche Macht in ihnen und ihrer Umgebung – zu erkennen und einzusetzen.

Das Geheimnis des Erfolgs ist eigentlich gar kein Geheimnis. Es wird seit Tausenden von Jahren praktiziert. Seit jeher sind stets die Menschen am erfolgreichsten, die nicht einfach akzeptieren, was ihnen vorgesetzt wird, sondern sich ein besseres Leben ausmalen und so fest daran glauben, dass sie es tatsächlich herbeiführen – und auf diese Weise ihre Umgebung verändern.

In diesem Buch lernen Sie, wie Sie sich durch Ihre Wünsche, Ihre Vorstellungskraft und Ihren Glauben eine neue Realität schaffen:

- **Teil 1: Grundlagen der Affirmation.** Hier erfahren Sie, wie Sie Gedanken in Ihrem Unterbewusstsein verankern, damit es Wunder wirken und sie in die Realität umsetzen kann, oft mit geringen oder ganz ohne Anstrengungen Ihrerseits.

- **Teil 2: Affirmationen für jede Woche.** Diese 52 Affirmationen ermöglichen es Ihnen, in Ihrem Leben Verbesserungen aller Art herbeizuführen, unter anderem in den Bereichen Gesundheit, materieller Wohlstand, zwischenmenschliche Beziehungen, Ehe und beruflicher Erfolg. Jede Affirmation ist mit einem Kommentar versehen, der einen Bezug zum Alltagsleben herstellt, damit Sie ein klares Bild von der neuen Realität bekommen, die Sie erwartet, und sie schätzen lernen.
- **Teil 3: Weitere Techniken, um Gedanken im Unterbewusstsein zu verankern.** Diese zusätzlichen Methoden ermöglichen es Ihnen, Gedanken in Ihr Unterbewusstsein zu übertragen und Ihren Blick zu schärfen. Je klarer und deutlicher Sie vor sich sehen, wie Sie genau das tun oder bekommen, was Sie sich herbeisehnen, desto sicherer wird sich dieser Wunsch erfüllen.

Dieses Buch wird Ihnen zu einem glücklicheren, reicheren und erfüllteren Leben verhelfen. Wenn Sie die Anweisungen auf den folgenden Seiten befolgen, müssen Sie sich nicht länger als Opfer der Umstände fühlen, sondern können Ihr Schicksal selbst in die Hand nehmen. Sie werden entdecken, wie Sie die Kraft Ihrer Gedanken und die endlosen Ressourcen in Ihrer Umgebung dazu

nutzen können, das zu sein, zu tun und zu bekommen,
was Sie sich wünschen, vorstellen und glauben.

Teil 1: Grundlagen der Affirmation

Warum ist ein Mensch traurig und ein anderer glücklich? Warum ist ein Mensch fröhlich und wohlhabend, ein anderer hingegen arm und trübsinnig? Warum ist ein Mensch ängstlich und nervös, ein anderer von Vertrauen und Zuversicht erfüllt? Warum nennt ein Mensch ein schönes, luxuriöses Heim sein Eigen, während ein anderer ein kärgliches Dasein fristet? Warum steht ein Mensch als großer Gewinner da, während sich ein anderer als totaler Versager fühlt? Warum ist ein Redner mitreißend und wird von allen gefeiert, während ein anderer nur Mittelmaß und eher unbeliebt ist? Warum gilt ein Mensch als Genie in seinem Bereich, während ein anderer sich sein ganzes Leben lang abmüht, ohne etwas Bedeutendes zu erreichen? Warum wird ein Mensch von einer als unheilbar bezeichneten Krankheit kuriert und ein anderer nicht? Warum erleben so viele gütige, gläubige Menschen die Qualen der Verdammnis an Körper und Seele? Warum sind so viele unmoralische und ungläubige Menschen erfolgreich, wohlhabend und erfreuen sich bester Gesundheit? Warum ist eine Frau glück-

