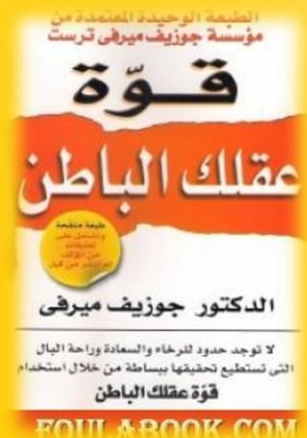


قوة عقلك الباطن

للدكتور: جوزيف ميرفي

عدد الصفحات: ٣٢٦

تلخيص: أنوار الجنفائي



يجمع هذا الكتاب بين الحكمة القديمة والعقل الحديث.

- ١- كيف يحقق هذا الكتاب المعجزات في حياتك ؟
يهدف إلى تعليم تغيير نمط تفكيرك العادي، فشخصيتك تتحدد حيثما ترى نفسك في عقلك الباطن.
- ٢- لماذا يوجد انسان سعيد وآخر شقي و انسان غني وآخر فقير ؟
- ٣- ما هو سبب تأليف هذا الكتاب ؟
هو المحاولة الملحة في الاجابة على الأسئلة المتكررة.
- ٤- تحرير القوة التي تصنع المعجزات ؟
- ٥- تحدث المعجزات عندما تصلي بصدق ؟

يشبه الكاتب قوة العقل الباطن بالمغناطيس الذي يستطيع أن يرفع أثقالا أضعاف حجمه بينما اذا نزعت قوة المغناطيس فلا يستطيع حمل ريشة.

بعض الناس به قوة المغناطيس من حيث تقديره للذات وإنه خلق للإبداع و النجاح. البعض الآخر ليس بداخله تلك القوه فليديه الشكوك والخوف.



١- السر الأعظم لكل العصور

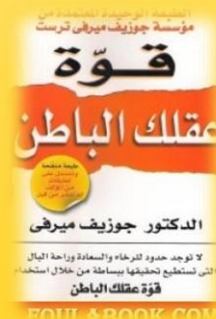
هو تلك القوة العجيبة الموجودة في عقلك الباطن التي تحقق المعجزات.

٢- القوة المدهشة لعقلك الباطن

تستطيع في حياتك أن تحقق الثروة والصحة والسيادة من خلال الوصول لقوة العقل الباطن وأنت لست بحاجة لاكتساب هذه القوة، فأنت بالفعل تمتلكها ولكن عليك أن تتعلم كيف تستخدمها، وهذا الكتاب يساعدك على ذلك.

٣- ضرورة وجود أساس عمل

المقصود هنا المبادئ التي يعمل بها عقلك الباطن.



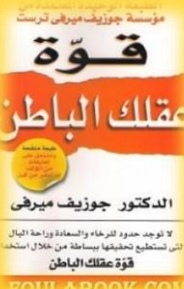
٤- ازدواجية العقل

كل انسان يمتلك عقل واحد وكل عقل له وظيفتان اختلفت تسميات الوظيفتان حيث سميت ب :
العقل الظاهري و العقل الداخلي / العقل الواعي والعقل الباطن / العقل الأنثوي والعقل الذكوري
في هذا الكتاب استخدم الكاتب لفظي: العقل الواعي والعقل الباطن.

٥- العقل الواعي والعقل الباطن

تخيل أن العقل الباطن كأرض خضراء و تربة خصبة تساعد البذور على النمو، ابدأ في زرع بذور النجاح والتألق لتجني ثمارها.

نقل الكاتب قصة **المغني الأوبرالي « انريكو كاروسو »** الذي استطاع من خلال تحكمه في عقله الباطن من السيطرة على الوضع والدخول على خشبة المسرح من جديد وقهره للخوف.



٦-الاختلافات البارزة وطرق التشغيل

قائد السفينة هو ربانها و قراراته تنفذ، فعقلك الواعي هو الربان وقراراته تنفذ والعقل الباطن يتلقى الأوامر و ينفذها دون الشك بها.

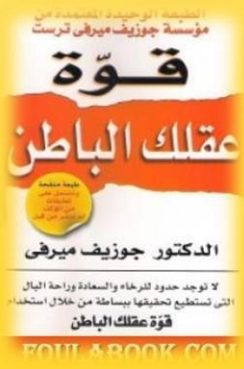
٧-كيف استجاب عقلها الباطن؟

يحكي الكاتب قصة امرأة في سن ال٧٥ رحل أبنائها و حياتها تخلو من البهجة، لكنها استعادت الشعور بالأمل من الصلاة و تزوجت من جديد.



٨- أفكار تستحق التذكر

- * الكنز بداخلك فابحث عن السر العظيم الموجود بداخلك.
- * عقلك الباطن لديه الحل لجميع المشاكل.
- * عقلك الباطن هو المسئول عن أجهزة الجسم.
- * كل فكر هو في ذاته سبب و كل ظرف هو أثر ونتيجة.



طريقة عمل عقلك

قانون عقلك هو أنك سوف تحصل على استجابة من عقلك الباطن نتيجة لما تحتفظ به في عقلك الواعي.

١- الفروق بين العقل الواعي والباطن

العقل الباطن لا يمتنع الأشياء ولا يجادل فيها.
عقلك الباطن لا ينشغل في معرفه ما إذا كانت معلوماتك صالحه أو طالحه.

٢- تجارب علماء النفس

أثبتت التجارب على أشخاص في حالة تنويم مغناطيسي أن العقل الباطن سيتقبل أي افتراضات.



٣- توضيح مفاهيم العقل الظاهري و الداخلي

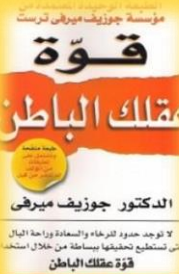
تكتسب المعرفة بالحواس، و العقل الباطن يتعلم بالتجريب وأفضل وظيفة للعقل الظاهري التفكير

*عقلك الباطن لا يستطيع أن يستخدم المنطق كالعقل الواعي، فلو أعطيته افتراضات خطأ سيقبلها كشيء حقيقي.

إذا كانت أفكارك تتسم بالإيجابية، فعقلك الباطن سيستقبلها بإيجابيه، أما لو خوف فينعكس ذلك على العقل الباطن.

٤- القوة الرهيبه الكامنة في الإيحاء:

إن وظيفة العقل الواعي هي حماية عقلك الباطن من الانطباعات الخادعة.



٥- معنى الإيحاء

هو سلوك يستهدف وضع شيء ما في ذهن أحد الأشخاص.

٦- كيف فقد ذراعه؟

يحكي الكاتب قصة رجل اصطدمت سيارته بسيارة أخرى فكانت النتيجة بتر يد الرجل الذي تمنى أن تبتر يده مقابل أن تشفى ابنته من مرض مزمن وفعلا بعد أن بترت يده تم شفاء ابنته.

٧- كيف يطرد الإيحاء الذاتي المخاوف؟

الإيحاء الذاتي هو إيحاء الشخص لنفسه بفكرة محددة .

يحكي المؤلف قصة مغنية شابة موهوبة كانت قد فشلت فشلا ذريعا أمام أحد المخرجين فأصابها الخوف ونتيجة للإيحاء الذاتي استطاعت أن تتغلب على الخوف بعد ممارسة الإيحاء بشكل يومي.



٨- كيف استعادت ذاكرتها:

يحكي الكاتب قصة امرأه في الـ ٧٥ من عمرها استطاعت إعادة الذاكرة من خلال الإيحاء الذاتي.

٩- كيف تغلب على حدة الطبع؟

يحكي الكاتب قصة رجل كان عصبي دائما وحاد المزاج وبعد شهر من الإيحاء الذاتي انبهرت زوجته وزملائه بالتغيير للأحسن.

١٠- بعض التعليقات حول الإيحاء الخارجي

الإيحاء الخارجي: هو الذي يأتي من شخص آخر حيث يستخدم في التدريب على ضبط النفس و السيطرة على أنفسنا، ويستغل أيضا في قيادة الآخرين الذين لا يعرفون قوانين العقل والسيطرة.



١١- هل قبلت بأي من هذه؟

قابل بعضنا في الطفولة بعض الايحاءات السلبية مثل «أنت لا تستطيع» «لا تفعل ذلك» «أنت فاشل».

١٢- أنت تستطيع ابطال الايحاءات السلبية.
اكبح اتجاه الايحاءات السلبية التي يطلقها الناس تجاهك.

١٣- كيف قتل الإيحاء رجلا؟

يحكي الكاتب قصة رجل سافر عند عرافة كبيرة في الهند فقالت له أن قلبه ضعيف و سيموت عند اكتمال البدر فاقتنع بكلامها : و بعد أن كان رجل متفائلا أصبح قعيدا حزينا، ففي الوقت التي حددته العرافة حدثت له أزمة قلبيه ومات دون معرفه السبب.

١٤- قوة المقدمة المنطقية الكبرى:

يحكي الكاتب قصة أستاذ جامعة كان يشكو دائما من الفوضى ونتيجة للإحباط تغيرت حياته للأفضل.

١٥- عقلك الباطن لا يجري مناقشات جدالية.

إذا أردت العقل الباطن أن يعمل من أجلك عليك أن تعطيه الطلب السليم حيث أنه يعمل من أجلك و يتحكم في دقائق قلبك.



قدرة عقلك الباطن على صنع المعجزات:

يحكي الكاتب قصة طبيب اسكتلندي يعمل في البرتغال عام ١٨٥٠ أجرى حوالي ٤٠٠ عملية جراحية و كل العمليات تمت تحت تأثير التخدير الذهني.

عقلك الباطن هو كتاب حياتك

*قبل توجهك للنوم أبلغ عقلك الباطن بطلب محدد واثبت لنفسك قدرتك على صنع المعجزات.

*أيا كان الشيء الذي يترك انطباع في عقلك الباطن فإنه يظهر على شاشة الأحداث والتجارب التي تمر بك ولذلك يتعين عليك مراقبة كل الأفكار التي تدخل لعقلك الباطن.

