Dr JOSEPH MURPHY

LA PUISSANCE DE VOTRE SUBCONSCIENT

Le secret d'une force prodigieuse à votre portée

LES ÉDITIONS DE L'HOMME

TABLE DES MATIÈRES

Préface 9

Introduction 11

1. Le trésor qui est en vous 21
2. Le mécanisme de votre esprit 35
3. La puissance miraculeuse de votre subconscient 55
4. Les guérisons par l'esprit dans l'Antiquité 67
5. Les guérisons par l'esprit dans les temps modernes 81
6. Les techniques de guérison mentale 93
7. Le subconscient tend vers la vie 111
8. La voie vers la réussite 119
9. Le subconscient, la voie vers la richesse 129
10. Le droit à la richesse 139
11. Le subconscient, l'auxiliaire du succès 151
12. Les savants recourent au subconscient 165
13. Le subconscient et les merveilles du sommeil 177
14. Le subconscient et les problèmes conjugaux 189
15. Le subconscient et le bonheur 203
16. Le subconscient et les relations harmonieuses 213
17. Le subconscient, un outil de pardon 229
18. Le subconscient, un outil pour supprimer les blocages mentaux . . . 245
19. Le subconscient, un outil pour vaincre la peur 259
20. Le subconscient, un outil pour rester jeune d'esprit 275

Au sujet de l'auteur 292

INTRODUCTION

Ce livre peut accomplir des miracles

J'ai assisté à des miracles qui ont transformé des hommes et des femmes dans tous les milieux et dans le monde entier. Des miracles s'accompliront pour vous aussi – lorsque vous vous mettrez à exploiter la puissance magique de votre subconscient. Ce livre vous apprendra que votre manière de penser et vos images mentales façonnent votre destinée ; *un homme est ce qu'il est en fonction de ce qu'il pense en son cœur*.

Pouvez-vous répondre à ces questions ?

Pourquoi un homme est-il triste tandis qu'un autre est heureux ? Pourquoi celui-ci est-il joyeux et prospère alors que celui-là est déprimé et malheureux ? Pourquoi cet homme est-il craintif et anxieux alors que cet autre est plein de foi et de confiance ? Pourquoi cet homme-ci a-t-il un foyer luxueux tandis que cet homme-là vit une existence misérable dans un taudis ?

Pourquoi tel homme connaît-il une grande réussite et tel autre un échec complet ? Pourquoi un orateur a-t-il un immense succès alors qu'un autre demeure médiocre et impopulaire ? Pourquoi un homme brille-t-il dans sa profession ou son métier tandis qu'un autre bûche et lutte toute sa vie sans rien accomplir de valable ?

Pourquoi un homme guérit-il d'une maladie prétendue incurable et pourquoi un autre meurt-il victime de la même maladie ?

Comment se fait-il que tant de gens bons et pieux endurent des tortures de damnés dans leur esprit et dans leur corps ? Pourquoi tant de personnes immorales et irrévérencieuses connaissent-elles réussite et prospérité dans leurs entreprises, tout en jouissant d'une excellente santé ? Pourquoi une femme est-elle heureuse en ménage tandis que sa sœur est perpétuellement insatisfaite et frustrée ?

Existe-t-il des réponses à toutes ces questions grâce aux mécanismes de votre esprit conscient et subconscient ?

Très certainement.

La raison d'être de ce livre

C'est le besoin de répondre aux questions posées précédemment et à bien d'autres de même nature qui, après que je les aie clarifiées, m'a poussé à écrire ce livre. Je me suis efforcé d'expliquer les grandes vérités fondamentales de votre esprit dans le langage le plus clair possible. Je crois qu'il est parfaitement possible d'expliquer les lois fondamentales de la vie et celles de votre esprit dans les mots de tous les jours. Vous verrez que le style de ce livre est semblable à celui de votre journal, de vos périodiques, à celui dont vous vous servez au bureau, ou chez vous dans vos activités professionnelles et au cours de vos tâches quotidiennes.

Je vous incite à étudier ce livre et à mettre en application les techniques qu'il expose ; si vous le faites, je suis absolument convaincu que vous maîtriserez une puissance miraculeuse qui vous sortira du désarroi, de la souffrance, de la mélancolie et de l'échec pour vous guider jusqu'à votre vraie place, pour résoudre vos difficultés, pour vous libérer des servitudes émotionnelles et physiques, pour vous mettre sur la route royale de la liberté, du bonheur et de la paix de l'esprit.

Le pouvoir miraculeux de votre subconscient vous guérira de votre maladie et vous rendra la vie et la force. En apprenant à vous

servir de vos possibilités intérieures, vous allez ouvrir la porte de la prison de la crainte et entrer dans une vie décrite comme étant celle de la « glorieuse liberté des enfants de Dieu ».

Libérer la puissance miraculeuse

Une guérison personnelle sera toujours le témoignage le plus convaincant de nos possibilités subconscientes. Il y a plus de quarante ans, j'ai résorbé une tumeur maligne – en terminologie médicale cela s'appelle un « sarcome » – grâce à la puissance curative de mon subconscient, qui m'a créé et qui soutient et gouverne toujours mes fonctions vitales.

La technique que j'appliquai est expliquée dans ce livre et je suis assuré qu'elle aidera d'autres personnes à faire confiance à la même Puissance curative infinie qui gît dans les profondeurs subconscientes de tous les hommes. Grâce aux bons offices d'un ami médecin, je pris soudain conscience qu'il était naturel que je compte sur l'Intelligence créatrice qui a conçu tous mes organes, formé mon corps et qui fait battre mon cœur, pour qu'elle guérisse sa propre créature. Un antique proverbe dit : « Le médecin panse la plaie et Dieu la guérit. »

La foi déplace les montagnes

La prière scientifique est l'interaction harmonieuse des niveaux conscient et subconscient de l'esprit, qu'elle oriente dans une direction spécifique. Le présent ouvrage vous enseignera le moyen scientifique de vous brancher sur la puissance infinie qui est en vous, d'obtenir ainsi ce que vous voulez vraiment. Vous désirez une vie plus heureuse, plus pleine et plus riche ? Commencez à vous servir de cette puissance miraculeuse pour aplanir votre chemin dans vos

affaires quotidiennes, pour résoudre vos problèmes professionnels et pour établir l'harmonie dans vos rapports familiaux.

Ayez bien soin de lire ce livre plusieurs fois. Vous apprendrez comment agit cette merveilleuse puissance, et comment vous pouvez extérioriser l'inspiration et la sagesse qui sont en vous. Apprenez les techniques simples qui permettent d'impressionner le subconscient. Recourez à ce nouveau moyen scientifique pour accéder au trésor infini. Lisez ce livre attentivement, sérieusement, avec amour. Expérimentez la façon étonnante dont il peut vous aider. Il peut être, et je crois qu'il sera, le tournant de votre vie.

Tout le monde prie

Savez-vous prier efficacement ? Depuis combien de temps ne priez-vous plus chaque jour ? En période de crise, face au danger ou aux difficultés, dans la maladie et lorsque la mort menace, vous priez, pour vous et vos amis.

Écoutez le bulletin de nouvelles chaque jour, vous y verrez que des prières sont dites parfois dans le pays tout entier pour un enfant atteint d'une maladie dite incurable, pour la paix des nations, pour un groupe de travailleurs coincés dans une mine inondée. Plus tard, lorsqu'ils seront sauvés, ces mineurs diront avoir prié en attendant leurs sauveteurs ; de même, un pilote d'avion déclarera que c'est en priant qu'il aura pu atterrir malgré le danger.

Assurément, la prière est un secours toujours accessible lorsqu'un danger se manifeste ; mais vous n'avez pas à attendre le danger ou les difficultés pour faire de la prière une partie intégrante et constructive de votre vie. Les exaucements spectaculaires de la prière sont relatés dans les journaux et témoignent de son efficacité. Mais que dire des humbles prières des enfants, des simples actions de grâces à la table familiale et des dévotions des fidèles qui ne cherchent que la communion avec Dieu ?

Mon activité parmi les hommes m'a amené à étudier diverses approches de la prière. J'en ai fait l'expérience dans ma propre vie et j'ai travaillé avec bien des gens qui ont, eux aussi, bénéficié de l'aide de la prière. Il est souvent malaisé de dire aux autres comment prier. Ceux qui sont dans la peine ont du mal à penser et à agir raisonnablement. Ils ont besoin d'une formule facile à suivre, d'un prototype pratique, simple et spécifique. Souvent il faut les guider afin qu'ils abordent leur difficulté convenablement.

La prière quotidienne

La singularité de ce livre réside dans le fait que ce qu'il enseigne est absolument pratique. On vous présente ici des techniques et des formules simples, opérantes, que vous pouvez facilement appliquer dans votre univers quotidien. J'ai enseigné ces méthodes simples à des hommes et à des femmes du monde entier.

Cet ouvrage vous montrera la raison pour laquelle, souvent, vous obtenez le contraire de ce pour quoi vous avez prié. Des gens de tous les coins du monde m'ont demandé des milliers de fois : « Pourquoi, ayant tant et tant prié, n'ai-je pas été exaucé ? » Dans ce livre vous en découvrirez la raison. Grâce aux multiples moyens qu'il propose pour impressionner le subconscient et obtenir les bonnes réponses, ce livre acquiert sa valeur d'auxiliaire toujours présent au moment de l'affliction.

Que croyez-vous ?

Ce n'est pas la chose en laquelle on croit qui apporte l'exaucement ; la réponse à la prière résulte du fait que le subconscient répond à l'image mentale, c'est-à-dire à la pensée qui est entretenue dans l'esprit. Cette loi de la croyance agit dans toutes les religions du

monde ; c'est la raison pour laquelle elles sont psychologiquement vraies.

Le bouddhiste, le chrétien, le musulman et le juif peuvent tous obtenir des réponses à leurs prières, non pas à cause d'un credo particulier, d'une religion, de rites, de formules, de liturgies, d'incantations, de sacrifices ou d'offrandes, mais uniquement à cause de leur croyance, de leur acceptation mentale, de leur réceptivité face à la prière.

La loi de la vie est une loi de croyance, et la croyance peut se résumer brièvement ainsi : c'est la pensée qu'entretient votre esprit. La condition de l'esprit et du corps d'un homme est fonction de ce qu'il pense, sent et croit. Une technique, une méthode fondée sur la compréhension de ce que vous faites et de pourquoi vous le faites vous aidera à provoquer la manifestation subconsciente de toutes les bonnes choses de la vie. Essentiellement, la prière exaucée est la réalisation du désir de votre cœur.

Le désir est une prière

Chacun désire la santé, le bonheur, la sécurité, la paix de l'esprit et l'épanouissement, mais beaucoup ne parviennent pas à des résultats bien définis. Un professeur de faculté m'avouait tout récemment : « Je sais que si je changeais mes prototypes mentaux et donnais une nouvelle direction à ma vie émotionnelle, mes ulcères disparaîtraient, mais je ne connais pas, pour cela, de technique, de méthode, de *modus operandi*. Mon esprit erre dans tous les sens sur mes problèmes et je me sens frustré, vaincu et malheureux. »

Ce professeur désirait la santé parfaite, il avait besoin de connaître les mécanismes de son esprit afin d'être à même de réaliser son désir. En pratiquant les méthodes curatives indiquées dans ce livre, il se rétablit parfaitement.

Il y a un esprit commun à tous les hommes (Emerson)

Les pouvoirs miraculeux du subconscient existaient avant que nous ne fussions nés, vous et moi, avant que n'existât aucune église et aucun monde. Les grandes vérités éternelles et les grands principes de la vie précèdent toute religion. C'est en pensant à cela que je vous inciterai, dans les pages qui suivent, à prendre possession de cette puissance merveilleuse, magique et transformatrice qui guérira vos plaies mentales et physiques, qui proclamera la liberté de ceux qui ploient sous la peur et qui vous délivrera complètement des limitations de la pauvreté, de l'échec, de la misère, de la souffrance et de la frustration.

Tout ce que vous avez à faire, c'est de vous unir mentalement et émotionnellement au bien que vous désirez incarner ; les puissances créatrices de votre esprit subconscient répondront en conséquence. Commencez maintenant, aujourd'hui même, et laissez les miracles s'accomplir dans votre vie ! Et persévérez, persévérez jusqu'à ce que le jour se lève et que les ombres disparaissent.

Votre subconscient est une chambre noire

Si vous désirez des changements dans votre vie, il faut absolument que vous transformiez votre esprit. Non pas celui qui est habituellement aux commandes, mais votre « sub-esprit », c'est-à-dire l'univers souterrain qu'est votre subconscient.

Votre subconscient est une grande chambre noire. C'est l'endroit secret où votre vie s'élabore, se forme et se transforme.

Par conséquent, ce n'est ni votre nom, ni vos manières ou votre habillement, ni vos parents, votre voisinage ou l'automobile que vous conduisez qui vous définissent. *Vous êtes la somme de vos croyances qui s'élaborent image par image, dans l'ombre et la lumière, au cœur de votre chambre noire souterraine.* D'un point de vue moral,

votre subconscient est totalement neutre. En effet, il considère chaque habitude comme étant acceptable, peu importe ce que vous et votre entourage en pensez. Souvent, nous déversons allégrement des pensées noires dans notre subconscient, notre chambre noire toute personnelle, et nous sommes surpris de constater que ces pensées se reflètent constamment dans notre vie et nos relations. En réalité, il est rare que quelque chose se manifeste sans que nous n'ayons contribué à le créer d'abord en pensée.

Pour arriver à transformer votre vie, il faut à tout prix que vous changiez votre état d'esprit… en partant de l'intérieur vers l'extérieur. Si vous acceptez ce concept de chambre noire, vous ne serez pas émotionnellement impliqué dans le processus et vous arriverez à transformer votre vie assez facilement. Cela ne demande pas un effort démesuré que de remplacer des images qui habitent votre esprit par d'autres. Cette nouvelle compréhension peut marquer le début d'une série de changements positifs qui s'effectueront aisément.

Vous serez peut-être surpris d'apprendre que toutes les croyances et les tendances qui étaient présentes à votre naissance sont encore en vous et qu'elles ont le pouvoir de se manifester et de vous influencer. Chacun de nous entretient des pensées et des croyances dont il ne se souvient plus depuis longtemps et qui plongent parfois leurs racines jusque dans l'enfance. Elles sont tapies dans les recoins les plus obscurs de notre chambre noire subconsciente. Cette prise de conscience devrait vous inciter à éprouver un respect des plus bénéfiques pour vos pensées.

Par exemple, si vous êtes convaincu que le fait de vous asseoir près d'un ventilateur vous donne le torticolis, votre inconscient s'assurera que vous en souffrirez chaque fois que vous serez à proximité d'un ventilateur. Et ce ne sera pas cet appareil qui sera à blâmer, mais bien plutôt vos croyances erronées, car le ventilateur occasionne simplement une accélération des molécules d'air qui oscillent à une fréquence plus élevée. En Inde, j'ai vu des per-

sonnes travailler toute la journée sous un ventilateur sans que cela les affecte le moins du monde. Le ventilateur ne peut en soi causer aucun tort. Voici un autre exemple : si vous avez peur d'attraper un rhume parce qu'un collègue renifle, votre peur s'imprégnera dans votre subconscient, qui réagira à vos pensées, et vous l'attraperez effectivement. Vous remarquerez que certaines personnes qui travaillent dans le même bureau que vous n'en souffriront pas, tout simplement parce qu'elles ont la conviction qu'elles sont à l'abri. Elles croient en la santé parfaite.

Job n'a-t-il pas dit : *Ce que j'ai le plus redouté m'est arrivé.*

D'où croyez-vous que provient le pouvoir de guérison ? De ce même esprit subconscient. Si vous remplissez votre chambre noire intérieure de pensées positives, elles se refléteront dans la réalité. Votre subconscient acceptera les vérités que vous lui proposez, vous accordant la guérison et vous apportant la paix, si telles sont les pensées que vous accueillez dans votre esprit. La pomme que vous avez mangée se transforme en éléments nutritifs qui circulent dans votre système sanguin ; et c'est exactement de la même manière que vos pensées se manifestent votre vie. Vous avez appris à marcher, à nager, à danser ou à jouer du piano de cette manière. Une pensée vous habite sans arrêt et, après un certain temps, cela devient comme une seconde nature. Comme la prière, cette forme de pensée est conforme à un principe supérieur. Ce n'est pas l'essence telle que vous la prenez à la pompe qui fait rouler votre auto : il faut qu'elle soit à l'état gazeux avant d'être utilisable par le moteur. Le même processus s'applique à votre esprit : il doit d'abord se transformer avant que votre vie puisse prendre le bon tournant.

Le subconscient n'est pas seulement le siège de la guérison, mais également celui de l'abondance. Si vous voulez devenir riche, semez d'abord dans votre subconscient la notion de richesse.

Lorsque vous vous familiariserez avec les lois de l'esprit, vous commencerez à comprendre, puis vous serez profondément

convaincu que, peu importe la situation économique, les fluctuations de la bourse, les grèves, la guerre ou les situations, vous recevrez tout ce dont vous avez besoin et plus encore. Pourquoi ? Parce que vous aurez imprimé dans votre subconscient, dans votre chambre noire intérieure, l'image de l'abondance et de la richesse, c'est ce qui se manifestera dans votre vie. Vous aurez convaincu votre esprit secret que l'argent circulera librement dans votre vie et que vous en aurez en surplus. Même si le gouvernement faisait faillite et que vous perdiez tous vos avoirs, vous attirerez quand même la richesse et vous ne manquerez de rien.

Votre chambre noire intérieure regorge d'idées géniales, aussi, vous n'avez pas à vous faire de soucis, de nouvelles surgiront lorsque vous en aurez besoin. Commencez par remplir votre esprit de tout ce que vous croyez vrai, aimable et noble, et ces qualités se manifesteront autour de vous. Souvenez-vous que Dieu a décrété que tout était bon et vous devriez faire de même. Ces affirmations vous inspireront un sain respect pour vos pensées et vous ne serez plus victime des images qui vous hantaient et que vous n'aviez pas conscience de nourrir et d'entretenir.

CHAPITRE 1

Le trésor qui est en vous

Votre subconscient tend naturellement vers le bonheur. C'est avec votre esprit conscient que vous devez travailler. Nourrissez-le d'affirmations qui sont vraies. Votre subconscient réalise toujours vos schémas de pensée habituels.

Des richesses infinies sont là, tout autour de vous, attendant que vous ouvriez votre esprit pour contempler le trésor infini que vous possédez. Il y a en vous une mine d'or d'où vous pouvez extraire tout ce dont vous avez besoin pour vivre dans la joie, la générosité, la plénitude.

Beaucoup demeurent aveugles à cette mine d'or d'intelligence infinie et d'amour sans limites qui est en eux. Vous pouvez tirer de ce trésor tout ce que vous voulez.

Un morceau d'acier magnétisé soulève environ douze fois son propre poids, mais si vous démagnétisez ce même morceau d'acier, il ne pourra pas même soulever un gramme.

De même, il y a deux types d'hommes. Il y a celui qui est « magnétisé », plein de confiance et de foi ; il sait qu'il est né pour gagner et pour réussir. Et puis, il y a les autres, tant d'autres, qui sont « démagnétisés », remplis de craintes et de doutes. Les bonnes occasions se présentent, et ils se disent : « Je pourrais échouer… je pourrais perdre mon argent… les gens se moqueront de moi. » Ces types de personnes n'iront pas bien loin dans la vie parce que, de peur d'avancer, ils feront tout simplement du surplace.

Lorsque vous découvrirez et appliquerez le secret des secrets, vous deviendrez une personne « magnétisée ».

Le secret des secrets

Quel est, à votre avis, ce secret ? Le secret de l'énergie atomique ? de l'énergie thermonucléaire ? de la bombe à neutrons ? des voyages interplanétaires ? Non pas. Alors, quel est ce maître secret ? Où peut-on le trouver et comment s'en servir ?

La réponse est simple. Ce secret est la merveilleuse puissance, créatrice de miracles, qui se trouve dans votre subconscient, le dernier endroit où la plupart des gens le chercheraient.

La miraculeuse puissance de votre subconscient

Vous pouvez apporter à votre vie davantage de puissance, de richesse, de santé, de bonheur et de joie en apprenant à connaître et à libérer la puissance cachée dans votre subconscient.

Vous n'avez pas à acquérir cette puissance : vous la possédez déjà. Mais il vous faut apprendre à vous en servir, il faut que vous la compreniez de manière à pouvoir l'appliquer à tous les aspects de votre vie.

Grâce aux techniques et aux méthodes simples énoncées dans ce livre, vous serez à même d'acquérir la connaissance et la compréhension nécessaires. Vous pourrez être inspiré par une nouvelle lumière et vous pourrez engendrer une force nouvelle qui vous permettra de réaliser vos espoirs et de faire de tous vos rêves une réalité. Prenez dès à présent la décision de faire en sorte que votre vie soit plus belle, plus grande, plus riche et plus noble qu'elle ne l'a jamais été.

Dans les profondeurs de votre subconscient résident une sagesse infinie, une puissance, une surabondance de tout ce qui vous est

nécessaire, et tout cela attend d'être développé et exprimé. Reconnaissez maintenant ces potentialités de votre esprit, elles prendront forme dans le monde extérieur.

Cette intelligence infinie de votre subconscient peut vous révéler tout ce que vous avez besoin de savoir à chaque instant et à chaque endroit, pourvu que vous ayez l'esprit ouvert et réceptif. Vous pouvez accueillir des pensées et des idées nouvelles qui vous permettront de faire des inventions, des découvertes, ou bien d'écrire des livres ou des pièces de théâtre. De plus, l'intelligence infinie de votre subconscient peut vous révéler de merveilleuses connaissances originales. Elle peut vous montrer et vous ouvrir la voie de l'expression parfaite et votre vraie place dans la vie.

Grâce à la sagesse de votre subconscient, vous pouvez vous attirer la compagne ou le compagnon idéal ou l'associé dont vous avez besoin dans vos affaires, trouver l'acheteur convenable pour votre maison ainsi que tout l'argent et l'aisance matérielle dont vous avez besoin pour être ou faire ce que vous voulez et aller là où votre cœur aspire.

C'est à vous qu'il revient de découvrir ce monde intérieur de la pensée, du sentiment, de la puissance, de la lumière, de l'amour et de la beauté. Bien qu'invisibles, ces forces sont puissantes. Dans votre subconscient, vous trouverez la solution à tous les problèmes. En libérant ces pouvoirs cachés, vous entrerez en possession de la puissance et de la sagesse nécessaires pour avancer dans l'abondance, la sécurité, la joie et la maîtrise de toutes choses.

J'ai vu la puissance du subconscient guérir des handicapés, les rendre à la force et à la santé, capables de réintégrer le monde actif pour y faire l'expérience du bonheur, de la santé et de l'extériorisation de leur joie. Il y a, dans votre subconscient, une puissance curative miraculeuse capable de guérir l'esprit troublé et le cœur brisé. Elle peut ouvrir la porte de la prison de votre esprit et vous libérer. Elle peut vous délivrer de toutes sortes de servitudes.

La nécessité d'une base pratique

Le progrès substantiel – dans quelque domaine que ce soit – est impossible sans une base pratique qui soit universelle dans son application. Vous pouvez devenir expert dans l'opération de votre subconscient. Vous pouvez mettre en pratique ses pouvoirs avec une garantie de résultats qui sera proportionnelle à votre connaissance de ses principes et de votre application de ces principes à des buts, des desseins définis, spécifiques que vous souhaitez atteindre.

En tant qu'ancien chimiste, j'attire votre attention sur le fait que, si vous combinez l'hydrogène et l'oxygène dans la proportion de deux atomes pour le premier et d'un atome pour le second, vous obtiendrez de l'eau. Vous savez qu'un atome d'oxygène et un atome de carbone donnent le monoxyde de carbone, un gaz toxique. Mais, si vous ajoutez un deuxième atome d'oxygène, vous obtiendrez le dioxyde de carbone, un gaz inoffensif pour les animaux et essentiel au métabolisme des plantes. Ces faits sont universels et impossibles à changer. C'est ce qu'on appelle des « principes ».

Il ne faut pas penser que les principes de la chimie, de la physique et des mathématiques diffèrent des principes de votre subconscient. Si vous désirez faire appel aux forces chimiques ou physiques, vous devez apprendre les principes qui régissent ces champs de connaissance. Si vous voulez faire appel aux forces de votre subconscient, il est nécessaire que vous en connaissiez les principes.

Considérons un principe généralement accepté : « L'eau cherche son propre niveau. » C'est un principe universel, partout applicable à l'eau et à tous les liquides qui se comportent comme l'eau. Les anciens Égyptiens connaissaient ce principe. Ils l'ont utilisé afin que les fondations des grandes pyramides soient parfaitement horizontales, de niveau. Aujourd'hui, les ingénieurs y ont recours pour acheminer l'eau d'un système d'irrigation vers une centrale électrique.

Considérez un autre principe : « La matière chauffée se dilate. » C'est vrai partout, à tout moment et dans toutes les circonstances.

Vous faites chauffer un morceau d'acier : il se dilate, qu'il se trouve en Chine, en Angleterre ou en Inde. C'est une vérité universelle qui veut que la matière se dilate lorsqu'elle est chauffée. Il est également vrai universellement que tout ce que vous imprimez dans votre subconscient va s'exprimer sur l'écran de l'espace sous forme de condition, d'expérience et d'événement.

Votre prière est exaucée parce que votre subconscient est principe, et par principe j'entends la façon dont quelque chose agit. Par exemple, le principe de l'électricité est que cette force agit d'un potentiel plus élevé vers un potentiel plus bas. Vous ne changez point le principe de l'électricité lorsque vous vous en servez, mais, en coopérant avec sa nature, vous pouvez faire des inventions, des découvertes qui deviendront des bienfaits inestimables pour l'humanité.

Votre subconscient est principe et il agit selon la loi de la foi. Il faut que vous sachiez ce qu'est la foi, pourquoi elle agit et comment. Votre Bible vous dit de façon simple, claire et merveilleuse : *Quiconque dira à cette montagne : transporte-toi et jette-toi dans la mer et ne doutera pas dans son cœur, mais croira que ce qu'il dit se fera, il aura tout ce qu'il dit. C'est pourquoi je vous dis, tout ce que vous demanderez en priant, croyez que vous l'avez déjà reçu, cela vous sera accordé.* (Mc 11,23-24)

La loi de votre esprit est une loi de foi. Cela signifie qu'il faut croire en la façon dont agit votre esprit, il faut croire dans la foi elle-même. La croyance de votre esprit est la pensée de votre esprit – c'est simple à comprendre –, cela et rien d'autre.

Tout ce qui vous arrive, les événements, les circonstances et vos actes mêmes sont fonction des réactions de votre subconscient par rapport à vos pensées. Souvenez-vous que ce n'est pas la chose en laquelle vous croyez, mais la croyance maintenue dans votre propre esprit qui donne un résultat. Cessez d'adhérer aux fausses croyances, aux opinions, aux superstitions et aux craintes de l'humanité. Commencez à croire aux vérités éternelles de la vie

qui ne changent jamais. C'est alors que vous irez de l'avant, en haut, vers Dieu.

Quiconque lit ce livre et applique les principes du subconscient qui y sont énoncés, sera capable de prier scientifiquement et efficacement pour lui-même et pour les autres. Votre prière sera exaucée en vertu de l'universelle loi d'action et de réaction. La pensée est une action qui commence. La réaction, c'est la réponse de votre subconscient qui correspond à la nature de votre pensée. Emplissez donc votre esprit de concepts d'harmonie, de santé, de paix et de bonne volonté ; des miracles surviendront dans votre vie.

Peu importe que la chose à laquelle vous accordez foi soit vraie ou fausse, vous obtiendrez des résultats. Votre subconscient réagit à vos pensées. Considérez vos croyances comme si elles étaient des pensées, et cela suffit.

Sachez que vous pouvez vous transformer tout simplement en fournissant un nouveau négatif à votre chambre noire intérieure.

La dualité de l'esprit

Vous n'avez qu'un esprit, mais votre esprit possède deux caractéristiques distinctes. La ligne de démarcation entre les deux est bien connue de tous les êtres pensants d'aujourd'hui. Ces deux fonctions de votre esprit sont essentiellement dissemblables. Chacune est douée d'attributs et de pouvoirs distincts.

Il existe plusieurs termes pour distinguer les deux fonctions de votre esprit : l'esprit objectif et l'esprit subjectif, l'esprit conscient et l'esprit subconscient, l'esprit éveillé et l'esprit endormi, le soi superficiel et le soi profond, l'esprit volontaire et l'esprit involontaire, le mâle et la femelle, et bien d'autres termes encore. Tous ces termes font référence à cette dualité primordiale.

Dans ce livre, j'ai opté pour les termes « esprit conscient » et « subconscient » afin de désigner la double nature de l'esprit. Vous pouvez utiliser d'autres termes, si vous préférez. L'important est de reconnaître et d'accepter cette dualité de l'esprit.

Le conscient et le subconscient

Pour apprendre à connaître les deux fonctions de notre esprit, il existe un excellent moyen : le considérer comme un jardin. Vous êtes un jardinier qui plantez toute la journée des semences (vos pensées) dans votre subconscient. La plupart du temps, vous n'en êtes pas même conscient, parce que ces semences sont en fait vos pensées habituelles. « Qui sème bon grain, recueille bon pain », comme le dit le proverbe. C'est pourquoi vous récolterez dans votre corps et dans votre vie ce que vous avez semé dans votre subconscient.

Imaginez votre subconscient comme un terreau riche où tant le bon grain que l'ivraie poussent à profusion. Si vous semez des ronces récolterez-vous du raisin ? Et si vous semez des chardons, récolterez-vous des figues ?

Commencez à semer des pensées de paix, de bonheur, de bonnes actions, de bonne volonté et de prospérité. Pensez tranquillement et attentivement à ces qualités, acceptez-les pleinement dans votre esprit conscient, votre esprit qui raisonne. Continuez de planter ces merveilleuses graines-pensées dans le jardin de votre esprit, vous aurez une splendide moisson. Toute pensée est une cause et toute condition un effet. C'est pourquoi il est essentiel de diriger ses pensées de manière à ne créer que des conditions favorables.

Lorsque votre esprit pense correctement, lorsque vous comprenez la vérité, quand les pensées déposées dans votre subconscient sont constructives, harmonieuses et paisibles, la puissance magique de votre subconscient répond et crée des conditions harmonieuses

Ce livre de croissance personnelle est l'un des plus célèbres de tous les temps. Il a aidé des millions de personnes à atteindre des objectifs remarquables en les invitant tout simplement à transformer leur façon de penser. L'auteur nous explique comment utiliser la dynamique de l'esprit pour franchir les obstacles subconscients qui se dressent entre nous et le succès que nous désirons et méritons. Pratique et inspirant, cet ouvrage nous enseigne, au travers de cas vécus, à libérer les pouvoirs extraordinaires du mental afin d'acquérir une grande confiance en soi, d'établir des relations harmonieuses avec notre entourage, d'obtenir du succès sur les plans professionnel et financier, de perdre nos mauvaises habitudes et même de recouvrer la santé et d'améliorer notre bien-être.

Joseph Murphy a été directeur et ministre de la Church of Divine Science de Los Angeles. Ses conférences ont attiré des millions de personnes dans le monde entier pendant près de 50 ans. Jusqu'à sa mort, en 1981, il fut considéré comme l'un des plus grands spécialistes du pouvoir du subconscient. Il est l'auteur d'une trentaine de best-sellers, dont plusieurs sont publiés aux Éditions de l'Homme.

Également disponibles

Groupe Livre Québecor Média

ISBN 978-2-7619-3630-9