

## Puterea extraordinara a subconstientului tau

Fragment din cartea: **Puterea extraordinara a subconstientului tau**, Autor: Joseph Murphy

### Constientul si subconstientul

Pentru o intelegere cat mai corecta a fenomenelor ce se petrec in mintea noastra, vom asemana mintea cu o gradina. Dumneavoastra sunteti gradinari care planteaza in cursul zilei diferite seminte (ganduri intretinute in subconstientul propriu). Ceea ce semanati acum in subconstient veti culege mai tarziu ca efecte, in corpul si destinul dumneavoastra.

De aceea, incepeti prin a semana ganduri de pace, de bucurie, de bunavointa si prosperitate. Meditati in liniste si plini de aspiratie asupra acestor calitati, acceptati-le in mod plinar in mentalul constient, adica in cel care rationeaza. Continuatii sa cultivati cu perseverenta aceste minunante ganduri-seminte si veti culege o recolta bogata. Subconstientul dumneavoastra este asemenea unui sol ce hraneste orice fel de seminte, fie ele bune sau rele. Credeti ca agricultorii culeg struguri din maracini sau smochine din scaieti? Orice gand este o cauza si orice actiune este un efect. De aceea, este esential sa ne dirijam gandurile, astfel incat sa nu provocam decat manifestare fenomene benefice. Atat timp cat ganditi in mod corect si intelegeti acest mecanism, daca gandurile depozitate mereu in subconstient sunt constructive, armonioase si pasnice, puterea lui colosala va va raspunde si va crea numai stari armonioase, precum si o tovarasie favorabila si agreabila din toate punctele de vedere. Daca veti incepe sa controlati procesele ce au loc in gandire, veti deveni capabili sa folositi puterile subconstientului in orice problema, oricat de dificila ar fi ea. Altfel spus, veti incepe sa controlati si sa colaborati in mod constient cu puterea infinita, cu legea atotputernica ce guverneaza toate fenomenele acestei lumi.

Priviti in jurul dumneavoastra si, oriunde v-ati afla, veti remarca usor ca marea majoritate a oamenilor se risipesc in preocupari exterioare; doar cei cu adevarat intelepti se preocupa intens de descoperirea formidabilelor lumi subtile si spirituale din interiorul lor. Amintiti-va ca lumea interioara este formata din chiar gandurile, sentimentele si imaginile mentale care creeaza lumea exterioara. Ca urmare, singura si adevarata putere creatoare este lumea din noi si orice fenomen cu care ne confruntam in exterior este de fapt creat chiar de noi insine in mod constient sau inconstient, in universul interior. Prin cunoasterea interactiunii ce are loc intre constient si subconstient, va veti putea transforma intreaga viata. Pentru a schimba conditiile exterioare, trebuie sa actionati asupra cauzei care le-a produs. Majoritatea oamenilor incearca sa modifice circumstantele si situatiile cu care se confrunta doar prin actiuni directe si superficiale asupra lor. Pentru a suprima neintelegerile, dezordinea, saracia sau neputinta, trebuie insa inlaturata chiar cauza lor si aceasta cauza rezida tocmai in felul in care ganditi.

Traiti intr-un ocean profund, plin de bogatii infinite. Subconstientul dumneavoastra este extrem de sensibil, la orice gand pe care il nutriti. Asadar, gandurile dumneavoastra pun in miscare inteligenta potentiala si intelepciunea, fortele vitale si energiile latente. Punand in practica legile mentalului, asa cum sunt ele prezentate in fiecare capitol, veti reusi sa aduceti in viata dumneavoastra confortul, uitand astfel de grijile saraciei si ale bolii. De asemenea, pacea launtrica va alunga orice durere, veselia va inlocui tristetea, lumina va birui asupra tenebrelor. Vetii dobandi astfel libertatea spirituala si o deplina incredere in dumneavoastra insiva, iar succesul nu va intarzia sa apara in orice veti intreprinde. Desigur ca, din punct de vedere material, psihic si mental, nu poate exista binecuvantare mai mare decat obtinerea acestor calitati.

Majoritatea marilor savanti, a artistilor, poetilor, cantaretilor, scriitorilor sau a marilor inventatori au cunoscut prin proprie experienta legatura intima dintre constient si subconstient.

Astfel, într-o zi, Caruso - marele tenor de opera - s-a confruntat cu neplacerea tracului înaintea unui concert. Spunea că-și simțea gatul paralizat de spasme, din cauza fricii intense cu care se confrunța. Transpirația curgea din abundență pe fața sa. Ii era rusine că încă mai tremura de neliniște și spaimă, iar peste câteva minute urma să intre în scenă. Iși spunea: Ma voi face de râs. Nu voi putea cu nici un chip să cânt. Deodată, în prezența celor din culise, începu să strige: Micul Eu vrea să-l sugrume pe Marele Eu! Prin Marele Eu el înțelegea puterea nefarsită, înțelepciunea ce sălășluia în subconstient. Caruso continua apoi să strige: Du-te, pleacă! Marele Eu va reuși să cânte!

Subconstientul i-a răspuns, inundându-i toată ființa cu o forță nebanuită. Într-adevăr, venind pe scenă, Caruso a cântat nemaipomenit, cucerindu-și auditoriul.

În mod evident, marele tenor cunoștea cele două niveluri ale mentalului: constientul rațional și subconstientul lipsit de rațiune, care răspunde tocmai gândurilor pe care le întretinem. Atât timp cât constientul (Micul Eu) este plin de neîncredere, de griji, de anxietate, emoțiile negative născute din subconstient (Marele Eu) copleșesc ființa cu sentimente de panică și disperare. Când observați acest fenomen, puteți - precum Caruso - să comandați autoritativ emoțiilor iraționale, spunând: Taceti, liniștiți-vă, eu comand, iar voi trebuie să vă supuneți. Eu controlez pe deplin și nu trebuie să vă manifestați acolo unde nu aveți ce căuta.

Va fi extrem de fascinant și interesant să constatați că puteți vorbi cu autoritate și putere de convingere ființei dumneavoastră profunde și iraționale, pentru a restabili și instaura liniștea, armonia și calmul spiritual. Subconstientul este permanent subiectul sugestiilor constientului și, de aceea, el mai este numit și mentalul subiectiv.