

به نام خداوند جان و خرد

# جادوی ذهن

چگونه توانایی‌های درونمان را بیدار کنیم؟

نویسنده:

ژوزف مورفی

مترجم:

لیلا دژآلون



سرشناسه: مورفی، جوزف، ۱۸۹۸ - ۱۹۸۱ م.

Murphy, Joseph

عنوان و نام پدیدآور: جادوی ذهن/نویسنده ژوزف مورفی؛ مترجم لیلا دژآلون.

مشخصات نشر: تهران: طاهریان، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۹۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۹۱-۳۰-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: The miracles of your mind,

موضوع: موفقیت

موضوع: Success

موضوع: ناخودآگاهی

موضوع: Subconsciousness

شناسه افزوده: دژآلون، لیلا، ۱۳۶۴- مترجم

رده بندی کنگره: BF ۶۳۷

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱

شماره کارشناسی ملی: ۶۴۲۰۰۸۵



## «جادوی ذهن»

- 
- نویسندگان: ژوزف مورفی • مترجم: لیلا دژآلون
  - ناشر: انتشارات طاهریان • نوبت چاپ: اول • سال چاپ: ۱۳۹۹
  - تیراژ: ۱۰۰ جلد • تایپ، صفحه بندی و طرح جلد: آرزو خسرویپور • قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان
  - چاپ و صحافی: اسلامی • شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۹۱-۳۰-۵
- 
- آدرس: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، خیابان لبافی نژاد، پلاک ۲۶۶، طبقه چهارم، واحد ۱۱  
تلفن: ۶۶۹۷۰۷۶۷-۶۶۴۹۲۷۳۳ تلفکس: ۶۶۹۷۴۱۵۲ [www.Taherianpress.com](http://www.Taherianpress.com)
- با تشکر از همراهی هوشمندانه شما خواننده محترم، به اطلاع می‌رساند برای بهره‌گیری از تسهیلات و خدمات نوین حمایتی انتشارات طاهریان و همچنین شرکت در قرعه‌کشی خوانندگان ویژه مجموعه کتاب‌های به سوی موفقیت، لطفاً حتماً عدد ۱ را به شماره ۶۶۴۹۲۷۳۳-۱۰۰۰۰۰ ارسال کنید تا یکی از برندگان ما باشید.

### فهرست:

- فصل ۱: ذهن شما چگونه کار می‌کند..... ۷
- فصل ۲: ذهن ناخودآگاه و سلامتی..... ۱۵
- فصل ۳: ذهن ناخودآگاه و اعتیاد به الکل..... ۳۵
- فصل ۴: ذهن ناخودآگاه و ثروت..... ۵۳
- فصل ۵: نحوه بکار بردن ذهن ناخودآگاه در مشکلات زناشویی..... ۶۵
- فصل ۶: ذهن ناخودآگاه و هدایت..... ۷۵
- فصل ۷: غلبه بر ترس از طریق ذهن ناخودآگاه..... ۸۵



## مقدمه

انسان فقط یک ذهن دارد، اما دو مرحله یا عملکرد مجزا برای یک ذهن دارد. هر مرحله با پدیده‌های خاص خود که مختص خودش است مشخص می‌شود. هر کدام از این ذهن‌ها قادر به یک عمل مستقل و همچنین یک عمل هم‌زمان است. ما یکی را ذهن برونی می‌نامیم زیرا با چیزهای خارجی سروکار دارد و دیگری را ذهن درونی. ذهن درونی با پیشنهاد ذهن برونی یا هوشیار (آگاه) آرام و کنترل می‌شود. ذهن برونی موجب شناخت دنیای عینی می‌گردد.

در این کتاب، دکتر ژوزف مورفی روی این نظریه خود توضیح می‌دهد که قدرت‌های نهفته‌ی ذاتی در ناخودآگاه ما می‌تواند زندگی ما را بهبود بخشد. دکتر مورفی با استفاده از ابزارها و نگرش‌هایی که قدرت لایتناهی ذهن ناخودآگاه شما را باز خواهند کرد، مراحل خاصی را برای تقویت ذهن خودآگاه فراهم می‌کند. این که آیا شما می‌خواهید بر یک عادت بد غلبه کنید، موفق‌تر باشید، در خانواده خود به هماهنگی برسید، یا به اهدافی که تا کنون برایتان دست نیافتنی بود نائل شوید، به شما دستورالعمل‌هایی داده می‌شود تا شما را در مسیر درست قرار دهد.

---

«یادداشت»

## فصل ۱

### ذهن شما چگونه کار می‌کند؟

انسان فقط یک ذهن دارد، اما دو مرحله یا عملکرد مجزا برای یک ذهن دارد. هر مرحله با پدیده‌های خاص خود که مختص خودش است مشخص می‌شود. هر کدام از این ذهن‌ها قادر به یک عمل مستقل و همچنین یک عمل هم‌زمان است. ما یکی را ذهن برونی می‌نامیم زیرا با چیزهای خارجی سروکار دارد و دیگری را ذهن درونی. ذهن درونی با پیشنهاد ذهن برونی یا هوشیار (آگاه) آرام و کنترل می‌شود. ذهن برونی موجب شناخت دنیای عینی می‌گردد.

واسطه‌ی مشاهدات، پنج حس فیزیکی هستند. ذهن برونی راهنمای شما در تماس‌تان با محیط است. ما از طریق این پنج حس دانش کسب می‌کنیم. ذهن درونی از طریق مشاهده، تجربه و آموزش، یاد می‌گیرد. بزرگترین کارکرد ذهن آگاهانه استدلال است.

به اطراف لس آنجلس نگاه کنید؛ بر مبنای مشاهده‌ی پارک‌ها، ساختمان‌ها، ساختارهای زیبا، باغ‌های گل دوست داشتنی و غیره به این

نتیجه می‌رسید که شهری زیباست. این کار ذهن آگاهانه یا برونی شماسست.

کلمه برونی به این معنی است که با چیزهای عینی سروکار دارد. ذهن درونی، محیط پیرامون خود را از طریق ابزاری مستقل از حواس پنج‌گانه می‌شناسد. ذهن درونی یا ذهن ناخودآگاه - یا هر اصطلاحی ممکن است استفاده شود - با درک مستقیم دریافت می‌کند. ذهن ناخودآگاه جایگاه احساسات شماسست. بدون شک می‌دانیم این که ذهن ناخودآگاه بالاترین کارکردهای خود را هنگامی انجام می‌دهد که حواس عینی معلق باشند.

زمانی که ذهن آگاه در تعلیق یا در حالت خواب‌آلودگی است خودش را آشکار می‌کند و این زیرکی ذهن برونی است. ذهن ناخودآگاه بدون استفاده از چشم‌ها می‌بیند؛ دارای ظرفیت روشن‌بینی و غیب‌شنوی است. ذهن ناخودآگاه می‌تواند جسم را ترک کند؛ به سرزمین‌های دوردست سفر کند و بارها و بارها زیرکی شخصیت راستگو و دقیق‌ترین کاراکتر را بازگرداند. از طریق ذهن ناخودآگاه می‌توانید افکار دیگران را بخوانید، حتی با کوچکترین جزئیات؛ محتویات پاکت‌های مهروموم شده و گاوصندوق‌های بسته را بخوانید.

ذهن ناخودآگاه بدون استفاده از ابزار عادی و عینی ارتباطی، توانایی جذب افکار دیگران را دارد؛ بنابراین بسیار مهم است که ما تعامل ذهن آگاهانه و ناخودآگاه را برای یادگیری هنر واقعی دعا، درک کنیم.

اکنون اصطلاحات زیادی وجود دارد که در توصیف ذهن برونی و ذهن درونی به کار رفته است. آنها، همانطور که ما به شما گفتیم، ذهن آگاه



یا ناخودآگاه، ذهن بیدار یا ذهن خفته، خود سطحی یا خود عمیق، ذهن داوطلبانه یا ذهن غیرارادی، زن و مرد و اصطلاحات دیگر نامیده می‌شوند. به یاد داشته باشید فقط یک ذهن وجود دارد که دو فاز یا عملکرد دارد.

ذهن درونی همیشه پیشنهادپذیر است، با پیشنهاد کنترل می‌شود. باید درک کنیم که ذهن ناخودآگاه تمام پیشنهادات را می‌پذیرد، با شما بحث نمی‌کند، اما آرزوهای شما را برآورده می‌کند. تمام اتفاقاتی که برای شما افتاده است بر اساس افکاری است که از طریق باور بر ذهن ناخودآگاه تأثیر گذاشته است. ذهن ناخودآگاه باورها و اعتقادات راسخ شما را خواهد پذیرفت.

مانند خاک است؛ هر بذری را که در آن بکارید، خواه خوب باشد یا بد خواهد پذیرفت. به یاد داشته باشید: هر چیزی که شما به عنوان حقیقت قبول کنید و به آن اعتقاد داشته باشید، توسط ضمیر ناخودآگاه شما پذیرفته خواهد شد و به عنوان یک شرط، تجربه یا رویداد به زندگی شما وارد می‌کند. ایده‌ها از طریق احساس به ذهن ناخودآگاه منتقل می‌شوند. ما از یک مثال استفاده خواهیم کرد: ذهن آگاه مانند افسر سکان یا مردی در سکوی کشتی است. او کشتی را هدایت می‌کند و علامت‌هایی را به افراد موتورخانه می‌فرستد که متشکل از تمامی دیگ‌های بخار، ابزار، لوازم اندازه‌گیری و غیره است. افراد موتورخانه نمی‌دانند به کجا می‌روند؛ آنها از دستورات پیروی می‌کنند. اگر فرد روی سکو بر اساس یافته‌هایش با قطب‌نما، زاویه‌یاب یا سایر ابزارها دستورالعمل‌هایی اشتباه یا ناقص صادر می‌کند آنها با صخره‌ها برخورد می‌کردند.

مردان موتورخانه از او پیروی می‌کنند، زیرا او راهنماست آنها با کاپیتان بحث نمی‌کنند. آنها به راحتی دستورات را انجام می‌دهند. کاپیتان استاد کشتی است؛ دستورات او اطاعت می‌شوند؛ به همین ترتیب، ذهن آگاه شما کاپیتان است، استاد کشتی شما. بدن و همه امور شما کشتی را نشان می‌دهند. ضمیر ناخودآگاه شما دستوراتی را انجام می‌دهد که شما براساس اعتقاد و پیشنهاداتی که به عنوان حقیقت پذیرفته‌اید صادر می‌کنید.

یک مثال ساده دیگر این است: وقتی شما به طور مکرر به مردم می‌گویید، "من قارچ دوست ندارم،" زمانی می‌رسد که برای شما قارچ سرو می‌شود، سوءهاضمه می‌گیرید، زیرا ذهن ناخودآگاه شما به شما می‌گوید، "رئیس قارچ دوست ندارد." این مثالی احتمالاً سرگرم‌کننده برای شماست. با این حال، نمونه‌ای از رابطه‌ی بین ذهن آگاه و ناخودآگاه است.

وقتی زنی می‌گوید: "اگر شب‌ها قهوه بخورم ساعت سه بیدار می‌شوم." هر زمان که قهوه بخورد، ذهن ناخودآگاه به او سقلمه می‌زند هم چنان که می‌گوید: "رئیس می‌خواهد شما امشب بیدار بمانید."

قلب در تمثیل‌های کهن ذهن ناخودآگاه نامیده می‌شد. مصریان می‌دانستند که قلب ذهن ناخودآگاه بود، اما به این نام صدایش نمی‌کردند. کلدانیان و بابلی‌ها آن را با نام‌های مختلف صدا می‌کردند. شما می‌توانید ذهن ناخودآگاه خود را تحت تأثیر قرار دهید و ذهن ناخودآگاه شما آنچه را که رویش تأثیر گذاشته بیان می‌کند. هر ایده‌ای

که عاطفی یا احساسی شود به عنوان واقعیت توسط ذهن ناخودآگاه شما پذیرفته خواهد شد.

برای مثال، اگر شفا می‌خواهید، سکوت کنید، استراحت کنید، به راحتی نفس بکشید، توجه خود را متمرکز کنید، به قدرت شفا در ذهن ناخودآگاه خود بیندیشید؛ تصدیق کنید که اکنون اندامی از بدن شما در حال بهبود است. هم چنان که این کار را می‌کنید، نباید هیچ خشم و تندی در قلب شما باشد؛ باید همه را ببخشید. می‌توانید این روند بهبود را سه یا چهار بار در روز تکرار کنید. به یاد داشته باشید که ذهن ناخودآگاه شما بدن را ساخته و می‌تواند آن را درمان کند. مردم دائماً بهبودی یک عضو یا بخشی از بدنشان را تأیید می‌کنند؛ پس از آن ده یا پانزده دقیقه بعد، می‌گویند، "اوه، دارم بدتر می‌شوم؛ من هرگز خوب نمی‌شوم. من غیرقابل درمان هستم." این نگرش ذهنی یا این اظهارات منفی تأیید مثبت قبلی را خنثی و بی‌اثر می‌کند.

اگر یک جراح شما را عمل کرد، چیزهایی که به شما وصل است را قطع کنید و چند دقیقه دیگر به اتاق عمل برگردید و دوباره در را باز کنید تا ببیند که چگونه بودید، نیم ساعت بعد برگردید و دوباره در را باز کنید، او احتمالاً شما را با مسموم کردن می‌کشد. شما با استفاده از عبارات منفی، از بهبودی خود جلوگیری کنید یا خودتان را می‌کشید.

یک ذهن ناخودآگاه در شما وجود دارد، شما باید یاد بگیرید که چطور از آن استفاده کنید، همانند فردی که استفاده کردن از برق را یاد می‌گیرد. انسان برق را با سیم، لوله، لامپ، به علاوه دانشش در مورد

قوانین هدایت و عایق و غیره کنترل می‌کند. ما باید در مورد قدرت فوق‌العاده و هوش درونی‌مان یاد بگیریم و عاقلانه از آن استفاده کنیم. بسیاری از مردان شروع به درک اهمیت واقعی ذهن ناخودآگاه کرده‌اند. در مشاغل بسیاری از مردان برای دستیابی به موفقیت و پیشرفت از آن استفاده می‌کنند. ادیسون، فورد، ماری کوری، انیشتین و بسیاری دیگر از ذهن ناخودآگاه استفاده کرده‌اند؛ برای همه، دستاوردهای بزرگ در علم، صنعت و هنر به آنها بینش و "فوت و فن" داده است. تحقیقات نشان داده است که توانایی عملی کردن قدرت‌های ناخودآگاه موفقیت‌آمیزی همه‌ی بزرگان علمی و محققان را تعیین کرده است. یک دینام فوق‌العاده در شما وجود دارد و می‌توانید از آن استفاده کنید. شما می‌تواند کاملاً از تنش و ناامیدی رهایی یابید. شما می‌توانید انرژی فراوانی که در درون شما وجود دارد و می‌تواند شما را قادر کند تمام قسمت‌های بدن را انرژی و حیات ببخشید را کشف کنید.

به عنوان مثال به ما گفته می‌شود که البرت هوپارد<sup>۱</sup> اظهار داشت که مهمترین ایده‌های او زمانی به ذهنش رسید که او در حال استراحت، یا کار کردن در باغ و یا در حال پیاده روی بود؛ دلیل این است وقتی ذهن آگاهانه آرام می‌شود، عقل درونی جلوه می‌کند. در مواردی که ذهن آگاه کاملاً ریلکس باشد، بارها و بارها حالات الهام‌بخش وجود خواهد داشت.

---

Elbert Hubbard<sup>1</sup>

چند بار در شب تعجب کرده‌اید از این که پاسخ یک مشکل خاص را نمی‌دانستید و وقتی درخواست را به ذهن ناخودآگاه منتقل کردید، صبح راه‌حل را به شما ارائه داد. این معنی حرف قدیمی است که می‌گویید، "شب مشاوره می‌دهد. اگر می‌خواهید ساعت هفت صبح از خواب بیدار شوید و ساعت هفت را به ذهن ناخودآگاه پیشنهاد می‌کنید، ذهن ناخودآگاه شما را دقیقاً ساعت هفت بیدار می‌کند.

ممکن است مادری در حال پرستاری از فرزند بیمارش باشد و به خواب برود؛ اما قبل از این که به خواب برود، به ذهن ناخودآگاه پیشنهاد می‌کند که اگر دمای بدن کودک بالا برود، یا زمانی که به دارو احتیاج دارد، یا زمانی که شاید گریه کند بیدار خواهد شد. ممکن است در حالی که مادر خوابیده طوفانی شدید رخ دهد؛ اما هنوز با صدای طوفان بیدار نشود؛ با این وجود، وقتی کودک گریه می‌کند، بلافاصله بیدار می‌شود. این یکی از عملکردهای ساده‌ی ذهن ناخودآگاه است.

---

«یادداشت»

## فصل ۲

### سلامتی و ذهن ناخودآگاه

در حال حاضر موضوع روان‌درمانی علاقه‌ی گسترده‌ای در سراسر جهان خلق کرده است. انسان به تدریج در حال بیدار شدن برای اداره کردن قدرت‌های شفابخش موجود در ضمیر ناخودآگاه است. این یک واقعیت شناخته شده است که همه‌ی مکتب‌های مختلف درمانی، علاج شگفت‌انگیزترین شخصیت‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند. جواب همه اینها این است که یک اصل شفابخشی جهانی وجود دارد: یعنی ذهن ناخودآگاه و یک روند بهبود که ایمان نام دارد. به همین دلیل است که پاراکلسوس این حقیقت بزرگ را بیان کرد: "خواه هدف ایمان شما واقعی یا نادرست باشد، با این حال شما همان تأثیرات را خواهید گرفت. این یک واقعیت اثبات شده است که در سراسر دنیا شفا در زیارتگاه‌های مختلف رخ داده است، مانند ژاپن، هند، اروپا و قاره آمریکا. نظریه‌های بسیار متفاوتی خواهید یافت که هر یک شواهد غیرقابل انکار شفابخشی را ارائه می‌دهند. به طور مشخص برای متفکر، باید یک اصل اساسی در همه آنها مشترک باشد. بدون در نظر گرفتن موقعیت جغرافیایی یا

وسایل مورد استفاده فقط یک اصل شفا وجود دارد و روند هر شفابخشی ایمان است.

اولین چیزی که باید به خاطر بسپارید ماهیت دوگانه‌ی ذهن شماست. ذهن ناخودآگاه دائماً با قدرت پیشنهاد آرام می‌شود؛ علاوه بر این ذهن ناخودآگاه کنترل کامل بر عملکردها، شرایط و احساسات بدنتان دارد. من اعتقاد دارم که همه خوانندگان این کتاب با این واقعیت آشنا هستند که علایم تقریباً هر بیماری می‌تواند از طریق پیشنهاد به افرادی که در حال هیپنوتیزم هستند القا شود.

به عنوان مثال، یک فرد در حالت هیپنوتیزم می‌تواند مطابق با ماهیت پیشنهاد ارائه شده درجه حرارت بالا، صورتی سرخ یا لرز ایجاد کند. برای آزمایش می‌توانید به افرادی که فلج هستند و نمی‌توانند راه بروند پیشنهاد دهید. درد می‌تواند در هر بخشی از بدن القا شود. برای مثال می‌توانید یک فنجان آب سرد زیر بینی فرد در حال هیپنوتیزم نگه دارید و به او بگویید، "این پر از فلفل است. بو کنید!" او عطسه خواهد کرد. به نظر شما چه عواملی باعث ایجاد عطسه در او شده است، آب یا پیشنهاد؟ اگر مردی بگوید که نسبت به علف‌های تیموتاوس حساسیت دارد، می‌توانید یک گل مصنوعی یا هر شیشه‌ی خالی را در مقابل بینی چنین فردی در حالت هیپنوتیزم قرار دهید و به او بگویید که علف تیموتاوس است؛ او علائم معمول آلرژی را نشان می‌دهد. این نشان می‌دهد که علت بیماری در ذهن است؛ پس بهبود بیماری هم می‌تواند به طور ذهنی رخ دهد.



ما می‌دانیم که بهبودهای چشمگیری از طریق مالش استخوان و مفاصل، فن ماساژ و جابجا کردن ستون فقرات، دارو و درمان طبیعی و همچنین از طریق تمامی کلیساهای مختلف اتفاق می‌افتد، اما باز هم مدعی هستیم که تمام این درمان‌ها از طریق ذهن ناخودآگاه حاصل می‌شوند - فقط شفا دهنده وجود دارد.

توجه کنید که چگونه زخم صورت شما که ناشی از تراشیدن است را بهبود می‌دهد، دقیقاً می‌داند چگونه این کار را انجام دهد. دکتر زخم را می‌پوشاند؛ او می‌گوید، "طبیعت درمانش می‌کند." طبیعت به قانون طبیعی اشاره دارد، قانون ذهن ناخودآگاه یا حفظ جان که وظیفه‌ی ذهن ناخودآگاه است. غریزه‌ی حفظ جان اولین قانون طبیعت است؛ قوی‌ترین غریزه‌ی شما نیرومندترین پیشنهادات خودکار است.

شما آموخته‌اید که می‌توانید از طریق پیشنهاد، بیماری را در بدن خود یا دیگری القا کنید، در مخالفت با غرایز طبیعی خود. کاملاً طبیعی و بدیهی است که پیشنهادات در هماهنگی با پیشنهاد خودکار غریزی قدرت بیشتری دارند.

حفظ و بازیابی سلامتی آسان‌تر از ایجاد بیماری در بدن است. ایمانی که موجب بهبودی می‌شود، یک نگرش ذهنی خاص، یک روش تفکر، یک یقین درونی و امید به بهترین‌هاست.

البته، در بهبودی بدن، اطمینان از ایمان هم‌زمان ذهن آگاه و ناخودآگاه امری مطلوب است؛ اما اگر شخص بخواهد با آرامش ذهن و بدن وارد وضعیت انفعال و پذیرش شود و به حالت خواب آلودگی برسد ضروری نیست. من افرادی را می‌شناسم که کاملاً درون و بدنشان را انکار

کرده‌اند؛ با این حال آنها بهبودهای شگفت‌انگیزی داشتند... من افرادی را می‌شناسم که گفته‌اند جهان واقعی بود، درون واقعی بود و بدن آنها واقعی بود؛ آنها نیز به همین ترتیب، بهبودی‌های شگفت‌انگیزی داشته‌اند. نکته این است که شما ممکن است از هر روش، تکنیک یا فرآیندی استفاده کنید که موجب تغییر در ذهن یا جو ذهنی جدیدی به ارمغان آورد که قانونی است؛ نتایج حاصل خواهد شد. شفابخشی ناشی از تغییر نگرش ذهنی یا تحول ذهن است.

پاراکلسوس<sup>۱</sup> گفت: "خواه هدف ایمان شما حقیقی باشد یا نادرست، با این حال اثرات مشابهی را بدست می‌آورید." بنابراین اگر به استخوان مقدسین برای شفابخشی ایمان دارید، یا اگر به قدرت شفابخشی آب‌هایی خاصی اعتقاد دارید، نتیجه خواهید گرفت، بخاطر پیشنهاد قدرتمندی که به ذهن ناخودآگاه خود دادید؛ دومی است که کار شفابخشی را انجام می‌دهد. طبیب جادوگر با سحر خود نیز به واسطه‌ی ایمان شفا می‌بخشد.

هر روشی که باعث شود شما از ترس و نگرانی به سمت ایمان و امید حرکت کنید شفا خواهد بخشید. درست است، درمان علمی و روانی با عملکرد ترکیبی ذهن آگاه و ناخودآگاهی حاصل می‌شود که از نظر علمی هدایت شده‌اند.

---

Paracelsus<sup>1</sup>

فردی که زخم روی دستش را انکار می‌کند، او هم این قدرت را دارد، کسی که حتی بدنش را انکار می‌کند و کسی که می‌گوید همه‌ی آن چیزهای مشهود و ملموس، وجود واقعی (خارجی) ندارد ممکن است شفا گیرد؛ همه اینها می‌تواند برای شما پوچ باشد. این سؤال پیش می‌آید، "چگونه فردی شفا می‌یابد زمانی که به چنین اظهاراتی اعتراض می‌کند و ادعا می‌کند که آنها در حال توهین به هوشش هستند؟" دلیل آن بسیار واضح است زمانی که بدانید ذهن ناخودآگاه چگونه کار می‌کند.

از این فرد خواسته می‌شود که ذهن و بدن خود را آرام کند و به یک حالت آرام، منفعل، پذیرا برسد؛ آنگاه حواس عینی تا حدی به حالت تعلیق در آمده و مطیع می‌شود. او در حالت خواب آلودگی است و ذهن ناخودآگاه برای قبول پیشنهاد رام است. سپس طبیب کلمات شگفت‌انگیز سلامتی کامل را بیان می‌کند که در ذهن ناخودآگاه او وارد می‌شوند؛ فرد تحت درمان، تسکینی بی‌نظیر و شاید بهبودی کامل می‌یابد. پزشک به واسطه‌ی پیشنهادات خودکار و متضاد بیمار که برخاسته از شک عینی به قدرت شفا دهنده یا صحت این تئوری است، عاجز و ناتوان نمی‌شود. در حالت خواب آلودگی مقاومت ذهن آگاهانه به حداقل کاهش می‌یابد؛ از این رو نتیجه حاصل می‌گردد.

افراد زیادی هستند که ادعا می‌کنند چون تئوری آنها نتیجه می‌دهد، بنابراین، صحیح است؛ همانطور که در این فصل توضیح داده شد، این امر نمی‌تواند درست باشد. می‌دانید که انواع درمان وجود دارد. مسمر (پزشک آلمانی) و سایرین با ادعای ارسال یک مایع مغناطیسی خاص

درمان می‌کردند. مردان دیگری آمدند و گفتند همه اینها یاوه و مهمل است، شفا به خاطر پیشنهاد بود.

همه این گروه‌ها مانند روانپزشکان، روانشناسان، متخصصین استخوان، ماساژ دهنده و جابجاکننده‌ی ستون فقرات، پزشکان و تمامی کلیساها از یک قدرت شفابخش جهانی موجود در ذهن ناخودآگاه استفاده می‌کنند. هر یک ممکن است اعلام کنند که علاج بخاطر تئوری آنها است. فرآیند همه‌ی علاج‌ها یک نگرش قطعی، مثبت، ذهنی، روحیه‌ی درونی یا روش تفکر به نام ایمان است. شفا به خاطر اعتماد به نفسی است که به عنوان یک پیشنهاد قدرتمند به ذهن ناخودآگاه داده می‌شود تا توان و قدرت درمانی خود را آزاد کند.

فرد با قدرتی متفاوت از دیگری بهبود نمی‌یابد. درست است که او ممکن است نظریه و روش خاص خود را داشته باشد. فقط یک روند بهبود وجود دارد و آن ایمان است. فقط یک قدرت درمانی وجود دارد، یعنی ذهن ناخودآگاه شما. تئوری و روشی را انتخاب کنید که ترجیح می‌دهید. اگر ایمان داشته باشید می‌توانید مطمئن باشید که نتیجه خواهید گرفت.

چندی پیش در لس‌آنجلس، آزمونگری به نام جان مک داول<sup>۱</sup> تست‌های انجام شده در دعا درمانی در دانشگاه ردلند را تحت عنوان "قدرت دعای تست‌های روانپزشکی" توصیف کرد. "وی به شرح زیر می‌نویسد: "دکتر ویلیام پارکر<sup>۲</sup>، ۳۷ ساله مدیر کلینیک، امروز برای اولین

<sup>1</sup> John McDowell

<sup>2</sup> Dr. William R. Parker