

Джон Кехоу

# ПОДСЪЗНАНИЕТО МОЖЕ ВСИЧКО

Как да овладеем  
поразителната сила  
на МИСЪЛТА



През 1975 г. Джон Кехоу се оттегля в уединена гориста местност и прекарва три години в усилено проучване и разсъждения върху механизмите на човешкото съзнание. Като черпи свободно от множество научни и духовни източници и като прилага собствените си наблюдения и прозрения, Кехоу успява да създаде първата недвусмислена и успешна програма за развиване на силата на ума. През 1978 г. той започва да обучава хора на принципите, които формулира, а през 1980 г. неговите лекции добиват феноменален успех по целия свят.

През последните 20 години Джон Кехоу се отдава на преподавателска дейност и понастоящем живее със съпругата си във Ванкувър, продължава да пише и да изнася лекции по света.

## БЛАГОДАРНОСТИ

**Н**а Джойс Хамилтън, който ме подтикна да направя прехода от говорене към писане и чиито напътствия ми помогнаха да създам тази книга. На Рик и Дженифър Биърсто за предложенията и редакцията, на Сорая Отман, мой бизнес партньор и приятелка, чието настояване „да направя книгата!“ ме подтикваше към действие. И накрая – благодаря на съпругата си Силвия за любовта ѝ, за подкрепата и присъствието. Благодаря на всички.

Джон Кехоу

## СЪДЪРЖАНИЕ

КЪМ БЪЛГАРСКИТЕ ЧИТАТЕЛИ.....	7
ПРЕДГОВОР.....	11
1 ДРУГ ПОГЛЕД КЪМ РЕАЛНОСТТА .....	13
2 СЪЗНАНИЕ .....	21
3 ВИЗУАЛИЗИРАНЕ .....	29
4 ПОСЯВАНЕ.....	39
5 УТВЪРЖДАВАНЕ .....	45
6 ПРИЗНАНИЕ .....	53
7 ПОДСЪЗНАНИЕТО .....	59
8 ИНТУИЦИЯ .....	65
9 СЪНИЩАТА .....	77
10 РЕАЛНОСТ .....	87
11 КОНЦЕНТРАЦИЯ И РАЗМИШЛЕНИЕ .....	91
12 ЕЛИМИНИРАНЕ НА ОТРИЦАТЕЛНИТЕ МИСЛИ.....	99
13 ВЯРВАНИЯ И ВНУШЕНИЯ.....	111
14 ПРЕДСТАВА ЗА СОБСТВЕНОТО НИ АЗ .....	123
15 ТВОРЧЕСТВО .....	129
16 НЯМА ПРОБЛЕМИ, САМО ВЪЗМОЖНОСТИ .....	143
17 ДА СЕ ИЗЛЕКУВАМЕ.....	151
18 СЪЗНАНИЕ ЗА ПРОСПЕРИТЕТ.....	163
19 ЗАДОВОЛЯВАЩИ ВРЪЗКИ .....	177
20 ТРЕНИРАЙТЕ ЗА ВЕЛИКОЛЕПНИ РЕЗУЛТАТИ.....	191

## КЪМ БЪЛГАРСКИТЕ ЧИТАТЕЛИ

Това въведение е специално за българските ми читатели, които следят моята работа и с които съм завинаги свързан. Имах честта да преподавам неведнъж в София и съм виждал какво може да постигне вашият велик народ, ако принципите на силата на мисълта са активирани както индивидуално, така и колективно.

Потенциалът на всеки от нас се определя от мислите и вярванията му, както и потенциалът на една страна е свързан с мислите, вярванията и действията на нейните граждани. Основата на всеки успех, индивидуален, корпоративен или държавен, е съвсем простата, но мощна истина, че „мислите са реална сила“. Начинът, по който мислим, определя какво се случва с нас както индивидуално, така и колективно. Това е изключителна възможност; нека дръзнем да вярваме, че великите дни на България предстоят и че мнозина от този велик народ – предприемачи, учители, артисти, академици, учени, мечтатели, мъже и жени от всички професии, от всички слоеве, млади и стари, чрез мислите и действията си ще станат част от нов ренесанс, какъвто днес преживяват всички култури и народи.

Науката вече разбира по-добре както съзнанието, така и силата на мисълта и има много проучвания, експерименти и неоспорими доказателства, че съзнанието наистина е основният играч в сложната динамика на нашия живот. Днес вече знаем, и то подкрепени от откритията на най-изтъкнатите учени и физици, че мислите са реална сила, която

взаимодействия по неоспорим и драматичен начин с квантовата енергия на вселената, като създава и влияе на онова, което се случва в живота ни. Вече не е нужно просто да вярваме, можем да практикуваме силата на мисълта, като знаем, че науката е потвърдила нейната мощ.

Живеем в много трудно време, но то може да се окаже време, в което се заражда ново и по-велико бъдеще за всички нас. Възможно е, и дори вероятно, ако изберем да вярваме и работим за това, то да се превърне в реалност. Началото за всеки от нас е в това да поемем отговорността за живота си и за собствения си принос, споделяне, раздаване, сбъдване, като се оставим да бъдем водени от една по-висша цел – да постигнем най-доброто, на което сме способни, и да помогнем на другите да направят същото.

Този труд бе публикуван за първи път преди повече от двайсет и пет години и аз имам десетки хиляди писма и имейли от хора, които споделят: „Книгата ви промени живота ми“. За мен е вдъхновяващо да зная, че мнозина са открили принципите на силата на мисълта чрез моята книга. Това е информация, която променя живота ни и може да оформи и насочи реалността ни. Необходимо е да знаем и разбираме как работи силата на мисълта. Това знание е в състояние да промени всичко. То ни дава възможността да изковем и създадем живот, за който дори не сме мечтали. Вече разбираме, и то подкрепени от нови научни открития, че всичко е възможно, ако се осмелим да вярваме и да използваме ума си по съзидателен начин. Защото невинаги го правим.

Когато започнах да преподавам силата на мисълта през 1978 г., бях самотен глас, оповестяващ човешкия потенциал и възможностите на съзнанието. Тогава нямаше много научни доказателства в подкрепа на това, че мислите имат реална сила и чрез организираната им и систематична употреба можем да създаваме благоприятни ситуации. Академиците и учените оставаха скептични към тези мои твърдения, но публиката ми не беше такава и на семинарите ми по целия свят често се събираха хиляди слушатели. Те идваха, защото интуитивно знаеха, че това, което казвам, е истина. Безброй хора го практикуваха, по свой собствен начин, и постигаха успех, здраве и щастие. Резултатите говореха сами за себе си и днес милиони използват тази система, за да се променят към добро и да оставят своя следа в света.

Сега, през 2013 година, излиза това допълнено издание за българските читатели. В него съм добавил глава за елиминиране на отрицателните мисли, тъй като смятам, че е важен за живота ни и за съвременния свят аспект. Все пак подходах много внимателно към промените в тази книга, която стана световна сензация и достигна до толкова много хора. Следвах мотото: „Не променяй онова, което е доказало, че работи добре и е помогнало на милиони“.

Без значение дали четете тази книга за първи път, или я препрочитате, аз ви приканвам не само да възприемете предпоставките и идеите в нея, но и нещо по-важно – да ги въведете в живота си и да започнете да практикувате тези принципи.

Именно чрез практикуването на техниките ще постигнете промените във вашия живот, към които се стремите.

Желая ви успех, здраве и лично удовлетворение. Животът ни е велико приключение, изпълнено с безброй възможности, и всеки от нас играе своята уникална роля. Силата на мисълта ще ви даде инструментите за изграждане на щастлив и успешен живот и ще спомогне за вашия уникален принос в света. Ето защо написах тази книга. Насладете ѝ се!

Джон Кехоу