

Power of your subconscious Mind

by DR JOSEPH MURPHY · Language: HI

Summary by booksummaryai.com — <https://booksummaryai.com/country/hi/power-of-your-subconscious-mind>

Overview

डॉ. जोसेफ मर्फी की "द पावर ऑफ योर सबकॉन्शियस माइंड" एक प्रभावशाली आत्म-सहायता पुस्तक है जो पाठक को अपने अवचेतन मन की असीम शक्त का उपयोग करने के लिए मार्गदर्शन करती है। यह पुस्तक इस विचार पर केंद्रित है कि हमारा अवचेतन मन एक शक्तिशाली, रचनात्मक शक्ति है जो हमारे चेतन विचारों और विश्वासों पर प्रतिक्रिया करता है। मर्फी बताते हैं कि कैसे हमारे मन में गहरे बैठे विचार और भावनाएं हमारी वास्तविकता को आकार देती हैं, और कैसे हम जानबूझकर अपने अवचेतन मन को सकारात्मक परिणामों के लिए प्रशिक्षित कर सकते हैं। यह पुस्तक स्वास्थ्य, धन, खुशी और रश्तों सहित जीवन के हर पहलू में सुधार के लिए व्यावहारिक तकनीकें प्रदान करती है।

यह पुस्तक इस बात पर जोर देती है कि अवचेतन मन एक तटस्थ शक्ति है जो अच्छे और बुरे दोनों विचारों को स्वीकार करता है, और उन्हें वास्तविकता में प्रकट करता है। इसलिए, सकारात्मक सोच, दृढ़ विश्वास और कल्पना का अभ्यास करके, व्यक्ति अपनी इच्छाओं को पूरा कर सकता है। मर्फी विभिन्न वास्तविक जीवन के उदाहरणों और वैज्ञानिक सिद्धांतों का हवाला देते हुए बताते हैं कि कैसे लोग अपनी बीमारियों को ठीक करने, वित्तीय समस्याओं को हल करने और व्यक्तिगत संबंधों को बेहतर बनाने के लिए अपने अवचेतन मन की शक्त का उपयोग करने में सफल रहे हैं। यह पुस्तक हमें सिखाती है कि हम अपने भाग्य के निर्माता हैं और हमारे भीतर छपी शक्त को जागृत करके हम अपने जीवन को अपनी इच्छानुसार ढाल सकते हैं। यह आज भी लाखों पाठकों को प्रेरित करती है कि अपने आंतरिक संसाधनों को पहचानें और उनका उपयोग करें।

Key Takeaways

- आपका अवचेतन मन आपके चेतन विचारों और विश्वासों के प्रतिप्रतिक्रिया करता है।
- सकारात्मक पुष्टि और कल्पना का उपयोग करके अपने अवचेतन मन को अपनी इच्छाओं के लिए प्रशिक्षित करें।
- अपने मन में स्पष्ट लक्ष्य निर्धारित करें और उन्हें प्राप्त करने की कल्पना करें जैसे कि वे पहले ही पूरे हो चुके हों।
- डर, चिंता और नकारात्मकता को दूर करने के लिए अपने अवचेतन मन की शक्त का उपयोग करें।
- सोने से पहले अपने वांछित परिणामों की कल्पना करें, क्योंकि यह वह समय है जब अवचेतन मन सबसे अधिक ग्रहणशील होता है।
- अपने अवचेतन मन को ठीक करने और शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य को बहाल करने के लिए निर्देशित करें।
- अपने अवचेतन मन को धन, समृद्धि और प्रचुरता के विचारों से भरें।

Chapter Summaries

आपके भीतर का खजाना

यह अध्याय पाठक को यह समझने के लिए प्रेरित करता है कि उनके भीतर एक असीम शक्त का स्रोत है - उनका अवचेतन मन। यह बताता है कि कैसे यह आंतरिक खजाना स्वास्थ्य, धन, खुशी और सफलता सहित जीवन की सभी इच्छाओं को पूरा कर सकता है। मर्फी जोर देते हैं कि इस शक्त को सक्रिय करने के लिए बस सही तरीके से सोचना और विश्वास करना आवश्यक है।

यह अध्याय अवचेतन मन की क्षमता का परिचय देता है और पाठकों को अपनी आंतरिक क्षमता को पहचानने के लिए प्रोत्साहित करता है।

आपका मन कैसे काम करता है

यह अध्याय चेतन और अवचेतन मन के बीच के अंतर को स्पष्ट करता है। चेतन मन तर्क और विश्लेषण करता है, जबकि अवचेतन मन भावनाओं और आदतों का घर है, जो बना किसी तर्क के चेतन मन द्वारा दिए गए किसी भी विचार को स्वीकार करता है। मर्फी बताते हैं कि अवचेतन मन एक बगीचे की तरह है, और चेतन मन माली है जो उसमें बीज बोता है। यह समझना महत्वपूर्ण है कि अवचेतन मन कैसे काम करता है ताकि हम इसे सकारात्मक रूप से निर्देशित कर सकें।

आपके अवचेतन मन की चमत्कारी शक्ति

यह अध्याय अवचेतन मन की अद्भुत उपचार शक्त को उजागर करता है। मर्फी कई उदाहरण प्रस्तुत करते हैं जहां लोगों ने अपने अवचेतन मन का उपयोग करके गंभीर बीमारियों से खुद को ठीक किया। यह बताता है कि अवचेतन मन शरीर के सभी कार्यों को नियंत्रित करता है और इसमें पूर्ण स्वास्थ्य को बहाल करने की क्षमता है। सही मानसिक दृष्टिकोण और विश्वास के साथ, कोई भी इस चमत्कारी शक्ति को सक्रिय कर सकता है।