

The power of subconscious mind

by Joseph morphy · Language: UR

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

Overview

اور عملی مثالوں کے ذریعے یہ واضح کیا ہے کہ لاشعوری ذہن کیسے کام کرتا ہے اور ہم اسے کیسے پروگرام کر سکتے ہیں۔ ذہن ہمارے لیے صحت، خوشحالی، کامیابی اور سکون کے دروازے کھول دیتا ہے۔ کتاب میں مصنف نے سائنسی، مذہبی اور عقائد کو حقیقت میں بدل دیتا ہے، اور اگر ہم اپنے شعوری خیالات کو مثبت، پر امید اور تعمیری رکھیں تو لاشعوری کے لیے استعمال کرنے کا طریقہ سکھاتی ہے۔ مرفی کا بنیادی دعویٰ ہے کہ ہمارا لاشعوری ذہن ہمارے شعوری خیالات ایک مشہور نفسیاتی اور خود مدد کتاب ہے جو لاشعوری ذہن کی طاقت کو سمجھنے اور اسے اپنی زندگی میں بہتری یہ کتاب 'دی پاور آف سب کنشس مائنڈ' جوزف مرفی کی لکھی ہوئی

کرتی ہے اور انہیں اپنی زندگی کو بدلنے کا ایک عملی طریقہ فراہم کرتی ہے، جو آج بھی لاکھوں لوگوں کے لیے مشعل راہ ہے۔ شفا پانے جیسے موضوعات پر روشنی ڈالی ہے۔ یہ کتاب اس لیے اہم ہے کیونکہ یہ قارئین کو اپنی اندرونی طاقت سے آگاہ مدد کرتا ہے۔ مرفی نے مختلف ابواب میں خوابوں کی تعبیر، خوف پر قابو پانے، رشتوں کو بہتر بنانے، دولت کمانے اور اور تصور (visualization) کا استعمال کریں تو لاشعوری ذہن ہمارے مقاصد کو حاصل کرنے میں ہماری لیتا ہے، چاہے وہ مثبت ہو یا منفی۔ اگر ہم اپنے شعوری ذہن کو منفی خیالات سے پاک کر کے مثبت اثبات (affirmations) کتاب کا مرکزی خیال یہ ہے کہ ہر انسان کے پاس ایک طاقتور لاشعوری ذہن ہے جو کسی بھی تجویز کو قبول کر

Key Takeaways

اپنے شعوری خیالات کو مثبت رکھیں کیونکہ لاشعوری ذہن ہر خیال کو حقیقت بنانے کی کوشش کرتا ہے۔ روزانہ صبح اور رات کو مثبت اثبات دہرائیں تاکہ آپ کا لاشعوری ذہن انہیں قبول کر لے۔ خوف اور پریشانی کو دور کرنے کے لیے اپنے لاشعوری ذہن کو سکون اور اعتماد کے پیغامات دیں۔ مشق کریں: اپنے مقصد کو پورا ہوتے ہوئے ذہنی طور پر دیکھیں، لاشعوری ذہن اسے حقیقت بنانے میں مدد کرے گا۔ تصور کی

اپنے لاشعوری ذہن کو رات سونے سے پہلے ہدایات دیں، یہ آپ کے مسائل حل کرنے کے لیے کام کرے گا۔ دوسروں کے لیے نیک خواہشات رکھیں، کیونکہ لاشعوری ذہن آپ کے رویے کو آپ کی زندگی میں واپس لاتا ہے۔ اپنے لاشعوری ذہن پر بھروسہ کریں اور صبر کریں، نتائج آہستہ آہستہ ظاہر ہوتے ہیں۔ اپنے الفاظ اور گفتگو کو مثبت رکھیں، کیونکہ ہر لفظ آپ کے لاشعوری ذہن پر نقش چھوڑتا ہے۔

Chapter Summaries

لاشعوری ذہن کا خزانہ

ذہن کو پروگرام کر سکتے ہیں، اور اس کی طاقت کو سمجھ کر ہم اپنی زندگی میں حیرت انگیز تبدیلیاں لا سکتے ہیں۔ بے اور یہ ہمیشہ ہماری مدد کے لیے تیار رہتا ہے۔ یہ باب اس بات پر زور دیتا ہے کہ ہم اپنے شعوری خیالات سے لاشعوری ذہن سے فرق سمجھایا ہے۔ وہ بتاتے ہیں کہ لاشعوری ذہن ہمارے جسم کے افعال، عادات اور یادداشت کو کنٹرول کرتا

اس باب میں مرفی نے لاشعوری ذہن کی تعریف کی ہے اور اسے شعوری

لاشعوری ذہن کیسے کام کرتا ہے

ذہن کو منفی خیالات سے پاک رکھیں اور مثبت اثبات دیں تو لاشعوری ذہن ہمارے لیے کامیابی کے راستے کھول دیتا ہے۔ ہو یا جھوٹ، اور اسے حقیقت بنانے کی کوشش کرتا ہے۔ مرفی نے مثالوں کے ذریعے یہ سمجھایا ہے کہ اگر ہم اپنے شعوری ذہن کے کام کرنے کے طریقہ کار کو واضح کیا ہے۔ وہ بتاتے ہیں کہ لاشعوری ذہن ہر تجویز کو قبول کرتا ہے، چاہے وہ سچ اس باب میں مصنف نے لاشعوری

لاشعوری ذہن کی طاقت سے شفا

کی شفا یابی کی کہانیاں بیان کی ہیں اور دعا اور مراقبہ کے ذریعے لاشعوری ذہن کو متاثر کرنے کے طریقے سکھائے ہیں۔ ذہن کو یقین دلا دیں کہ ہم صحت مند ہیں، تو یہ ہمارے جسم کو ٹھیک کرنے کے لیے کام کرے گا۔ انہوں نے مختلف لوگوں بتایا ہے کہ لاشعوری ذہن جسمانی بیماریوں کو شفا دینے کی طاقت رکھتا ہے۔ وہ دعویٰ کرتے ہیں کہ اگر ہم اپنے لاشعوری اس باب میں مرفی نے

خوف اور اس کا علاج

وہ کہتے ہیں کہ جب ہم اپنے لاشعوری ذہن کو بہادری اور اعتماد کے پیغامات دیتے ہیں تو خوف خود بخود ختم ہو جاتا ہے۔ نے خوف پر قابو پانے کے لیے عملی مشورے دیے ہیں، جیسے کہ خوف کی جڑ کو پہچاننا اور اسے مثبت اثبات سے بدلنا۔ خوف کے بارے میں بات کی ہے اور بتایا ہے کہ خوف لاشعوری ذہن میں منفی پروگرامنگ کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ مرفی اس باب میں مصنف نے

دولت اور کامیابی کا حصول

کو دولت اور فراوانی کی طرف موڑنا چاہیے۔ وہ اثبات اور تصور کی مشقوں کے ذریعے دولت کمانے کے طریقے سکھاتے ہیں۔ ڈالی ہے۔ وہ بتاتے ہیں کہ دولت کی کمی کا خیال لاشعوری ذہن میں غربت کو جنم دیتا ہے، اس لیے ہمیں اپنے خیالات اس باب میں مرفی نے دولت اور کامیابی کو اپنی طرف متوجہ کرنے کے لیے لاشعوری ذہن کے استعمال پر روشنی

شادی اور رشتوں میں لاشعوری ذہن کا کردار

آہنگی پیدا ہوتی ہے۔ مرفی نے مشورہ دیا ہے کہ ہم اپنے رشتے میں امن اور خوشی لانے کے لیے دعا اور اثبات کا سہارا لیں۔ ہیں کہ اگر ہم اپنے لاشعوری ذہن میں اپنے شریک حیات کے بارے میں مثبت خیالات رکھیں تو تعلقات میں محبت اور ہم میں مصنف نے رشتوں اور شادی کے تعلقات کو بہتر بنانے کے لیے لاشعوری ذہن کے استعمال پر گفتگو کی ہے۔ وہ کہتے اس باب

خواب اور ان کی تعبیر

سے اپنے مسائل کا حل تلاش کر سکتے ہیں۔ مصنف نے خوابوں کی مختلف اقسام اور ان کے معانی پر روشنی ڈالی ہے۔ پیغامات کو سمجھنے کے بارے میں بتایا ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ خواب لاشعوری ذہن کی عکاسی ہوتے ہیں اور ہم ان کی تعبیر اس باب میں مرفی نے خوابوں کی اہمیت اور ان کے ذریعے لاشعوری ذہن کے

لاشعوری ذہن اور معاشرتی تعلقات

بھر دیں تو ہمارے تعلقات بہتر ہو جاتے ہیں۔ مرفی نے دوسروں کے ساتھ ہم آہنگی پیدا کرنے کے لیے عملی مشورے دیے ہیں۔ ہیں کہ ہمارے خیالات اور جذبات دوسروں پر اثر انداز ہوتے ہیں، اور اگر ہم اپنے لاشعوری ذہن کو محبت اور ہمدردی سے اس باب میں مصنف نے معاشرتی تعلقات کو بہتر بنانے کے لیے لاشعوری ذہن کے استعمال پر بات کی ہے۔ وہ بتاتے

لاشعوری ذہن کو کیسے پروگرام کریں

ہدایات دینی چاہئیں۔ یہ باب ایک عملی رہنما ہے جو قارئین کو اپنی زندگی میں تبدیلی لانے کے لیے اقدامات فراہم کرتا ہے۔ تصور، دعا اور مراقبہ۔ وہ کہتے ہیں کہ ہمیں اپنے شعوری ذہن کو منفی خیالات سے پاک کر کے لاشعوری ذہن کو مثبت اس باب میں مرفی نے لاشعوری ذہن کو پروگرام کرنے کے مختلف طریقے بتائے ہیں، جیسے کہ اثبات،

لاشعوری ذہن اور ماضی کی رکاوٹیں

معافی اور مثبت اثبات کا استعمال کر سکتے ہیں۔ مرفی نے ماضی کو چھوڑ کر حال میں جینے کی اہمیت پر زور دیا ہے۔ ذہن میں محفوظ ہو جاتے ہیں اور ہماری ترقی میں رکاوٹ بنتے ہیں۔ وہ بتاتے ہیں کہ ہم ان رکاوٹوں کو دور کرنے کے لیے اس باب میں مصنف نے ماضی کے منفی تجربات اور ان کے اثرات پر بات کی ہے جو لاشعوری

لاشعوری ذہن اور خوابوں کی تعبیر کا عملی استعمال

ہم ان پر عمل کر کے اپنے مسائل حل کر سکتے ہیں۔ مرفی نے خوابوں کی تعبیر کے لیے کچھ اصول اور مثالیں پیش کی ہیں۔ لیے استعمال کرنے کے عملی طریقے بتائے ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ خواب ہمیں ہمارے لاشعوری ذہن کے پیغامات دیتے ہیں اور اس باب میں مصنف نے خوابوں کو سمجھنے اور انہیں اپنی زندگی میں بہتری کے

Themes

لاشعوری ذہن کی طاقت

مثبت سوچ

خود اعتمادی

شفا اور صحت

دولت اور کامیابی

روحانی ترقی

Notable Quotes

حقیقت میں بدل دیتا ہے۔" — یہ جملہ کتاب کے آغاز میں لاشعوری ذہن کی طاقت کو بیان کرتے ہوئے کہا گیا ہے۔
"آپ کا لاشعوری ذہن آپ کے شعوری خیالات کو

میں نقش ہو جاتا ہے۔" — اس باب میں بتایا گیا ہے کہ شعوری خیالات لاشعوری ذہن کو کیسے متاثر کرتے ہیں۔
"جو کچھ آپ اپنے شعوری ذہن میں رکھتے ہیں، وہ آپ کے لاشعوری ذہن

ہیں، چاہے وہ سچ ہو یا جھوٹ۔" — یہ جملہ لاشعوری ذہن کی تجاویز قبول کرنے کی صلاحیت کو واضح کرتا ہے۔
"لاشعوری ذہن ہر اس چیز کو قبول کرتا ہے جو آپ اسے دیتے

"آپ کے خیالات آپ کی تقدیر بنتے ہیں۔" — یہ جملہ کتاب کے مرکزی پیغام کو مختصراً بیان کرتا ہے۔

Frequently Asked Questions

دی پاور آف سب کنشس مائنڈ کس بارے میں ہے؟

ذہن کو پروگرام کرتے ہیں اور ہم مثبت اثبات اور تصور کے ذریعے اپنی زندگی میں صحت، دولت اور خوشی لا سکتے ہیں۔ یہ کتاب لاشعوری ذہن کی طاقت اور اس کے استعمال کے بارے میں ہے۔ یہ بتاتی ہے کہ ہمارے شعوری خیالات لاشعوری

کیا دی پاور آف سب کنشس مائنڈ پڑھنے کے قابل ہے؟

عملی مشورے اور مثالیں ہیں جو قارئین کو اپنے اندرونی خیالات کو سمجھنے اور انہیں بہتر بنانے میں مدد دیتی ہیں۔ جی ہاں، یہ کتاب ان لوگوں کے لیے بہت مفید ہے جو اپنی زندگی میں مثبت تبدیلی لانا چاہتے ہیں۔ اس میں

دی پاور آف سب کنشس مائنڈ کا اختتام کیسے ہوتا ہے؟

میں کامیابی حاصل کر سکتے ہیں۔ یہ قاری کو اپنے لاشعوری ذہن کو روزانہ استعمال کرنے کی ترغیب دیتی ہے۔ Spoiler: کہ لاشعوری ذہن ہر مسئلے کا حل رکھتا ہے اور اگر ہم اس پر بھروسہ کریں اور مثبت اثبات جاری رکھیں تو ہم اپنی زندگی کتاب کا اختتام اس بات پر زور دیتا ہے

دی پاور آف سب کنشس مائنڈ کسے پڑھنی چاہیے؟

اور خوشی حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ یہ نفسیات، خود مدد اور روحانیت میں دلچسپی رکھنے والوں کے لیے بھی مفید ہے۔ ان لوگوں کے لیے ہے جو خود کو بہتر بنانا چاہتے ہیں، خوف اور پریشانی سے نجات چاہتے ہیں، یا اپنی زندگی میں کامیابی یہ کتاب

دی پاور آف سب کنشس مائنڈ پڑھنے میں کتنا وقت لگتا ہے؟

ہیں، اگر وہ عام رفتار سے پڑھے۔ تاہم، یہ وقت قاری کی پڑھنے کی رفتار اور کتاب کے مطالعے کی گہرائی پر منحصر ہے۔ اوسطاً ایک قاری کو یہ کتاب پڑھنے میں تقریباً 6 سے 8 گھنٹے لگ سکتے