

Съдържание

Въведение	9
<i>Първа глава</i>	
ПСИХИЧНИТЕ БАКТЕРИИ НА СТРАХА И НЕГОВИТЕ СИМПТОМИ	11
<i>Втора глава</i>	
КАК ДА УНИЩОЖИМ ПСИХИЧНИТЕ БАКТЕРИИ НА СТРАХА	23
<i>Трета глава</i>	
ОСВОБОДЕТЕ УМА СИ ОТ ОТРОВИТЕ НА ТРЕВОГАТА	56
<i>Четвърта глава</i>	
КАК ДА ПРЕОДОЛЕЕМ СЦЕНИЧНАТА ТРЕСКА	71
<i>Пета глава</i>	
ДА СЕ ИЗЦЕЛИМ ОТ ПСИХИЧНИТЕ БАКТЕРИИ НА СТРАХА ЧРЕЗ МЕДИТАЦИЯ	84
<i>Шеста глава</i>	
ПЕСНОПЕНИЯ И УТВЪРЖДЕНИЯ ЗА ПРЕОДОЛЯВАНЕ НА СТРАХА	105
<i>Седма глава</i>	
БОГ: НАЙ-СЪВЪРШЕНОТО РЕШЕНИЕ ЗА ПРЕМАХВАНЕ НА СТРАХА	118
Приложение	132

Въведение

Скъпи читателю,

Приветстваме те с тази нова книга от поредицата *Мъдростта на Йогананда*. В нея Йогананда разглежда проблема за страха – една изключително важна тема за всички нас.

Интересно е, че Йогананда определя страха, пък и всички други вредни емоции, като психични бактерии. Какво е мал предвид?

За да отговорим на този въпрос, нека първо се запитаме: *Какво са бактериите?* Бактериите са мънички едноклетъчни организми, някои от които причиняват инфекциозни заболявания.

В такъв случай – какво са *психичните бактерии*? Те са чужди вредни ментални субстанции, които навлизат в психическата ни система и я разболяват.

Нежеланите физически бактерии се унищожават от силната имунна система или с някои лекарства. Така и психичните бактерии на страха могат да се унищожат с помощта на *имунната система* на една конкретна умствена нагласа, както и с определени *психологически лекарства*. Но какви са тези *лекарства*? Именно този въпрос ще разгледаме в настоящата книга.

В първа глава ще изясним до каква степен психичните бактерии на страха обуславят живота ни: стра-

хът, тревогата и безпокойството ограбват нашия покой, а без вътрешен покой никога не можем да бъдем щастливи. Страхът трови дните ни, здравето, психическото ни състояние, външния успех и цялото ни съществуване. Колкото по-ясно разбираме това, толкова по-решително ще се заемем да елиминираме тези нездравословни психични бактерии.

От втора глава нататък ще откриете конкретните *лекарства*, предназначени за изцеление на ума и сърцето от страха.

Както навсякъде в тази поредица, всички изказвания, истории и стихотворения са почерпени от оригиналните уроци на Йогананда, неговите беседи, списанията му (*Изток – Запад* и *Вътрешна култура*), а също и от творбите на Свами Криянанда, които предано записва и споделя думите на своя гуру.

С обич в Господа и приятелски чувства,

CRYSTAL CLARITY PUBLISHERS