

Съдържание

Бележка на издателя	9
---------------------	---

Глава 1

СМЕЛОСТТА: ВЪТРЕШНОПРИСЪЩО КАЧЕСТВО НА ДУШАТА	11
---	----

Глава 2

СПОКОЙСТВИЕТО: ИЗТОЧНИК НА СИЛА	20
---------------------------------	----

Глава 3

САМОЧУВСТВИЕ: Вие сте чеда на БЕЗПРЕДЕЛНОТО	31
---	----

Глава 4

ДА ОСВОБОДИМ УМА СИ ОТ БЕЗПОКОЙСТВОТО, СТРАХА И НЕРВНОСТТА	41
---	----

Глава 5

ИЗКОРЕНЯВАНЕ НА ДРУГИТЕ НЕГАТИВНИ ЕМОЦИИ	59
--	----

Глава 6

НАУЧНИ ЛЕЧЕБНИ УТВЪРЖДЕНИЯ ЗА ВЪТРЕШНА СИЛА	65
---	----

Глава 7

МЕДИТАЦИЯ ЗА НАСТРОЙВАНЕ В СЪЗВУЧИЕ С НАЙ-ВИСШЕТО У ВАС	89
--	----

Глава 8

ВАШАТА ВСЕМОГЪЩА БОЖЕСТВЕНА ПРИРОДА	103
-------------------------------------	-----

Уважаеми читателю,

В ръцете си държите ръководство за възвръщане на най-висшата сила, която се крие у вас. Прочетете внимателно тази книга, поийте мощните думи на Учителя, следвайте простичките му съвети и ще усетите как се изпълвате с нова енергия и се зареждате с издръжливост, за да посрещнете всяко предизвикателство с радостна увереност, спокойствие и смелост.

Парамханса Йогананда пристига от Индия в Съединените щати през 1920 г. и запознава Запада с учението и техниките на йога – древната наука за пробуждане на душата. Той е първият учител по йога, който се установява на Запад, а неговата *Автобиография на един йогин* се превръща в бестселър на всички времена, разкривайки пред западното общество неизползвания потенциал на човешката душа.

Йога е древната наука, която обяснява как човек може да пренасочи енергиите си навътре, за да постигне духовно пробуждане. Освен че предоставя на американците най-практичните и ефективни техники за медитация, Йогананда разяснява как се прилагат тези принципи и към всички области на живота.

Статиите, включени в тази книга, са събрани от няколко източника: от уроците, написани от Йогананда през 20-те и 30-те години на миналия век; от негови

статии, публикувани в списанията *Вътрешна култура* и *Изток - Запад* преди 1943 г.; и от книжката *Научни утвърждения за изцеление*, публикувана през 1924 г. По-голямата част от включените тук материали не присъстват в други източници.

ИЗДАТЕЛСТВО CRYSTAL CLARITY