

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие</i>	5
<i>Введение</i>	7

ЧАСТЬ I

ДЕЙСТВИЯ ВЕДУТ К ПРЕУСПЕВАНИЮ И РЕАЛИЗАЦИИ ПЛАНОВ

1	Вера порождает уверенность и успех (1983)	19
2	Люди, достигающие наибольшего успеха, решают наибольшее число проблем (1981)	21
3	Энергия, упорство и контроль сознания по системе Сильвы (1979)	23
4	Сейчас мы объясним, как вы можете узнать, что делать со своей жизнью (1993)	25
5	Как определить цель в жизни (1995)	28
6	Древняя формула, содержащая современную стратегию успеха (1991)	33
7	Что мы имеем в виду, когда говорим о сознании? (1983)	37
8	Исследования доказывают, что мы опережаем время (1980)	40
9	Что дает людям силы продолжать, когда они испытывают разочарование? (1997)	43

10	Уничтожьте врагов вашей иммунной системы (1983)	51
11	Хорошее случается с вами тогда, когда вы делаете то, для чего посланы (1988)	54
12	Как понять, правильно ли вы живете (1990)	57
13	Возводите преуспевание на фундаменте духовности (1983)	59
14	Правда о преуспевании (1987)	62
15	Мы должны развиваться и не забывать о наших ценностях (1982)	67
16	Тревога — основная проблема современности (1981)	70
17	Ученые говорят, что Сильва делает невозможное (1987)	73
18	Чем отличается система Сильвы от гипноза, йоги и других методов? (1989)	78
19	Разница, которую я вижу между системой Сильвы и гипнозом (автор Хосе Сильва — младший)	82
20	Научиться быть счастливым легко (1993)	86
21	Игнорируйте критиков, потому что критика разрушает (1987)	88
22	Сознание привлекает все больше внимания (1980)	91
23	Вы можете быть эффективнее, чем лучшие экстрасенсы (1997)	94
24	Определяют ли знаки зодиака судьбу человека? (1986)	100

- 25 Управляете ли вы обстоятельствами или плывете по течению? (1990) 102
- 26 Практикуйте методики Сильвы и продолжайте свой личностный рост (1986) 105
- 27 Что вы делаете для того, чтобы помочь решить проблемы? (1981) 107

ЧАСТЬ II

НЕСКОЛЬКО БАЗОВЫХ МЕТОДИК, КОТОРЫЕ ВЫ МОЖЕТЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ

- 28 Незначительные мелочи = большой успех (1980).... 114
- 29 Поступайте так — и преуспевайте (1983) 116
- 30 Как стать более позитивно мыслящим человеком (1985) 119
- 31 Вы можете преодолеть скрытые препятствия и восстановить нормальное здоровье (1987) 121
- 32 Беспокойство тоже может помочь вам (1980).... 124
- 33 Как стать позитивнее (1987)..... 127
- 34 Как ставить перед собой цели, ведущие к преуспеванию (1985)..... 130
- 35 Как обращать трудности в свою пользу (1982).... 132
- 36 Научите детей использовать визуализацию и воображение (1983)..... 135
- 37 Давайте дадим нашим детям нечто дополнительное (1982)..... 137
- 38 Почему в школах не преподают курс развития памяти? (1987) 140

- 39 Для вас открыто много способов общения
(1998) 145
- 40 Нас наказывает только собственное
невежество (1988)..... 151
- 41 Проблема, с которой можно справиться,
не прилагая никаких усилий (1984)..... 154
- 42 Освободитесь от старых программ,
разорвав циклы привычек (1989)..... 157
- 43 У неудач могут быть причины, но оправдать
их ничем нельзя (1989)..... 160
- 44 Руководство по использованию субъективного
измерения для решения проблем (1997)..... 164
- 45 Вы можете накопить энергию, чтобы достичь
своих целей (1989) 170
- 46 Шаги, ведущие к успешному программированию
сознания (1987)..... 172
- 47 Наш девиз — становиться с каждым днем
все лучше и лучше (1980)..... 175
- 48 Исследования сознания помогают понять,
кто мы такие (1992)..... 177
- 49 Как просить о помощи тех,
кто с «другой стороны» (1989)..... 180
- 50 Активная деятельность и участие в жизни людей
помогают не стареть (1985)..... 183
- 51 Продолжайте становиться все лучше и лучше,
повышая свою осознанность (1991) 186

- 52** Преуспевание приходит с практикой (1982)..... 188
- 53** Мы должны выполнять наши обязательства
и помогать облегчать страдания человечества
(1982) 191
- 54** Чтобы добиться успеха, следуйте этому плану
(1982) 194
- 55** Пришло время начинать вторую фазу эволюции
человека (декабрь 1987) 197

ЧАСТЬ III

НЕСКОЛЬКО ЛИЧНЫХ НАБЛЮДЕНИЙ

- 56** Вы сможете сделать больше, если будете
эффективно использовать время (1989)..... 208
- 57** У меня есть причина для оптимизма: все больше
людей решают свои проблемы (1989) 210
- 58** Молитва более эффективна, когда совершается
на альфа-уровне (1989) 213
- 59** На частоте мозговых волн 10 циклов в секунду
вы можете изменять внешние обстоятельства
(1988) 216
- 60** Мы можем помочь Создателю, если будем
созидать, а не разрушать (1989)..... 219
- 61** Устраните ограничения, и вы будете добиваться
все большего и большего успеха (1987)..... 222
- 62** Как понять, что делать со своей жизнью (1991).... 224
- 63** Методики Сильвы предоставляют вам три способа
развития в себе способности гения (1999)..... 227

- 64 Как исследования и испытания с помощью ЭЭГ приводят к научным прорывам (1996) 231
- 65 Наконец-то мы разгадали величайшую загадку жизни (1990) 235
- 66 Не забывайте об истинной цели системы Сильвы (1991) 238
- 67 Действительно ли русские ученые более продвинуты в изучении психических явлений (1981) 242
- 68 Семь предметов, положенных в основу системы Сильвы (1988) 244
- 69 В нашей работе нас направлял исследователь из прошлого (1988) 248
- 70 Занимайтесь сами собой и устраните причины всех проблем (1993) 251
- 71 Пока другие лечат симптомы, вы можете устранить причины проблем (1986) 257
- 72 Пророк, вдохновивший нас на исследования сознания (1985)..... 259
- 73 Если правительству потребуются дистанционные наблюдатели (1996) 262
- 74 Развивайте в себе качества суперзвезды, чтобы добиться большего успеха в жизни (1985) 266
- 75 Как знания однажды спасли меня от увечий (1982) 270
- 76 Как понять, насколько успешно вы развиваете свои ментальные способности (1986) 272

- 77 Сияйте, как звезда, и совершите что-нибудь значительное (1990) 275
- 78 Как скептики превращаются в энтузиастов (1986) 277
- 79 Теперь нас активно поддерживают прежние скептики (1991)..... 280
- 80 Помогите поделиться с миром пользой, которую приносят наши исследования (1991) 283
- 81 Счастье состоит в том, чтобы заниматься тем, ради чего тебя послали сюда (1994) 286
- 82 Мечтая, вы открываете в себе гениальность (1994) 291
- 83 Как улучшить результаты работы по системе Сильвы (1988)..... 297
- 84 Используйте эту продвинутую методику для привязки к позитивным программам (1985) 301
- 85 Нам нужны люди, чтобы помочь всем, кто нуждается в нашей помощи (1992) 305

ЧАСТЬ IV

ИДЕИ ПРИХОДЯТ ИЗ МНОГИХ ИСТОЧНИКОВ

- 86 Педагог, который представил миру Хосе Сильву (1986) 314
- 87 Начните новый год со служения всемирным миротворцем (1984) 316
- 88 Инструменты Сильвы помогут вам справиться с быстроменяющимся миром (1992) 318

- 89 Правильно программируя свое сознание, вы можете достичь большего изобилия (1988).... 321
- 90 Несколько вопросов, которые следует задать себе, когда ваш бизнес идет плохо (1986)..... 326
- 91 Как очистить сознание, чтобы получить руководство высшего разума (1989) 330
- 92 Программирование будущего в прошедшем времени (1989)..... 332
- 93 Методики Сильвы расширяют возможности обучения (1980) 335
- 94 Мудрость прошлого способна помочь нам построить лучшее будущее (1989) 338
- 95 Каждый из нас может помочь принести мир на нашу планету (1991) 342
- 96 Как превзойти даже тех людей, которые имеют перед вами интеллектуальное преимущество (1996) 345
- 97 Размышления о цели жизни на Рождество (1998)... 353
- 98 Сделайте себе особый подарок, от которого получит пользу все человечество (1990) 356
- 99 Когда-нибудь жизнь станет такой (1986) 358
- 100 Человек, который помог сделать мир лучше (1998) 360
- 101 Принципы глобальной этики (1997)..... 362

Приложение А

О центрирующем упражнении Сильвы..... 381

Приложение Б

Сорокадневная система развития способности
переключаться в режим альфа-волн..... 395

Приложение В

Тренировочный цикл для использования
формул убеждения..... 403

Приложение Г

Развитие вашей природной способности
к экстрасенсорному восприятию..... 421

ВВЕДЕНИЕ

Из нищеты к преуспеванию

Жизнь Хосе Сильвы — это больше чем грандиозная история американского успеха, которая преодолела время и пространство, продемонстрировала решимость, величие и божественность человечества.

Осиротев в четыре года, наш герой в детстве ни дня не ходил в школу. Но чтение и исследования, которыми он занимался, чтобы помочь своим детям, открыли Хосе тайны сознания и человеческого потенциала, которые оставались сокрытыми в течение тысяч лет.

Двадцать два года упорной деятельности Хосе Сильвы, направленной на раскрытие этих тайн, буквально изменили мир. Он действительно нашел секрет успеха.

Хосе Сильва был уникальным человеком

В юности он показывал выдающиеся спортивные результаты, занимаясь боксом. Был успешным бизнесменом, зарабатывая больше, чем многие взрослые в его городке. Став взрослым, научился петь, да так хорошо, что ему предложили годовую стипендию для обучения вокалу в Италии.