

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ СВОИМИ МЕНТАЛЬНЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ
КАЖДЫЙ ДЕНЬ!

МЕТОД СИЛЬВЫ



ПОМОЩЬ
ОТ ВАШЕГО
ПОДСОЗНАНИЯ

ХОСЕ СИЛЬВА-младший

Эд Бернд-младший

Хосе Сильва

**Метод Сильвы: помощь
от вашего подсознания**

«Попурри»

2007

Сильва Х.

Метод Сильвы: помощь от вашего подсознания / Х. Сильва —
«Попурри», 2007

ISBN 978-985-15-3926-6

Знаменитый метод Сильвы поможет вам выявить в себе задатки к нестандартному восприятию, научиться интерпретировать скрытую информацию и использовать ее для улучшения всех сторон своей жизни, включая здоровье, благосостояние и отношения с людьми. Для широкого круга читателей.

ISBN 978-985-15-3926-6

© Сильва Х., 2007

© Попурри, 2007

Содержание

Слова благодарности	6
Введение	7
Чаше будьте правы и реже ошибайтесь	8
Польза экстрасенсорных способностей	9
Начните пользоваться ЭСВ прямо сегодня	10
Чем ценно эсв	11
Как развить в себе данное от природы эсв	12
Вступите во вторую фазу эволюции человечества на планете	13
Часть I	14
Глава 1	14
В поисках секрета успеха	14
Случайность, которая изменила многие жизни	16
Цепь совпадений	16
Дополнение к формуле успеха	19
Следующий шаг	20
Что такое альфа-ритм?	21
Достижение альфа-уровня	21
Как люди пользуются своим сознанием	22
Ваш первый опыт на альфа-уровне	22
Магия мышления в альфа-состоянии	23
Сознательное использование альфа-состояния	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Хосе Сильва-младший, Эд Бернд-младший

Метод Сильвы: помощь от вашего подсознания

*Посвящается человечеству — всем, кто жил до нас, живет сейчас
и придет после нас; всем, кто участвует в конструктивной творческой
работе по совершенствованию мира, чтобы после нашей смерти мы
оставили Землю в лучшем состоянии для последующих поколений.*

Перевел с английского С. Э. Борич по изданию:

JOSE SILVA'S EVERYDAY ESP

(Use Your Mental Powers to Succeed in Every Aspect of Your Life)

by Jose Silva Jr. with Ed Bernd Jr.

© 2007 by Jose Silva Jr. and Ed Bernd Jr.

Слова благодарности

Мы хотели бы поблагодарить старшего редактора Майкла Пая за то, что он уговорил нас написать эту книгу. Это была прекрасная идея, и мы счастливы, что он убедил нас взяться за работу.

Мы также благодарны директору издательства Кристен Паркер за глубокое проникновение в тему и те вопросы, которые помогли нам сделать эту книгу еще лучше.

Мы очень ценим терпение и понимание, проявленные Джиной Талуччи в ходе редактирования и корректуры, в результате чего текст стал действительно выражать мысли, которые мы хотели донести до читателей.

Особой благодарности заслуживает Майкл Фицгиббон за нанесение заключительных штрихов, которые сделали книгу вполне пригодной для чтения.

Введение

Может ли оказаться так, что вы обладаете экстрасенсорными способностями, но сами того не знаете? Вполне вероятно.

Случалось ли с вами такое, что вы только подумали о человеке, а он тут же позвонил вам? А может быть, вам доводилось произносить фразу, которая только что пришла в голову вашему другу?

А не бывало ли так, что вы о чем-то мечтаете и ваши мечты сбываются буквально на следующий день или через некоторое время? Бывали ли у вас сны, содержащие информацию, которая помогала впоследствии решить какую-то проблему? Такое случается с большинством людей.

Когда вы были моложе, случалось ли вам пристально смотреть на человека до тех пор, пока он не оборачивался и вы не встречались с ним взглядом? Или, наоборот, вы чувствовали, что на вас кто-то уставился, а обернувшись, действительно убеждались в этом.

Все это примеры проявления ваших естественных экстрасенсорных способностей.

Вы можете без особого труда развить в себе экстрасенсорное восприятие и научиться настраивать ум в поисках нужной информации, которая поможет вам принимать правильные решения относительно собственного здоровья, взаимоотношений с людьми, бизнеса, развития своей личности и даже определения жизненного предназначения.

Чаще будьте правы и реже ошибайтесь

Плохие решения ведут к разочарованию, несчастью, страданиям и неудачам.

Хорошие решения приносят успех, счастье, уважение, удовлетворение и любовь.

Ощущали ли вы когда-нибудь, что способны на нечто большее в жизни? Возможно, вы чувствовали, что в вас скрыты какие-то таланты, которые только и ждут своего часа, чтобы воплотиться в успех, или что вы готовы к исполнению какой-то особой жизненной миссии.

Как было бы здорово, если бы некий высший разум подсказывал нам, каким образом можно добиться в жизни большего. Именно этому и посвящена разработанная Хосе Сильвой система экстрасенсорного ультраума. Она направлена на то, чтобы оставшийся вам жизненный срок стал самым удачным периодом вашей жизни.

Польза экстрасенсорных способностей

Существует ли практическая польза от экстрасенсорного восприятия (ЭСВ) или оно требуется только для каких-то особых случаев? Можно ли использовать его в повседневной жизни?

Безусловно. ЭСВ (которое часто называют также интуицией) в состоянии помочь вам в любой сфере жизни.

Существует множество примеров, когда люди пользуются ЭСВ в решении бытовых вопросов, чтобы обрести или сохранить крепкое здоровье, бодрость и энергичность, построить прочные и хорошие взаимоотношения в личной и деловой жизни, отыскать свое жизненное призвание и преуспеть в его реализации.

Практическое ЭСВ принесло пользу женщине по имени Кэтрин Онг из Австралии, имевшей нехорошие предчувствия относительно операции на груди. По пути в больницу она встретила человека, который организовал ей консультацию у другого врача. В результате был применен способ лечения, оказавшийся очень эффективным. Врачи и сами с успехом пользуются ЭСВ. Из главы 10 вы узнаете, как интуиция помогла доктору Келвину Пулу поставить правильный диагноз еще до того, как он был подтвержден лабораторными исследованиями.

В главе 11 врач Клэнси Маккензи объясняет, каким образом он использует информацию, полученную во сне, для выявления проблем и их решения.

Кэтрин Хендорф обнаружила в ЭСВ несомненную пользу для себя. Во-первых, оно открыло женщине глаза на серьезные проблемы в семейной жизни, а затем, когда она меньше всего этого ожидала, свело с человеком, за которого Кэтрин вышла замуж и с которым счастливо живет до сих пор. (Подробности этой истории вы узнаете из главы 12.)

Долорес, работающая в компании, занимающейся высокими технологиями, воспользовалась повседневным ЭСВ, чтобы уволиться с работы, которая ее не устраивала, и найти себе лучшее применение. Сю Айронс из Австралии пошла другим путем: она так «запрограммировала» своего вредного босса, что тот уволился сам. (Эти истории вы сможете прочитать в главе 16.)

Есть и другие примеры, подтверждающие преимущества ЭСВ в повседневной жизни. В главе 10 Лян Пин из Китая расскажет о том, как ей удалось естественными средствами нормализовать менструальный цикл. Одна из первых последовательниц метода Сильвы в Китае, Сю Киян поделится случаем из своей жизни, когда ЭСВ помогло ей еще до взлета обнаружить неисправность в самолете.

Из главы 16 вы узнаете, как интуиция помогла Пенни Этвелл из штата Мэн найти покупателя на свой старый дом, который женщина очень любила, и как Томоки Такахаси из Японии с помощью той же интуиции нашел себе отличную квартиру.

В главе 6 рассказывается о методе, который мой отец разработал незадолго до своей смерти и который вы можете применять, чтобы использовать для своей выгоды различные случайности и совпадения и добиваться успехов в любой сфере жизни, будь то сохранение здоровья, удачный брак, благосостояние, позволяющее удовлетворять все свои нужды, или выяснение вашего жизненного предназначения.

Начните пользоваться ЭСВ прямо сегодня

Из этой книги вы узнаете о двух способах, позволяющих выйти на уровень альфа-волн своего головного мозга и активизировать мыслительные способности, чтобы устранять возникающие проблемы, преодолевать трудности, программировать себя на достижение успеха и развивать природную интуицию.

Кроме того, я научу вас четырем чрезвычайно эффективным приемам использования интуиции для оказания помощи себе и окружающим и общения с силами более высокого порядка, которые мы называем высшим разумом. Это также поможет вам лучше осознать свое жизненное предназначение и получить необходимую помощь и поддержку для его реализации.

Например, в главе 6 мы продемонстрируем вам научный метод общения с высшим разумом, который позволит принимать правильные решения в ходе исполнения жизненной миссии.

В главе 7 будут раскрыты некоторые аспекты психометрии – искусства получения информации через приближение или прикосновение к предметам.

Кроме того, мы научим вас заряжать различные предметы вокруг своего дома мысленными посланиями, оказывающими влияние на других людей.

Профессор Джон Михаласки в главе 17 расскажет о результатах своего десятилетнего исследовательского проекта, посвященного роли интуиции в деятельности руководителей различного ранга. Наконец, в главе 18 психиатр объяснит вам, как он творчески использовал информацию, полученную на альфа-уровне, и случайные события, инспирированные высшим разумом, для вскрытия причин и лечения депрессии и шизофрении.

Чем ценно ЭСВ

Вот три причины, позволяющие говорить о высокой ценности ЭСВ.

Во-первых, вы можете использовать интуицию для получения информации, недоступной вашим физическим органам чувств. Почему это так важно? Мой отец всегда говорил, что не бывает проблем, у которых нет решения. Есть только проблемы, для разрешения которых нам не хватает информации. Если же информации достаточно, то и решение находится без труда.

Во-вторых, вы можете спроецировать свои мысли и представления на решение проблемы ментальным путем (мы называем это эффективным сенсорным проецированием). Именно так осуществляется дистанционное лечение, или лечение силой молитвы. Вы проецируете на человека мысленный образ хорошего здоровья и тем самым оказываете влияние на физическое тело, возвращая его к исходному состоянию, которое было задумано Творцом.

В-третьих, вы можете использовать ЭСВ для общения с высшим разумом, чтобы получить от него хороший совет и поддержку в ходе принятия решений и реализации своего жизненного предназначения. Мой отец называл это получением содействия «от невидимых помощников».

Поняв, что для этого необходимо, вы сможете использовать свой ум, в первую очередь, для коррекции субъективного измерения. Ведь все начинается с мыслей. Сперва вы о чем-то думаете – и только потом делаете. На уровне альфа-волн головного мозга, о которых мы подробно поговорим в главе 1, вы сможете мысленно скорректировать любые аномалии, что существенно облегчает внесение корректив и в физические измерения.

Как развить в себе данное от природы ЭСВ

В этой книге я расскажу о двух способах, с помощью которых вы научитесь произвольно выходить на нужный уровень мышления, позволяющий развивать в себе экстрасенсорное восприятие и пользоваться им в повседневной жизни. Вы сможете самостоятельно практиковаться, применяя мои инструкции, которые приводятся в первых двух главах. Если вы уже освоили альфа-уровень, то можете совершенствовать свои навыки с помощью описанных в книге упражнений.

Потребуется лишь несколько минут в день, чтобы научиться использовать альфа-состояние. Небольшие затраты времени принесут высокие дивиденды, так как вскоре этот процесс станет осуществляться автоматически без сознательных усилий с вашей стороны, и вы даже не будете замечать этого.

С помощью ЭСВ вы сможете получать необходимую информацию так же легко и естественно, как и при использовании органов чувств.

Вы будете ощущать нашу помощь и после того, как полностью прочтаете книгу, так как сможете использовать ЭСВ в повседневной жизни для решения проблем, улучшения условий жизни на нашей планете и превращения ее в земной рай.

Чтобы извлечь пользу из ЭСВ, им надо пользоваться каждый день. В первые несколько недель большую часть времени вам придется потратить на выполнение упражнений и осмысление своих переживаний и ощущений. Впоследствии понадобится лишь несколько минут в день для практического применения ЭСВ с целью достижения желаемых результатов.

Незначительные затраты времени на освоение практического ЭСВ окупятся с лихвой, так как с его помощью вы будете находить решения проблем и ресурсы для выполнения своей работы наилучшим образом.

Вступите во вторую фазу эволюции человечества на планете

Практическая система экстрасенсорного восприятия Хосе Сильвы настолько притягательна, что миллионы людей во всем мире пользуются ею уже на протяжении последних сорока лет. Сегодня у нас есть новый инструмент – ментальное видео, которое обладает такой силой, что буквально открывает двери ко «второй фазе эволюции человечества», как выражался мой отец.

В процессе написания книги мы брали самые лучшие материалы из системы экстрасенсорного ультраразума Хосе Сильвы и дополняли их новыми данными и опытом, накопленным его последователями.

Мы благодарны всем, кто присоединяется к нашей миссии, и рады, что вы приняли решение и приступили к действиям по реализации своего жизненного предназначения. Вас ждет удовлетворение от того, что вы успешно и полно проживете свою жизнь и сделаете этот мир чуточку лучше.

Мой отец говорил: «Пусть оставшийся вам жизненный срок станет самым удачным периодом вашей жизни».

Часть I

Познакомьтесь с методом сильвы

Глава 1

Успех зависит от того, как вы используете свое сознание

Думали ли вы когда-нибудь о том, что человек, от рождения располагающий богатством и привилегиями, далеко не всегда добивается успеха в жизни, а тот, кто родился в бедности, не обязательно обречен на неудачу?

Успех вовсе не зависит от того, насколько вы образованы. Основатель компании «Microsoft» Билл Гейтс был исключен из колледжа – и стал самым богатым человеком в мире. Майкл Делл был настолько занят сборкой компьютеров для студентов, что его исключили из Техасского университета, а сегодня компания «Dell» является крупнейшим мировым производителем компьютеров. Эдисон и Эйнштейн не блистали успехами в учебе, а Авраам Линкольн вообще не имел почти никакого формального образования.

Мой отец не окончил даже школы. В то время, как остальные шестилетние дети ходили в школу, он вынужден был работать, чтобы материально поддержать семью. Когда ему было всего четыре года, его отец стал жертвой террористического акта во время мексиканской революции, а мать после этого повторно вышла замуж и покинула семью. Конечно, детство отца складывалось не лучшим образом, но ему, похоже, постоянно сопутствовала удача. У него был дар принимать нужные решения и делать именно то, что требуется в данную минуту.

И мой отец, конечно, не единственный удачливый человек. Есть много людей, которые тоже имеют обыкновение оказываться в нужное время в нужном месте и принимать правильные решения, ведущие к успеху.

В поисках секрета успеха

Как им это удается? Мой отец стал задумываться над этим, когда женился и в семье появилось потомство. Я был первым из десяти детей. Когда родился третий ребенок, отец начал читать книги по психологии в надежде отыскать в них ответ. Он знал, что успех придет к нему не за счет образования и хорошего воспитания, потому что их у него попросту не было.

Зигмунд Фрейд не дал ему прямого ответа, но направил мысли в нужное русло. Фрейд в свое время использовал гипноз, поэтому отец приобрел книги по гипнозу и начал применять его по отношению к детям. Обычно он работал с моими братьями и сестрами, а я наблюдал. Став немного постарше, я вел аудиозаписи его сеансов.

Вскоре отец обнаружил, что дети, находясь в определенном состоянии, способны на поразительные вещи. Они без труда выполняли его задания, в том числе и по запоминанию материала, который зачитывался им вслух.

Даже сегодня мой брат Тони может наизусть рассказать стихотворение «Непобедимый», прочитанное ему отцом более сорока лет назад, когда Тони находился под гипнозом.

Но этим дело не ограничилось. Моя сестра Изабель стала угадывать, какие стихотворения отец попросит ее рассказать, и при этом никогда не ошибалась. «Похоже было, что она читает мои мысли», – вспоминал отец впоследствии.

Он предположил, что девочка просто знает, чего от него можно ожидать, поскольку они уже очень долго работают вместе. Чтобы убедиться в отсутствии у дочери «сверхъестественных

сил», отец стал задавать ей вопросы, на которые и сам не знал ответа, и, к своему удивлению, при последующей проверке обнаружил, что все ответы оказались верными.

Результат был просто поразительным. Он потратил столько сил и времени на то, чтобы дочка, находясь под гипнозом, запоминала прочитанные ей стихи и другой материал, а выяснилось, что она способна давать правильные ответы на вопросы, которым ее никто никогда не учил.

Действительно, находясь в определенном гипнотическом состоянии, она могла накрепко запечатлевать информацию в нейронах своего мозга, а затем с помощью постгипнотического внушения воспроизводить ее.

Кроме того, находясь на том же уровне активности мозга, она способна была отыскивать информацию, запечатленную в нейронах мозга отца и, по-видимому, других людей.

Информация чрезвычайно важна для достижения успеха в жизни. Если она у вас есть, вам легче принять правильное решение. Отец частенько говорил: «Не бывает проблем, у которых нет решения. Есть только проблемы, для разрешения которых нам не хватает информации».

Он понял, что способность Изабель находить «скрытую» информацию в головах окружающих людей может стать ее чудесным «секретным оружием» во всех аспектах жизни.

Эта мысль настолько овладела отцом, что он отправил письмо в университет Дюка доктору Дж. Б. Райну, в котором написал, что посредством тренировки выработал у своей дочери паранормальные способности. Доктор Райн посвятил долгие годы исследованию необычных человеческих возможностей и был убежден в том, что некоторые люди способны на сверхчувственные, или экстрасенсорные, проявления. Именно он пустил в оборот термин «экстрасенсорное восприятие» (ЭСВ).

Райн ответил отцу, что человека невозможно научить экстрасенсорному восприятию и такие способности даются лишь отдельным людям от рождения. Отец должен быть просто благодарен судьбе, что у одного из его детей проявились подобные задатки, но не стоит обманывать себя и считать, будто он научил этому свою дочь, потому что такая способность у нее была всегда.

Отец был разочарован, но отнесся к этой рекомендации скептически. В конце концов, он знал Изабель на протяжении всей ее жизни. Он даже помогал при ее родах. У дочери не было никаких особых способностей до тех пор, пока он не подверг ее гипнозу. Только измененное состояние сознания позволяло девочке находить информацию о вещах, с которыми она прежде никогда не сталкивалась.

Отец задумался, каким образом можно убедить доктора Райна в своей правоте. Для этого он решил применить научный подход и подвергать испытуемых предварительным тестам, чтобы убедиться, что у них нет никаких паранормальных задатков, и лишь затем вводить в ментальное состояние, в котором они могли бы проявить свои сверхъестественные способности.

«Я никогда не считал, что Творец может проявлять дискриминацию по отношению к людям, — писал он. — Невозможно себе представить, чтобы одних Бог наделял какими-то особыми способностями, а других нет. Я чувствовал, что эти способности заложены в каждом человеке, и надо только научиться пользоваться ими. На мой взгляд, это то же самое, что и умение читать. Каждый способен читать и писать, но большинство людей нуждается в том, чтобы их этому научили».

Отец всегда верил, что если кто-то на что-то способен, то этому может научиться каждый. Он и представить себе не мог, что Творец дал одним людям какие-то «дополнительные» возможности, а остальных обделил. Конечно, кто-то может владеть ими лучше, чем другие, но отец был убежден, что если что-то в принципе возможно, то этому можно обучить каждого.

Он убедился в этом на собственном примере. «Брат с сестрой показали, как писать мою фамилию, – вспоминал он, – чтобы я мог подписываться не крестиком, а полным именем». Это стало первым толчком, а дальше он продолжал учиться уже самостоятельно.

Случайность, которая изменила многие жизни

Именно тяга к знаниям привела отца к ремонту электронных приборов. На дворе был 1928 год. Прошло всего несколько лет с тех пор, как в эфир вышла первая коммерческая радиостанция. Отец, которому в то время было 14 лет, зашел как-то в парикмахерскую, чтобы почистить сборники комиксов. Таким путем он упражнялся в чтении. Картинки в комиксах помогали ему лучше понимать написанные слова.

В тот день ему в руки попала совсем другая книга. Это была брошюра с первой лекцией заочного курса по ремонту радиоприемников. Он начал читать и обнаружил, что кое-что понимает. Позднее отец вспоминал: «Там говорилось о том, что если взять проволоку любой длины и с одного ее конца запустить электрон, то другой электрон выйдет с противоположной стороны. Они сравнивали это с длинной трубкой, наполненной стеклянными шариками. Если с одного конца вы засунете еще один шарик, то он выдавит такой же с противоположного».

Чем больше у вас знаний, тем больше способов заработать денег. Поэтому отец попросил парикмахера одолжить ему брошюру для изучения.

«О, это очень ценная книга», – ответил парикмахер. Он предложил продать ее в рассрочку, и отец тут же согласился. У него уже был налажен мелкий бизнес. С мальчишками он разносил по домам товары на продажу и поэтому зарабатывал достаточно денег, чтобы позволить себе заплатить за книгу.

Однако парикмахер выдвинул еще одно условие. Он хотел, чтобы отец выполнял за него контрольные задания из этой брошюры и отсылал их в учебное заведение от его имени.

Отца и это устроило. Ему требовалась только информация. Таким образом парикмахер получил красивый диплом, который повесил на стене парикмахерской, а отец использовал полученные знания, чтобы открыть мастерскую по ремонту радиоприемников, которая вскоре стала одной из самых крупных в Южном Техасе.

Работая со своими детьми и изучая психологию, он начал задумываться о случайных событиях в своей жизни, которые привели его к успеху. Ведь причиной этого была не только информация, полученная в ходе учебы, или какие-то психологические способности.

В жизни присутствовало еще множество случайностей и совпадений, которые помогали ему на каждом шагу.

Один из самых ярких случаев произошел дождливым субботним утром, когда отец навсегда решил покончить со своими исследованиями.

Цепь совпадений

В 1949 году, после пяти лет исследований, отца вдруг охватило глубокое разочарование, и он решил, что психологии с него хватит.

Однако что-то (или кто-то) помешало ему реализовать свое решение. Вот как отец вспоминает об этом.



Фрейд, Адлер, Юнг – все эти высокообразованные и интеллигентные люди никак не могут прийти к согласию между собой. Как же я, простой и необразованный человек, могу

надеяться понять их? Если уж такие светила не в силах договориться друг с другом, то кто я такой, чтобы вступать в их споры? Я ведь просто любитель!

У меня был очень напряженный график работы. В тот вечер я закрыл свою радиомастерскую в 9 часов вечера и отправился домой поужинать. Ночью, когда моя жена Паула и дети уже спали, я сидел за какой-то книгой по психологии и вдруг понял, что с этим пора заканчивать.

У меня уже достаточно знаний, чтобы содержать семью, – думал я. – Прихожане в церкви считают мои занятия греховным заблуждением. Люди в городе уже начинают посмеиваться надо мной. Я трачу на свои исследования время и деньги, которые лучше было бы использовать для семьи. Зачем мне все это?

Я швырнул книгу через всю комнату. Она залетела под диван и стукнулась о стену. Паула услышала этот звук, но, очевидно, его услышал еще кто-то.

Послание от высшего разума

Я сразу же лег спать, но через два часа у меня в голове словно вспыхнул яркий свет.

Впечатление было такое, будто я взглянул в полдень на безоблачное небо. В пустоте передо мной висели два ряда цифр: сверху 3-4-3, а под ними 3-7-3. Сразу же после этого в голове возник образ Христа и книга «Жизнь отшельника» («One Solitary Life»), которую когда-то мне вручили на армейском призывном пункте. При чем тут Христос? – подумал я. – И какое отношение я имею ко всему этому? Что это за цифры?

Я открыл глаза и посмотрел на будильник на тумбочке. Он показывал 4:30 утра. «Возможно, это телепатическое послание», – сказал я себе. В то время я был уже достаточно подкован в парапсихологии и читал, что такие случаи возможны. Я решил, что это, вероятно, именно тот случай.

Придя в возбужденное состояние, я провел несколько экспериментов, пытаясь с закрытыми глазами удержать в себе этот яркий свет и не дать ему угаснуть, так как он уже начал постепенно затухать. Я пытался дышать медленнее, но это не помогло, попробовал сменить позу, но тоже безуспешно. Я пытался замедлить ритм сердечных сокращений, но, что бы ни делал, ничего не помогало. Свет становился все приглушеннее, пока полностью не исчез.

Я не заснул до самого утра, пытаясь анализировать, что произошло. Вспомнилось, как Паула не раз говорила мне, что, если слишком много читать, можно свихнуться. У меня даже в мыслях не было рассказывать ей о ярком свете, вспыхнувшем в моей голове, поскольку я заранее мог предугадать ее ответ: «Я же тебе говорила!»

Я уже готов был согласиться с ней, размышляя о том, что, возможно, люди именно так и сходят с ума, увидев свет у себя в голове.

Однако меня не покидала мысль, что, каковы бы ни были причины происшедшего со мной события, оно не таит в себе ничего плохого, так как я видел Христа и книгу «Жизнь отшельника».

В поисках ответа

Первым делом мне пришло в голову, что, возможно, следует позвонить по номеру, содержащему эти цифры. Я перелистал телефонный справочник от корки до корки, но не нашел ничего похожего.

Следующая мысль заключалась в том, что надо посетить дом с таким номером. Возможно, там живет человек, у которого для меня есть послание. Но, изучив карту города, я обнаружил, что в Ларедо домов с такими номерами не существует.

Примерно в четыре часа пополудни меня посетила еще одна мысль: надо обратить внимание на автомобильные номера с такими цифрами. Этим я и занимался весь остаток дня, будучи готовым обратиться с вопросом к любому водителю, у которого на номерной табличке были бы эти цифры, но так и не встретил ничего подходящего.

Без пятнадцати девять я начал закрывать мастерскую. В это время ко мне подошла Паула и сказала: «Если у тебя есть заказы из Мексики и ты поедешь туда, купи для меня бутылку спирта». Мы используем мексиканский спирт в медицинских целях, так как он очень чистый и стоит дешевле, чем у нас в Ларедо. Я ответил: «Дорогая, заказов оттуда у меня нет, но ради тебя я съезжу и куплю бутылку».

У друга возникает новая идея

Как раз в этот момент ко мне подошел старый друг и пригласил на чашку кофе. «Помоги мне закрыть мастерскую – и поедem», – ответил я и предложил ему, если он не очень спешит, заехать заодно в Мексику за спиртом для Паулы.

Поскольку мой друг уже целый год вместе со мной изучал психологию, я рассказал ему о своих ночных переживаниях, будучи уверенным, что он не сочтет меня сумасшедшим.

Когда мы переезжали по мосту на мексиканскую сторону, он вдруг сказал: «Кстати, раз уж мы в Мексике, мне вспомнилась мексиканская лотерея. Может быть, твои цифры как раз оттуда?» Об этом я и не думал, но терять было нечего, к тому же касса по продаже лотерейных билетов была всего в квартале от нас.

Остановившись перед кассой, я обнаружил, что она работает до 9 часов и мы уже опоздали. «Значит, не судьба, – сказал я другу. – Видимо, лотерея тут ни при чем». Мы пошли в винную лавку, чтобы купить спирт для Паулы. Пока продавец наливал в бутылку немного камфоры (это делает спирт непригодным для питья и избавляет от необходимости платить пошлину за ввоз спиртных напитков в Соединенные Штаты), друг прошел в соседнее помещение и обнаружил там несколько лотерейных билетов.

Успех пришел в последнюю минуту

– Какие цифры ты ищешь? – крикнул он из-за двери.

– 3-4-3, – ответил я.

– Есть такие.

– Ты что, шутишь?

– Иди сам посмотри.

И действительно, там был блок с пятью неиспользованными билетами серии 3-4-3. Обычно в блоке содержится двадцать билетов, но пятнадцать из них были уже проданы. Друг спросил, что я намерен делать, и я ответил: «Конечно, покупать!» И тут же приобрел все пять, хотя никогда до этого не играл в лотерею.

Теперь предстояло ждать два дня, чтобы выяснить, принесут ли мне удачу цифры 3-4-3.

Кроме того, выяснилось, что билеты с серийным номером 3-7-3 продавались в Мехико. Ни в одном другом месте их невозможно было купить, так как они предназначались только для реализации в столице. Впоследствии я узнал, что если бы приобрел такой билет, то мой выигрыш после уплаты налогов составил бы около 1000 долларов.

С другой стороны, билеты с номером 3-4-3 продавались только в винной лавке в Нуэво-Ларедо и я бы не смог найти их нигде, кроме этого заведения, даже если бы объездил всю страну. Билеты с этим серийным номером тоже оказались счастливыми. Заплатив налог и переводя мексиканские песо в американские доллары, я стал богаче чуть больше чем на 10 тысяч долларов. Я вернулся домой с десятью тысячами долларов в кармане, а для 1949 года это была целая куча денег!

Почему так произошло?

Пытаясь понять, каким образом эти цифры всплыли в моем сознании, шаг за шагом я проанализировал всю цепь случайных событий, приведших меня к успеху. Так, например, жене понадобился спирт из Мексики. Я мог бы сказать ей, что куплю бутылку в следующий раз,

когда у меня там будет заказ, или предложить ей послать кого-нибудь другого. Но вместо этого сам отправился в Мексику. Паула ничего не знала о моем сне. Конечно же, она даже и догадываться не могла, что посылает меня в единственное заведение во всей стране, где продаются лотерейные билеты с таким серийным номером.

И как все совпало по времени! Если бы друг зашел ко мне на 10 минут позже, я бы уже успел закрыть мастерскую и уйти. Если бы он не поехал со мной, у меня не возникло бы даже и мысли купить лотерейные билеты. Я бы просто не зашел в соседнее помещение магазина, где они продавались. Да даже если бы мне и пришла в голову идея насчет лотереи, я бы не стал настойчиво продолжать поиски, обнаружив, что касса уже закрыта.

Проследив и осмыслив каждую деталь этого происшествия, я понял, что имею дело с целой цепью случайных совпадений. Я чувствовал, что каждое из них пыталось что-то подсказать мне, или, скорее, кто-то старался донести до меня некую информацию, используя для этого, казалось бы, случайные события. Мне захотелось разобраться и понять, что же именно мне так настойчиво пытались сообщить.

В поисках ключа к разгадке я начал вспоминать все, что предшествовало этому событию, – час за часом, шаг за шагом. Единственным, что могло иметь хоть какую-то связь с этой серией случайностей, было мое решение забросить изучение психологии.

Поняв это, я вытащил книгу по психологии из-под дивана, сдул с нее пыль и продолжил учебу.

Цепь совпадений – не одно, а целых пять связанных друг с другом случайных событий – были, на мой взгляд, вмешательством в мою судьбу высших сил.

Подтверждение и доказательство

Ученые всегда заняты поиском доказательств. Но именно цепь всех случайностей, происшедших со мной, может служить доказательством вмешательства высших сил.

Я уверен, что случайное событие с неблагоприятным исходом – это всего лишь несчастный случай, а такое же событие со счастливым концом – божий намек.

Если же речь идет о целой серии совпадений с положительным результатом, то налицо божественное вмешательство.

Многие в Ларедо в моей ситуации сразу же подумали бы о лотерее, как и мой друг. Если бы такая мысль пришла мне в голову, я бы немедленно отправился в кассу по продаже лотерейных билетов, а это значит, что не нашел бы свой счастливый билет.

Высший разум путем целой серии совпадений направил меня в то единственное место, где я мог купить выигрышный билет, и дал понять, что в данном случае речь идет не о счастливой случайности, а о божьем промысле.

Множество случайных событий в этой истории послужили средством для возвращения меня на путь истинный.

С тех пор я начал экспериментировать, пытаясь создать метод, позволяющий усилить особые человеческие способности, и понял, что в данном случае мы имеем дело с так называемым пси-фактором, или интуицией.



Дополнение к формуле успеха

Таким образом, в формулу успеха был включен еще один элемент – информация, полученная от высшего разума.

Оказывается, дело не всегда ограничивается способностью человека обнаруживать нужную информацию в нейронах мозга других людей.

Мой отец создал метод, преподаванием которого занимался на протяжении 30 последующих лет, строго соблюдая алгоритм, заложенный еще в самом начале исследований.

Сначала он учил людей использовать по максимуму свой разум для самосовершенствования, а затем демонстрировал их собственные природные психические способности. Люди приходили в восторг от вновь открывшихся возможностей. Они быстро осваивали эту систему, каждый день применяя на практике методику самосовершенствования. А для особых случаев использовали ЭСВ, чтобы справиться с необычными задачами и ситуациями.

Но отец догадывался, что если ЭСВ не представляет собой какой-то особенной способности, а является естественной человеческой функцией, то его надо не приберегать для особых случаев, а пользоваться в повседневной практике, как и любыми другими природными качествами.

Такой подход стал еще одним отражением всего того, что он делал и раньше. В свое время отец сместил акцент с оказания помощи мне, моим братьям и сестрам в вопросах самосовершенствования и сконцентрировал усилия на двух аспектах: использовании ЭСВ в качестве естественной составляющей нашей повседневной жизни и в получении наставлений и помощи от высшего разума.

«Не забывайте, – говорил он нам летом 1997 года, – что ЭСВ дано нам для того, чтобы с его помощью мы могли понять, с какой целью пришли в этот мир и как реализовать эту цель наилучшим образом».

Другими словами, с полным правом мы можем рассматривать все случайности и совпадения в своей жизни как средство, позволяющее открыть наше жизненное предназначение и вести к успешному исполнению этой миссии.

Следующий шаг

Посвятив более 30 лет методу Сильвы, отец смог прийти к открытию новой системы. В возрасте 82 лет ему уже не слишком хотелось разрабатывать новое направление, но некоторые члены нашей семьи начали настаивать на модернизации оригинального метода, чтобы сделать его более доступным для широких масс. Отец не хотел браться за новые исследования для создания более современного метода и поэтому решил применить результаты первоначальных исследований в новом направлении. Увлечшись этой идеей, он открыл новый метод, который превосходит все созданное им ранее, – ментальное видео.

В течение последующих двух лет его труд вылился в нечто большее, чем просто набор приемов или методика. Он назвал это системой.

Система экстрасенсорного ультраума представляет собой направление в ЭСВ, которому отец охотно обучал бы людей и в 1966 году. Однако тогда они были еще не готовы к нему, так как это направление предполагает более высокие цели. Люди же то время преследовали преимущественно личные интересы.

Первоначальный метод Сильвы побудил многих поставить на первое место не «я», а «мы». Одной из первых применяемых в нем позитивных формул была такая: «Мои растущие ментальные способности направлены на служение человечеству».

Другие формулы носили в то время преимущественно личный характер: «Позитивные мысли приносят мне пользу и преимущество», «С каждым днем я становлюсь все лучше и лучше в любом отношении».

В новой системе ультраума все позитивные формулы лишены эгоизма:

- Поступай с окружающими так, как ты хотел бы, чтобы они поступали с тобой.
- Любое решение должно делать наш мир хоть немного лучше.

- Решение проблемы должно быть наилучшим для всех, кто к нему причастен.
- Решение должно оказать помощь как минимум двум или более людям.

Благодаря отцу и разработанной им системе человечество переживает сдвиг сознания. Люди начинают осознавать, что они не просто физические, но еще и духовные существа. Они понимают, что инструментами их духовной природы служат визуализация, воображение и психические способности, что все мы взаимосвязаны и должны работать вместе.

Сегодня люди стремятся развить свои психические способности до такой степени, чтобы иметь возможность устанавливать духовную связь с окружающими и ментальными средствами решать возникающие проблемы.

В последующих главах мой отец даст вам поэтапные инструкции по переходу на более глубокий уровень сознания, который позволяет развивать экстрасенсорные способности и пользоваться ими.

Во второй части содержится информация об использовании альфа-уровня для расширения своих возможностей и установления прямой связи с высшим разумом.

Остаток книги посвящен примерам того, как люди применяют на практике ЭСВ во всех сферах повседневной жизни, будь то сохранение здоровья, взаимоотношения с окружающими или бизнес. Учиться лучше всего на других, поэтому мы снабдим вас массой примеров того, что и как люди делали в конкретных ситуациях. Это поможет вам добиться таких же и даже лучших результатов.

А теперь приступим к объяснению, что такое уровень альфа-ритма головного мозга, и дадим вам возможность впервые почувствовать на себе его эффект.

Что такое альфа-ритм?

Ваш «биокомпьютер» – головной мозг – потребляет очень небольшое количество электричества, как и обычный компьютер. Он может обрабатывать и хранить информацию, а также извлекать ее из памяти и использовать для принятия решений.

Однако в отличие от компьютера электричество, генерируемое и потребляемое мозгом, не остается стабильным, а меняет свою частоту. Иногда она повышается до 20 и более колебаний в секунду, а иногда снижается до 1 Гц или даже менее. Ученые поделили диапазон этих частот на четыре сегмента:

- Бета-ритм – выше 14 Гц (обычно 20 Гц), когда тело и мозг находятся в состоянии бодрствования или когда вы сосредоточиваете свой взгляд на каком-то объекте.
- Альфа-ритм – от 7 до 14 Гц. Это состояние ассоциируется с неглубоким сном в фазе сновидений.
- Тета-ритм – от 4 до 7 Гц. Данное состояние ассоциируется с глубоким сном или пребыванием под гипнозом.
- Дельта-ритм – ниже 4 Гц. Самый глубокий сон. В следующей главе мы более подробно расскажем о дельта-уровне и его использовании для двусторонней связи с высшим разумом.

Достижение альфа-уровня

В ходе исследований, проводившихся в 1950-е годы, отец предположил, что самым лучшим диапазоном ментальной активности будет тот, который обладает наименьшим сопротивлением и наибольшей мощностью. Большинство ученых не только не согласилось с ним, но даже усомнились, что человек в состоянии оставаться на низкочастотном альфа-уровне, сохраняя высокую активность мозга.

Отец доказал, что все они были не правы.

Альфа-волны являются самым мощным (с точки зрения силы тока) и ритмичным из всех диапазонов. Именно поэтому ученые с помощью своей тогда еще примитивной измерительной аппаратуры обнаружили их самыми первыми. В соответствии с этим они и были названы альфа-волнами по первой букве греческого алфавита.

До сегодняшнего дня самую большую загадку для исследователей представляют дельта-волны. Когда частота колебаний снижается до дельта-уровня, человек теряет сознание. Сегодня мы впервые располагаем методами, позволяющими сознательно использовать дельта-состояние.

Как люди пользуются своим сознанием

Мой отец считал вполне логичным предположение, что альфа-волны являются оптимальным уровнем для мышления, если только научиться активизировать свой мозг в альфа-состоянии. Вы сможете более ясно мыслить, дольше сохранять концентрацию, с легкостью получить доступ к большему объему информации, поскольку альфа-ритм занимает среднее положение в диапазоне естественных электрических колебаний мозга.

Но вся загвоздка была в том, что мыслительная активность у большинства людей, по данным ученых, соответствует бета-уровню!

Большинство при замедлении ритмов головного мозга до альфа-уровня впадают в «подсознательное» состояние, а затем засыпают.

Как правило, в мыслительной деятельности люди используют самый слабый уровень, для которого характерна наибольшая нестабильность колебаний, – бета-ритм. Однако те, кто добивается больших успехов в жизни, даже на альфа-уровне способны оставаться в состоянии бодрствования и осуществлять активную мыслительную деятельность.

Ваш первый опыт на альфа-уровне

Хотите ли вы посвятить несколько минут в день, чтобы научиться входить в альфа-состояние, сохраняя при этом ясное сознание? Если вы готовы к этому и намерены освоить метод Сильвы, то вас ждет успех. Мы дадим вам поэтапную инструкцию, в которой подробно описано, что для этого необходимо делать.

Выполнять данные упражнения легче, чем объяснять их, поэтому мы предлагаем сразу приступить к первой ментальной тренировке, которая носит название установочного цикла. Для этого прочтите инструкции, написанные моим отцом.



На двухдневных семинарах, посвященных освоению метода Сильвы, участники учатся сознательно переходить на альфа-уровень всего за несколько часов, потому что им помогают опытные инструкторы, следящие за каждым их шагом и отвечающие на все вопросы.

Поскольку вы намерены самостоятельно освоить этот метод по книге с использованием приема обратного отсчета, вам понадобится больше времени – примерно 40 дней. Если доводилось присутствовать на одном из семинаров, то вы уже знаете, как осуществляется переход в альфа-состояние.

Я покажу простой способ релаксации, и с каждым повторением у вас будет получаться все лучше и лучше.

Кроме того, я снабжу позитивным утверждением, которое поможет вам.

Тренировка мышления осуществляется в следующем порядке: вы расслабляетесь, снижаете частоту волн мозга до альфа-уровня, а затем приступаете к практике ЭСВ, используя воображение и визуализацию.

Ввиду того что невозможно одновременно читать и упражняться в релаксации, необходимо сначала прочесть инструкции, а потом отложить книгу, закрыть глаза и выполнить следующие пункты:

1. Сядьте поудобнее на стул и закройте глаза. Любая поза будет считаться правильной, если вы комфортно себя ощущаете.
2. Глубоко вдохните и на выдохе расслабьтесь.
3. Медленно считайте в обратном порядке от 50 до 1.
4. Представьте себе, что вы находитесь в каком-нибудь приятном месте.
5. Мысленно скажите себе: «С каждым день я становлюсь все лучше и лучше в любом отношении».
6. Мысленно напомните себе, что когда откроете глаза на счет «пять», то будете чувствовать себя бодрее и лучше, чем раньше. Повторите то же самое на счет «три» и в тот момент, когда будете открывать глаза («Я буду чувствовать себя бодрее и лучше, чем раньше»).

Итак, вы уже познакомились с первыми двумя шагами. Выполняйте эти упражнения ежедневно, придя вечером домой. В достижении успеха вам помогут обратный отсчет, мысленное представление какой-нибудь приятной обстановки и позитивная формула. В конце сосчитайте от одного до пяти и откройте глаза.

Еще раз внимательно прочтите инструкцию. А теперь отложите книгу в сторону и приступайте к выполнению упражнения.



Магия мышления в альфа-состоянии

Благодаря моему отцу вы только что испытали на себе процесс «программирования».

Способность к программированию совершенствуется по мере практики. Со временем вы научитесь быстрее релаксировать и переходить на более глубокий и здоровый уровень мышления. Представляемые вами визуальные образы станут более реалистичными, повысится уровень ожиданий и веры, а результаты с каждым разом будут все лучше.

Такое программирование на альфа-уровне дает куда лучшие результаты, чем на бета-уровне. Находясь в бета-состоянии, вы можете повторять позитивные формулы хоть тысячу раз, но эффект от этого будет ниже, чем при всего одном повторении на альфа-уровне. Именно поэтому некоторым людям удастся ясно представлять себе свои цели и добиваться их реализации, в то время как у большинства других результаты остаются весьма низкими.

Наши исследования показали, что всего один человек из десяти способен в естественных условиях мыслить на альфа-уровне, а действовать на бета-уровне.

Теперь вы станете одним из этих избранных. Помните, что единственный путь к достижению выдающихся результатов заключается в том, чтобы научиться мыслить в альфа-состоянии, оставаясь при этом в полном сознании.

Сознательное использование альфа-состояния

Как уже было сказано, вы сможете научиться переходить на альфа-уровень всего за один день, если освоите программу тренинга по системе экстрасенсорного ультраума Сильвы.

Если вы уже владеете этим навыком, можете пропустить последующие инструкции по погружению с помощью обратного отсчета, рассчитанные на 40 дней.

Если же вы еще не освоили этот метод, внимательно прочтите следующие инструкции Хосе Сильвы.



Засыпая, вы переходите на альфа-уровень. Однако это состояние быстро заканчивается, так как вы продолжаете погружаться на более низкие тета- и дельта-уровни.

В течение ночи мозг не один раз последовательно проходит через альфа-, тета- и дельта-состояние. Этот процесс напоминает морские приливы и отливы. Продолжительность цикла составляет около 90 минут.

Просыпаясь утром, вы вновь проходите через альфа-уровень, который сменяется более высокочастотным бета-уровнем, ассоциирующимся с активным бодрствованием.

Некоторые авторы советуют перед засыпанием думать о целях, которые вы ставите перед собой. В этом случае вам удастся «урвать» кусочек альфа-состояния для программирования. Единственным недостатком здесь является то, что человек, достигнув альфа-уровня, имеет тенденцию быстро засыпать.

Я хочу предложить простое упражнение, которое поможет произвольно переходить в альфа-состояние и оставаться в нем. Через 40 дней вы будете готовы приступить к программированию.

На протяжении этого времени я буду давать некоторые дополнительные задания, которые вы станете выполнять на бета-уровне и которые помогут подготовиться к более эффективному программированию на альфа-уровне через 40 дней.

Первая попытка

Если у вас нет возможности лично принять участие в семинаре Сильвы или воспользоваться программами заочного обучения, придется выполнить нижеприведенные инструкции, которые дадут возможность переходить в альфа-состояние по собственному желанию.

Выполняйте упражнения по утрам, когда вы только что проснулись. Поскольку именно в этот момент мозг начинает переходить из альфа- в бета-состояние, у вас не будет наблюдаться тенденции к засыпанию, когда вы окажетесь на альфа-уровне.

Вы должны выполнить следующие шаги:

1. Проснувшись утром, сходите в туалет, если у вас есть такая потребность, а затем снова ложитесь в кровать. Заведите будильник на 15 минут вперед на тот случай, если вдруг заснете.

2. Закройте глаза и направьте взгляд примерно на 20 градусов вверх (на брови). Исследования показывают, что это способствует установлению альфа-ритма волн головного мозга.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.