

Zelfhulpboek Silva Mind Method: **alfa-training** door José Silva, op www.bruna.nl €17,95.

Gezonde, succesvolle en gelukkige mensen functioneren anders. Rustig, ontspannen en zelfverzekerd lijken zij het geluk naar zich toe te halen, de moeilijkste zaken gaan hen gemakkelijk af. Ze handelen vanuit hun gevoel en vertrouwen op hun intuïtie en creativiteit.

Silva Mind Control Programma

Module 1 Persoonlijk evenwicht

Beheerste ontspanning en beter functioneren

- Leren op ieder moment in korte tijd te ontspannen
- Afrekenen met slapeloosheid
- Nieuwe levenskracht opdoen
- Hoofdpijn en migraine uitbannen
- Onthouden en gebruik van dromen
- Zelfvertrouwen vergroten
- Verbeteren van leerprestaties en geheugen
- Oplossen van problemen
- Bereiken v. gestelde doelen mbv positief gericht denken
- Spanning en angst overwinnen
- Pijnbeheersing
- Afleren van ongewenste rook-, eet- en drinkgewoonten

Module 2 Verbeeldingskracht in de praktijk

Vergroten intuïtie en creativiteit

- Effectieve mentale projectie
- Mobiliseren van (latente) intuïtieve vermogens
- Bevorderen van creativiteit door imaginatie
- Innerlijke zintuigen verder ontwikkelen
- Innerlijke bron van wijsheid aanboren en vormgeven
- Geestkracht aan het werk op verschillende bewustzijnsniveaus
- Alfaniveau benutten voor het opdoen van informatie
- Creatieve bewustzijn benutten voor het oplossen van problemen
- Oplossen van praktijkgevallen met gebruik van toegepaste intuïtie.

Voor 25 of meer verzorgen wij ook cursussen op aanvraag.

Effectiever bewustzijnsniveau

In het dagelijkse, vaak drukke leven, functioneert een mens veelal op de automatische piloot en heeft meestal weinig tijd om een moment van geestelijke ontspanning te vinden. Een moment waarop je jezelf weer helemaal oplaadt, problemen doorgrondt en tot creatieve oplossingen komt. Het niveau waarop een mens in totale ontspanning is – zonder in diepe slaap te zijn – heet het alfaniveau; dit is een effectiever niveau dan het normale dagbewustzijn, het bètaniveau.

Zelfvertrouwen en gelukkiger leven

Op het alfaniveau komt u in contact met uw innerlijke zelf en staat u open voor uw verborgen intuïtieve krachten die u kunt inzetten om een gezonder en gelukkiger leven te leiden. Uit duizenden interviews met en uit (auto) biografieën van de meest geslaagde mensen in de wereld blijkt dat deze uitzonderlijke mensen **van nature** gebruik maken van het alfaniveau. Zij zijn in staat om naast de inzet van hun analytisch vermogen, te vertrouwen op hun intuïtie en die te benutten.

U doet het zelf

Tijdens de training leert u een gemakkelijke methode om uw alfaniveau te bereiken en uw 'slapende vermogens' als intuïtie, creativiteit en verbeeldingskracht aan te spreken. U traint om een positieve sturing te geven (control) aan uw bewustzijn (mind). Soms zijn gedragspatronen zo ingesleten dat het lijkt alsof u in bepaalde situaties geen keuze heeft. Met Silva Mind Control leert u juist zo'n denkpatroon op te sporen, te doorbreken en bronnen aan te boren waarmee u uw wensen wél kunt realiseren. Wensen die uiteraard voor iedereen verschillend zijn zoals: beter concentreren, het geheugen verbeteren, het oplossen van relatieproblemen (op het werk of privé) en het verkrijgen van meer zelfvertrouwen. Bovendien helpt Silva Mind Control bij het maken van keuzes en het mooiste van de training is: u doet het zélf.

Gezonder en meer energie

De invloed van de geest – zowel negatief als positief – op het welzijn van het lichaam is bekend. U leert op alfaniveau uw verbeeldingskracht gebruiken om uw lichaam in gezonde conditie te zien en u op te laden met positieve energie. Deze genezende, helende krachten leveren menigmaal verbazingwekkende resultaten op. Regelmatig hebben deelnemers al tijdens de cursus hardnekkige ongemakken als stress, slapeloosheid en hoofdpijn overwonnen en naar vaak blijkt voorgoed. Zo zijn er deelnemers die juist op aanraden van hun arts naar Silva Mind Control komen. U kunt uw geestkracht natuurlijk ook aanwenden om ziekten te verlichten, te stoppen met roken, op uw gewenste gewicht te komen of simpelweg met meer energie, plezier en zelfvertrouwen het leven tegemoet te treden.

Silva Mind Control belooft u 'positieve veranderingen'

Positieve veranderingen staan tussen aanhalingstekens omdat ze u niet van buitenaf komen aanwaaien. U leert via de Silva Mind Control methode zélf de kwaliteiten van uw leven bepalen. De cursus biedt voor elk wat wils en zélf bij mensen die gestresst, onzeker of sceptisch naar de cursus kwamen, bloeide al na twee dagen het zelfbewustzijn op met het geloof en vertrouwen in de geleerde methode.

Silva Mind Control kunt u voor diverse doeleinden gebruiken:

- de positieve kracht van uw eigen gedachten ontdekken en gebruiken
- snel ontspannen ook in drukke periodes
- moeilijke situaties creatief oplossen
- uw concentratie en geheugen versterken
- onschatbare hulpbron bij studie
- meer zelfvertrouwen en levensenergie
- (onvermoede) talenten als intuïtie en creativiteit aanboren en ontwikkelen
- doelen stellen en realiseren
- gezonder en met minder stress functioneren
- keuzes maken en zelf sturing geven aan uw leven
- faalangst overwinnen
- hoofdpijn en migraine achter u laten
- ziekten verlichten en helen met geestkracht
- een gezonde nachtrust verkrijgen
- omgaan met én loslaten van moeilijke situaties uit het heden en verleden
- vertrouwen stellen in eigen gedachten en ideeën
- en nog vele andere zaken!

Silva Mind Control heeft niets te maken met religie of ideologie. U hoeft nergens in te geloven en u gaat niet in 'analyse'. Het is ook geen aangeleerd handigheidje dat helemaal niet bij u past. Silva Mind gaat over niets anders dan uzelf. De methode geeft, in zeer korte tijd, toegang tot uzelf, uw talenten en uw energie. De cursus kan gevolgd worden vanaf 16 jaar.

De grootste ontdekking die je ooit zult doen, is het potentieel van je eigen bewustzijn. José Silva.

José Silva, de naamgever en grondlegger van Silva Mind Control wijdde in de Verenigde Staten 22 jaar van zijn leven aan het ontwikkelen en vervolmaken van de Silva Mind Control methode. Sinds 1966 wordt de methode in inmiddels meer dan 100 landen gedoceerd. Ongeveer 15 miljoen cursisten hebben door Silva Mind Control geleerd om hun bewustzijn vollediger te benutten ter verhoging van hun intelligentie, welzijn en succes.

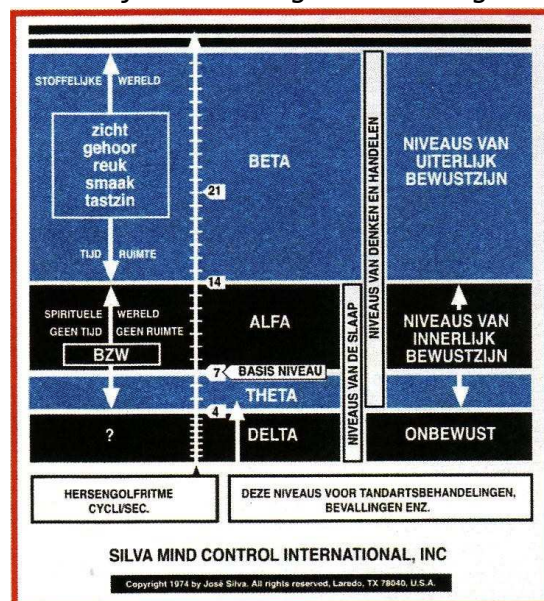
Silva Nederland bestaat sinds 1978 en is de officiële licentiehouders voor Nederland waardoor gecertificeerde deelnemers de cursus wereldwijd, tegen een kleine vergoeding, onbeperkt kunnen herhalen. De organisatie staat sinds 1993 onder leiding van Marina Niemeijer.

Overige cursussen van Silva Nederland:

- Silva Business Course
- Silva Mind Control voor kinderen
- Silva Grauate Smeniar
- Silva Ultra Seminar
- Diverse Engelstalige seminars
- Hypnovision, opleiding tot hypnotherapeut

Interesse?

De basiscursus Silva Mind Control. Na module 1 kunt u ook module 2 afronden. Dan ontvangt u een graduate certificaat en een pasje waarmee u de basiscursus Silva Mind Control wereldwijd tegen een kleine vergoeding mag herhalen. Er zijn ook vervolgsminars en gratis introductieavonden (zie agenda voor data). U bent van harte welkom!



werkingsgebieden van het brein

Bèta:

niveau van dagbewustzijn, gerelateerd aan activiteiten als denken, lezen, schrijven en handelen.

Alfa:

niveau van ontspanning, vormt een relatie met creatieve ideeën en intuïtieve ingevingen.

Thèta- en delta:

niveaus waarop de geest volkomen tot rust is gekomen.

'Zo puur, zo eenvoudig, zo intens waardevol is de cursus Silva Mind Control dat ik zeker weet dat het mijn privé-leven en werk nóg fijner maakt'.

'Tijdens de afgelopen vier dagen heb ik genietend geleerd en geleerd te genieten. Ontspannen en tegelijk je geest niet doven maar actief houden is een genot'.