

# Оглавление

О книге .....	3
Справка об Авторах и Системе .....	5
Сооснователь Системы .....	9
Авторский научно-учебный Центр «Система академика Миание М. Ю.» .....	11
Из рекомендательных писем для выдвижения академика Миание М. Ю. на Нобелевскую премию Мира 2008 г. ....	14
Введение .....	18
Рекомендации по работе с книгой .....	20
<b>Часть I. Понимание счастья</b> .....	23
Глава 1. Состояние счастья .....	25
Суть состояния .....	25
Полнота ощущений .....	30
Уровни счастья .....	35
Глава 2. Путь к счастью .....	41
Правильный настрой .....	41
Поиск счастья в себе .....	45
Поиск счастья вовне .....	48
Глава 3. Отношение к себе .....	52
Вера в себя .....	52
Глава 4. Управление собой .....	59
Самообладание .....	59
Глава 5. Устранение страданий .....	67
Источники страданий .....	76
Устранение страданий .....	83
Глава 6. Получение желаемого .....	89
Источники счастья .....	89
Постановка целей .....	99
Реализация целей .....	102
Глава 7. Методы решения проблем .....	104
Адекватное отношение .....	104
Прохождение проблем .....	110

Использование эзотерических техник .....	116
<b>Часть II. Путь к счастью</b> .....	123
Глава 1. Формирование знаний .....	125
Правильные знания .....	128
Работа с информацией .....	133
Глава 2. Достижение целей .....	139
Начальные этапы .....	148
Последующие этапы .....	153
Глава 3. Использование энергии. Источники энергии ....	159
1. Набор энергии .....	160
2. Сохранение энергии .....	164
3. Правильное использование энергии .....	170
Глава 4. Путь к мастерству .....	173
Глава 5. Служение .....	179
Последующие этапы .....	200
Знакомство с медитацией .....	206
В итоге .....	210
Обретение счастья .....	210
Источники внутренние и Тонкий Мир .....	220
Внешние источники .....	227
Выводы .....	237
Просьба к Высшим Силам .....	238
Интересные вопросы-ответы .....	240
Основные Проекты Системы. Этапы .....	276
ОСНОВНЫЕ ПРОЕКТЫ .....	277
Стандарты Достойных .....	278
Этап I. Формирование Достойного Человека .....	279
Этап II. Формирование Достойной Организации .....	281
Этап III. Формирование Достойного Общества .....	282
Остальные вопросы .....	282
Филиалы Системы .....	283
АВТОРСКИЕ УЧЕБНЫЕ ПРОГРАММЫ .....	284
1. ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ .....	284
1.1. Авторские курсы «ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ» .....	285
1.2. Заочное обучение. Серия «ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ. ТЕОРИИ. МЕТОДИКИ. КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА» .....	285

2. ЭЗОТЕРИКА (ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ) .....	286
2.1. Курсы «ЭЗОТЕРИКА. ДУХОВНЫЕ ПРАКТИКИ» .....	286
Серия «ЭЗОТЕРИКА ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛОВ» .....	286
Серия «ЭЗОТЕРИКА ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ» .....	287
2.2. Заочное обучение. Серия «ПУТЬ ЗНАНИЯ, ЛЮБВИ И СИЛЫ» .....	287
Книги академика Миане М. Ю. ....	289
ЭЗОТЕРИКА ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛОВ .....	289
ЭЗОТЕРИКА ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ .....	293
Серия «ДУХ РЫЦАРСТВА» .....	295
РЕАЛИЗАЦИЯ ИДЕЙ СИСТЕМЫ .....	297