

# Spis treści

---

Wstęp	Prawdziwy sekret . . . . .	9
Rozdział 1	Ze szczątków: Co manifestuję obecnie? . . . . .	27
Ćwiczenie:	Co już manifestuję? . . . . .	46
Rozdział 2	Impulsy i sieci: Fizjologia manifestowania . . . . .	53
Ćwiczenie:	Relaksowanie ciała . . . . .	83
Rozdział 3	Krok pierwszy: Odzyskaj moc, aby skoncentrować umysł . . . . .	96
Ćwiczenie:	Budowanie wewnętrznej mocy . . . . .	121
Rozdział 4	Krok drugi: Określ jasno, na czym ci naprawdę zależy . . . . .	124
Ćwiczenie:	Czym jest dla ciebie sukces? . . . . .	130
Ćwiczenie:	Wywoływanie pozytywnych emocji . . . . .	142
Rozdział 5	Krok trzeci: Usuń przeszkodę ze swojego umysłu . . . . .	154
Ćwiczenie:	Przekonania i ich przeciwieństwa . . . . .	174
Ćwiczenie:	Współczucie dla siebie . . . . .	184

Rozdział 6	Krok czwarty: Umocuj intencje w podświadomości . . .	193
Ćwiczenie:	Wizualizacja intencji . . . . .	219
Rozdział 7	Krok piąty: Podążaj do celu z pasją . . . . .	225
Ćwiczenie:	Jakie korzyści przynosi moja intencja? . . . . .	236
Ćwiczenie:	Skanowanie w poszukiwaniu synchronii . . . . .	245
Rozdział 8	Krok szósty: Uwolnij się od oczekiwań i otwórz na magię . . . . .	252
Ćwiczenie:	Zaniechaj przywiązania i otwórz się na magię . . . . .	275
Wnioski:	Droga do domu . . . . .	281
Magia umysłu:	Sześciotygodniowy program doskonalący manifestowanie . . . . .	288
Podziękowania	. . . . .	357
Przypisy	. . . . .	361
Indeks	. . . . .	371