

OBSAH

Poděkování	7
Úvod	9
1. Příležitost	12
2. Jak používat tuto knihu?	18
3. To slovo „od B“	21
4. Mystický recept	24
5. Jak recept funguje	29
První krok:	
Zjistěte, co chcete	
6. Váš mechanismus chtění	40
7. Jak zjistit, co chcete	48
Druhý krok:	
Předstírejte, že již máte to, co chcete	
8. Motivační versus metafyzické	93
9. Jak na to?	100
10. Variace na stejné téma	113
Třetí krok:	
Nestůjte si v cestě	
11. Nechat odejít, otevřít se, vnímat	139
12. Technika odpoutání se	146
13. Technika pro otevřenost a vnímavost	159
14. Autoregulace	165
15. Integrace ega	170
16. Využití moci emocí	193
17. Analýza omezujících systémů přesvědčení	234
18. Jak se zbavit připoutanosti	242
19. Mystická cesta	257

Čtvrtý krok:

Uvítejte to ve svém životě

20. Když se vám splní sen	262
21. Čeká vás transformace	265
22. Existuje jen Jednota	283
Doslov	287
O autorce	289