

# Obsah

Úvodní slovo (Dr. Wayne W. Dyer) .....	13
Předmluva (Jerry Hicks) .....	17
Seznámení s Abrahamem (Esther Hicks) .....	21

## ČÁST I

### Věci, které známe, které jste vy možná zapoměli a na něž je důležité si vzpomenout

<b>1. kapitola: Schopnost cítit se dobře tady a teď</b> .....	<b>35</b>
Slyšíte pouze to, co jste připraveni slyšet .....	37
<b>2. kapitola: Dodržujeme sliby, které jsme vám dali</b>	
– připomínáme vám, kdo jste .....	38
Řekli jste: „Budu žít v radosti!“ .....	39
Víme, kdo jste .....	40
Neexistuje nic, co byste nemohli dělat, mít nebo tím být .....	40
<b>3. kapitola: Skutečně vytváříte svou realitu</b> .....	<b>42</b>
Základem vašeho života je absolutní svoboda .....	42
Ve vašem prožívání nemůže tvořit nikdo jiný než vy .....	43
Jste věčné bytosti ve fyzické formě .....	44
Základem vašeho vesmíru je absolutní Dobro .....	45

<b>4. kapitola: Jak se mohu odsud dostat tam? .....</b>	<b>46</b>
Dobro čeká za vašimi dveřmi .....	47
Jste fyzickým prodloužením Zdrojové energie.....	47
Evoluční hodnota vašich osobních preferencí .....	48
Věda záměrné tvorby .....	49
<b>5. kapitola: Na tomto prostém základě</b>	
<b>porozumění se vše propojí.....</b>	<b>51</b>
Logický vzorec přináší logické výsledky .....	51
Jste vibračními bytostmi ve vibračním prostředí .....	52
Vaše emoce jako interpreti vibrací .....	53
<b>6. kapitola: Zákon přitažlivosti,</b>	
<b>nejmocnější zákon vesmíru .....</b>	<b>54</b>
Čemu věnujete pozornost? .....	54
Jak poznáte, že něco přitahujete? .....	55
Dostanete, na co myslíte, ať chcete, nebo ne.....	56
Jak velké jsou vaše vibrační rozdíly? .....	57
Jste sběrači vibrační energie .....	57
Když si vaše přání a přesvědčení vzájemně	
vibračně odpovídají .....	58
Všechno, co je, má prospěch z vaší existence .....	59
Objevte znovu umění umožňovat své přirozené Dobro.....	59
<b>7. kapitola: Stojíte na náběžné hraně myšlení .....</b>	<b>61</b>
Jestliže jste schopni si něco přát,	
vesmír je schopen to vytvořit .....	62
Funguje to, ať tomu rozumíte, nebo ne .....	62
Bez žádání nedostanete žádnou odpověď.....	63
Otevřete stavidla a nechte své Dobro proudit .....	64
Jste na dokonalém místě, abyste se dostali odsud tam .....	65
<b>8. kapitola: Jste vibračními vysíláči a přijímači .....</b>	<b>66</b>
Jste věčné osobnosti, které se zaměřily	
na přítomný okamžik .....	67
Vaše dnešní pevná přesvědčení byla kdysi	
vašimi křehkými myšlenkami .....	67
Čím déle na něco myslíte, tím silnější	
se vaše myšlenka stává .....	68

Vaše pozornost přivolává to, na co se zaměřuje .....	68
<b>9. kapitola: Hodnota ukrytá ve vašich emočních reakcích.....</b>	<b>70</b>
Emoce jsou indikátory vašeho bodu přitažlivosti .....	70
Emoce jsou indikátory vašeho souladu	
se Zdrojovou energií .....	71
Používejte své emoce k tomu, abyste	
vycítili cestu zpět k Dobru .....	72
<b>10. kapitola: Tři kroky k čemukoli, co chcete dělat,</b>	
<b>mít nebo tím být .....</b>	<b>73</b>
Každý předmět je dvěma předměty:	
chtěným a nechtěným .....	75
Vaše pozornost musí být soustředěna na to,	
co má být, nikoli na to, že tomu tak není.....	75
Nyní máte klíč k vytvoření všeho, po čem toužíte.....	77
<b>11. kapitola: Stanete se radostnými tvůrci se záměrem .....</b>	<b>79</b>
Nejde tu o kontrolu myšlenek, nýbrž o jejich navigování .....	80
Když se myšlenka, na niž se zaměřujete, stane dominantní...	81
Jak se efektivně stát záměrným tvůrcem .....	81
Rozhodli jste se usměrňovat své myšlenky? .....	83
Jste schopni přijmout skutečnost, že jste vibrační bytosti? ....	84
<b>12. kapitola: Své emoční nastavení máte pod kontrolou .....</b>	<b>85</b>
Je nemožné kontrolovat okolnosti, které vytvořili druzí .....	85
„Čí „pravda“ je ta pravá PRAVDA?“ .....	86
Váš bod přitažlivosti je ovlivňován .....	87
Nálady jako indikátory vašeho emočního nastavení .....	88
Vaše emoční nastavení lze změnit .....	89
<b>13. kapitola: Nechte se navigovat svými pocity .....</b>	<b>90</b>
Naučte se sledovat své pocity .....	91
Pocit prázdnoty vám říká něco důležitého .....	92
„Jdi za svou blažeností“ je pozitivní myšlenka, nebo ne? .....	92
Máte schopnost usměrňovat své myšlenky .....	92
Kdybychom byli na vašem (fyzickém) místě .....	93
Své přirozené touhy nelze zadržet.....	94

<b>14. kapitola: Něco jste věděli dřív, než jste sem přišli.....</b>	<b>95</b>
„Jestliže toho vím tolik, jak je možné, že se mi ty úžasné věci nedaří?“ .....	97
„Mohu skutečně počítat se <i>zákonem přitažlivosti</i> ?“ .....	97
„Ale já se nemohu dostat z Phoenixu do San Diega!“ .....	98
<b>15. kapitola: Jste dokonalé, a přesto i dále expandující bytosti, v dokonalém, a přesto i dále expandujícím světě, v dokonalém, a přesto i dále expandujícím vesmíru.....</b>	<b>100</b>
Vědomě se účastněte svého skvělého rozpínání.....	102
<b>16. kapitola: Jste spolutvůrci v úžasně rozmanitém vesmíru</b>	<b>103</b>
Musíte umožnit i to, co si nepřejete, abyste mohli dostat to, co si přejete.....	104
Nepřišli jste sem, abyste spravili rozbitý svět .....	104
Nedávejte do svého koláče nechtěné ingredience .....	105
Pro všechny různorodé myšlenky a zkušenosti je dost místa .....	105
Proces, v němž se rozpíná váš vesmír .....	106
Nikdy se tam nedostanete, takže si užijte svou cestu .....	107
Vnímejte rovnováhu a dokonalost svého prostředí .....	107
Vzhledem k tomu, že vše, o co je požádáno, je i dáno, neexistuje žádné soupeření .....	108
<b>17. kapitola: Kde jste a kde chcete být? .....</b>	<b>109</b>
Největší dar, který můžete dát, je vaše štěstí.....	110
Vaše štěstí nezávisí na tom, co udělají druhí .....	111
Každá myšlenka vás přibližuje k San Diegu, nebo vás od něho vzdaluje .....	111
Proč říci tomu <i>ne</i> znamená říci tomu <i>ano</i> ?.....	112
<b>18. kapitola: Můžete postupně změnit svou vibrační frekvenci .....</b>	<b>113</b>
Sáhněte po myšlence, z níž máte nejlepší pocit a k níž máte přístup.....	114
<b>19. kapitola: Pouze vy můžete vědět, jaký ze sebe máte pocit ....</b>	<b>116</b>
Život je neustále v pohybu, takže nemůžete nikde zůstat vězet.....	117

Druzí nemohou rozumět vašim přáním nebo pocitům.....	117
Nikdo kromě vás neví, co je pro vás to správné .....	118
<b>20. kapitola: Když se někdo snaží omezovat něčí svobodu, vždy ho to stojí jeho vlastní svobodu .....</b>	<b>120</b>
Každá „realita“ vznikla proto, že někdo měl takový záměr...	121
Nechtěné věci se nemohou octnout ve vašich zkušenostech bez pozvání.....	122
Byla to vaše rychlost, nebo to byl strom? .....	123
Za každou touhou je touha se cítit dobře .....	124
Když něco uznáváte, nevyzařujete žádný odpor .....	124
Musíte být dostatečně sobečtí, abyste se spojili s Dobrem ...	125
Jestliže to neočekáváte, neumožňujete to .....	127
Pocitování ryzí touhy je vám velmi příjemné .....	128
Proč tam chcete být? .....	128
<b>21. kapitola: Když jste vzdáleni pouze 17 sekund od 68 sekund ke splnění.....</b>	<b>130</b>
Svých nekontrolovaných myšlenek se nemusíte bát .....	131
<b>22. kapitola: Stupnice <i>emočního navigačního systému</i>.....</b>	<b>133</b>
Příklad vědomého postupu vzhůru po vaší emoční navigační stupnici .....	135
Proč se nechat odrazovat od hněvu, při kterém se cítím lépe? .....	136
Proč má i vaše nejmenší zlepšení takovou hodnotu .....	136
Pouze vy víte, zda rozhněvat se je pro vás vhodné rozhodnutí .....	137
„Dělám to nejlepší, co mohu, pro to, abych udělal/a to nejlepší“ .....	138
„Pokud se tam mohu dostat emočně, pak se mohu dostat kamkoli“ .....	139
„Ale co ti, kdo touží netoužit?“ .....	140
Cítíte svou touhu jako další logický krok? .....	141
Jakmile pocítíte, že máte věci pod kontrolou, všechno si vychutnáte .....	142



## ČÁST II

### Postupy, které vám pomohou dosáhnout toho, co si nyní pamatujete

Úvod k 22 osvědčeným postupům, které zlepši váš bod přitažlivosti .....	145
Přelepili jste to „smajlíkem“? .....	150
Proces č. 1: <i>Soustavné uznávání</i> .....	157
Proces č. 2: <i>Kouzelná krabice tvorby</i> .....	165
Proces č. 3: <i>Tvůrčí dílna</i> .....	170
Proces č. 4: <i>Virtuální realita</i> .....	182
Proces č. 5: <i>Hra na prosperitu</i> .....	191
Proces č. 6: <i>Meditace</i> .....	196
Proces č. 7: <i>Pochopení snů</i> .....	205
Proces č. 8: <i>Kniha pozitivních stránek</i> .....	211
Proces č. 9: <i>Psaní scénářů</i> .....	218
Proces č. 10: <i>Velký arch papíru</i> .....	222
Proces č. 11: <i>Zaměřování se na časový úsek</i> .....	227
Proces č. 12: <i>Nebylo by hezké, kdyby... ?</i> .....	235
Proces č. 13: <i>Ze které myšlenky mám lepší pocit?</i> .....	240
Proces č. 14: <i>Uklízení nepořádku kvůli přehlednosti</i> .....	247
Proces č. 15: <i>Peněženka</i> .....	253
Proces č. 16: <i>Obrtlík</i> .....	257
Proces č. 17: <i>Zaměřovací kolo</i> .....	265
Proces č. 18: <i>Nacházení pocitového stavu</i> .....	275
Proces č. 19: <i>Zbavování se rezistence kvůli vypořádání se s dluhy</i> ...	279
Proces č. 20: <i>Předejte to manažerovi</i> .....	286
Proces č. 21: <i>Znovuzískání přirozeného zdraví</i> .....	289
Proces č. 22: <i>Pohyb po emoční stupnici</i> .....	297
A ještě jedna věc na závěr... ..	309
<i>Slovníček</i> .....	311
<i>O autorech</i> .....	315