

1. Matrix kolem nás	15
- Neustále pozorujeme to, co je	
- Jaký Matrix – fyzická realita je?	
- Matrix jako šance a výzva	
- Umožňuje Matrix tvoření?	
- Jak to funguje?	
2. Klíč je v tobě	37
- Jsme lehce ovlivnitelní	
3. Jsi to, co si myslíš	43
-ty ses ohnul	
- Vítej v mém světě	
4. Automatická tvorba vlastní reality	51
- Jsme svou vlastní sebereflexí	
- Život ve vajíčku – koukáš se do zrcadla sám na sebe	
5. Vytvoř si, co chceš, a začni konečně žít	57
- Jak tvoříme – Zákon Přitažlivosti	
- Vidět a tvořit, nebo tvořit a vidět?	
- Proč v životě nemáte to, co chcete	
- Člověče, myslí!	
- Prolomení Matrixu - Magická rovnice tvoření	
- Několik slov k emocím	
6. NLP – neurolingvistické programování	75
- Nové nervové spoje	
- Cítit se dobře	
- Kdo to vlastně řekl?	

- Vesmírný hologram
- Vykonavatelem své reality
- Podstatná je míra kontroly nad skutečností

7. Ovládání reality 87

- Karma, nebo osud?
- Předpoklady pro ovládání reality
 - 1. Dostatek energie
 - 2. Vybírejte si své emoce
 - 3. Zbavte se negativity
 - 4. Neustále snižujte důležitost vnějších věcí a událostí – i svou vlastní
 - 5. Inverze negativního v pozitivní
 - 6. Zaměřování se na to, co chcete
 - 7. Ujasněte si, co chcete
 - 8. Proč vizualizace?
 - 9. Staňte se pozitivnější
 - 10. Nebojte se změny
 - 11. Problémy nazývejte příležitostí
 - 12. Žádná tvrdá práce
 - 13. Umožnění
 - 14. Druzí
 - 15. Staňte se vykonavatelé své reality
 - 16. Řešte jen to, co můžete ovlivnit
 -je čas se rozhodnout

8. Život v Matrixu 127

9. Paralelní energetické formy 133

10. Pochopení ve stylu „AHA?“ 143

11. Matrix trochu jinak 149

12. Mysl, mozek... a kamufláž	155
13. Vnější smysly	159
14. Vnitřní smysly	163
15. Kdo vlastně sní a dýchá?	167
16. Čas	173
17. A co Ego?	179
18. Skutečný Sever – Stezka srdce	183
Seznam použité literatury	189