

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 příležitostmi
 - 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