

OBSAH

ÚVOD	9
Má cesta k manifestaci	9
Vědecké pozadí manifestování	13
Vesmír	15
Manifestujte s Roxie: Komunita	16
KROK PRVNÍ: Bud'te ve své vizi konkrétní	17
Vytvořte si nástěnku vizí	25
KROK DRUHÝ: Rozpus'te strach a pochyby	31
Identifikujte strach a pochyby	40
Rozpus'te strach a pochyby	42
Pěstujte sebelásku a posilujte se v ní	60
Začněte pěstovat sebelásku	62
Odpus'tění a neodsuzování	65
KROK TŘETÍ: Chování slad'te se záměrem	71
Bud'te v manifestování aktivní	74
Bud'te v pohodě s nepohodlím	81
Vzdejte se pohodlí	84
Tvořte si zdravé návyky	89
Opravdovost	92
KROK ČTVRTÝ: Překonávejte zkoušky, jež vám vesmír chystá	97
Když se věci nedaří	104
KROK PÁTÝ: Zaujměte postoj vděčnosti (bez výhrad)	111

Tři kategorie vděčnosti	115
Vedení deníku	122
Vyjmenujte si to dobré	124
Nahraďte „musím to udělat“ výrazem „můžu to udělat“	125
Pěstujte pozornost vůči přítomnému okamžiku	126
Všímejte si drobností	128
KROK ŠESTÝ: Transformujte závist v inspiraci	131
KROK SEDMÝ: Důvěřujte vesmíru	149
EPILOG	161
PODĚKOVÁNÍ	163
ZDROJE	165
VĚCNÝ REJSTŘÍK	167