

Sisukord

Sissejuhatus raamatusse	2
Sissejuhatus eesmärkide saavutamisse	5

Esimene osa. Kuidas meie maailma töötab?

Peatükk 1. Kvantuniversum

Universum	10
Suur revolutsioon teaduses	11
Descartes: mentaalne või materiaalne maailm?	12
Vaimsed inimesed teevad materiaalset teadust	13
Newton: materiaalse maailma isa	14
Mis on reaalsus?	15
Einstein: Kõik on energia?	16
Kvantfüüsika pioneerid	17
Imelised avastused kvantfüüsikas	18
Kas teadvus mõjutab mateeriat?	22
Meie mõtete mõju arvutitele	23
Mõtete mõju teistele inimestele ja loomadele	24
Mõtete mõju veele	25
Nullpunktiväli	27
Iidsete rahvaste avastused	28

Peatükk 2. Universumi salajased seadused

Energiaseadus	32
Loomise seadus	35
Külgetõmbeseadus ehk vibratsiooniseadus	36
Polaarsuse seadus	40
Rütmide seadus	42
Põhjuse-tagajärje seadus	43
Kasvamise seadus	44
Relatiivsuse seadus	46
Tegutsemise seadus	48

Teine osa. Kuidas meie töötame?

Peatükk 3. Kvantaju

Aju uutmoodi käsitus	50
Aju kui tajude looja	51
Aju - meie neuroplastiline sõber	58
Me muutume elu lõpuni	60
Uskumuste ja harjumuste tekkimine ajus	61
Uskumuste ja harjumuste muutmine ajus	62
Uue uskumuse loomise näide	64
30-päeva reegel	66
Ajulained	67

Peatükk 4. Teadvus ja alateadvus

Teadliku mõistuse 6 funktsiooni	73
Teadliku mõistuse piirangud	78
Alateadvuse põhifunktsioonid	80
Harjumused ja uskumused alateadvuses	81
Kuidas muuta alateadvust?	85
Retikulaarne aktiveerimissüsteem - sinu isiklik otsingumootor	86
Psühhoküberneetiline mehhanism - sinu isiklik ohuvalvur	93
Meie sisemine pilt	95
Kuidas muuta oma sisemist pilti?	96
Meie alateadlikud programmid	100
Alateadlike programmide muutmine	102
Õppimise tasandid	104

Kolmas osa. Kuidas me loome oma reaalsust?

Peatükk 5. Sa oled oma maailma looja

Nullpunktiväli kui lõputu energiaallikas	112
Kõik ongi energia	113
Kõik on lained, kõik on vibratsioon	114
<i>Chi</i> ja <i>prana</i> leitud	115
Kuidas me koondame oma mõttejõudu?	116
Vibratsioon kontrollib meie maailma	117
Inimese keha kiirgab valgust	118

Inimesed kui mikrokosmosed	119
Maailm suhtleb vibratsiooni kaudu	120
Veemälu	121
Kus asuvad ikka meie mälestused?	123
Kuidas me maailma tajume?	124
Uskumused, sisemine pilt ja vibratsioon	127
Vaatleja, vaadeldav ja vaatlusprotsess - loomine	128
Miks me ei ole võlurid?	132
Elu nagu superarvutil	135

Peatükk 6. Praktiline elu kujundamine

5T meetod	137
Alateadvuse ümberprogrammeerimise vajalikkus	138
Samm 1. Taotlus	140
Eesmärkide püstitamise tehnikad	143
Eesmärkide püstitamise vastuolud	153
Eesmärk pildiks tehnika	158
Etapp 2: Teadlikkus	159
Teadlikkuse arendamine	160
Etapp 3. Teesklus	163
Sa oled see, kellena end identifitseerid	164
Emotsioonid, teesklus ja loomine	165
Teesklus, vibratsioon ja resonants	166
Teesklus ja tajud	170
Ela uut elu enne uut elu	177
Teesklus ja hullumeelne tegutsemine	179
Teesklus ja emotsionaalsed ankrud	180
Teesklus ja vaprus	184
Teesklus ja vastupanu	186
Kuidas vastupanust vabaneda?	189
Etapp 4. Teostus	190
Sisemised praktikad	191
Meditatsioon	193
Afirmatsioonid	199
Visualiseerimine	205

Abimaterjalide kasutamine	209
Soovitahvel	212
Distsipliin	213
Kahtlused ja hirmud	215
Aktiivne tegutsemine	216
Teostus ja hullumeelne tegutsemine	218
Tegutsemine praegu	220
Praegu ja loomine	221
Kasuta ära kõik võimalused	223
Ära muuda midagi, kui asjad liiguvad	224
Etapp 5. Tánulikkus	225
Tánulikkus loob head vibratsiooni	227
Kuidas tánulikkust tunda?	228
Suhete loomine Universumiga	229
Lõppsõna	