

# INHALT

Einleitung: Das wahre Geheimnis	9
Kapitel 1	
Der Weg aus den Trümmern:	
Was manifestiere ich bereits?	25
<i>Praktische Übung: Was manifestiere ich bereits?</i>	43
Kapitel 2	
Netzwerke und Schwingungen:	
Die Physiologie des Manifestierens	49
<i>Praktische Übung: Entspanne deinen Körper</i>	78
Kapitel 3	
Erster Schritt: Fokussiere deinen Geist	90
<i>Praktische Übung: Unsere innere Kraft entwickeln</i>	114
Kapitel 4	
Zweiter Schritt: Verstehe, was du wirklich willst	118
<i>Praktische Übung: Was bedeutet für dich Erfolg?</i>	124
<i>Praktische Übung: Wie wir positive Gefühle hervorrufen</i>	135
Kapitel 5	
Dritter Schritt: Beseitige die Hindernisse in deinem Geist	146
<i>Praktische Übung: Glaubenssätze und deren Umkehrung</i>	165
<i>Praktische Übung: Selbstmitgefühl</i>	174
Kapitel 6	
Vierter Schritt: Verankere die Intention in deinem	
Unterbewusstsein	181
<i>Praktische Übung: Visualisiere deine Intention</i>	207

Kapitel 7	
Fünfter Schritt: Verfolge dein Ziel leidenschaftlich	212
<i>Praktische Übung: Welchen Nutzen hat meine Intention für das Leben an sich?</i>	223
<i>Praktische Übung: Die Suche nach Synchronizitäten</i>	231
Kapitel 8	
Sechster Schritt: Lass alle Erwartungen los und öffne dich der Magie	238
<i>Praktische Übung: Befreie dich aus deinen Anhaftungen und öffne dich der Magie</i>	260
Schlussbemerkung: Die Reise nach Hause	265
»MIND MAGIC«: Ein Sechs-Wochen-Programm, um die Techniken der Manifestation zu erlernen	272
Dank	330
Anmerkungen	333