

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πώς να διαβάσεις αυτό το βιβλίο 11

Ο σκοπός αυτού του βιβλίου 14

ΜΕΡΟΣ Ι. ΑΥΤΑ ΠΟΥ ΠΙΣΤΕΥΩ ΕΓΩ

1. **Η ζωή δεν είναι θέμα τύχης.** Τίποτα δεν είναι τυχαίο 19
2. **Τίποτα καινούργιο κάτω από τα αστέρια.** Η αλήθεια βρίσκεται ανάμεσά μας εδώ και χιλιάδες χρόνια 25
3. **Η ζωή σου αλλάζει με την ταχύτητα που της επιτρέπει η συνείδησή σου.** Η συνείδησή σου δέχεται μόνο ό,τι έχει προετοιμαστεί να αντέξει 27
4. **Οι γονείς σου δεν φταίνε** 31
5. **Η πηγή των φόβων μας.** Το εγώ 37

ΜΕΡΟΣ ΙΙ. ΕΝΝΟΙΕΣ-ΚΛΕΙΔΙΑ ΓΙΑ ΝΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΜΕΓΑΛΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ

6. **Η ελεύθερη βούληση.** Το θερμόμετρο της σκέψης 49
7. **Το θέλημα του Θεού.** Και τα θαύματα 53
8. **Ο ρόλος των ονείρων σου.** Ένα θεϊκό σχέδιο για εσένα 59
9. **Μάθε να δίνεις αρμοδιότητες και να εμπιστεύεσαι.** Σταμάτα να ελέγχεις τα πάντα 63
10. **Η προέλευση των λαθών.** Η αντίληψη και οι πεποιθήσεις 69
11. **Η προέλευση των τραυμάτων και των αναστολών** 77
12. **Η θεραπεία των τραυμάτων.** Η επίλυση των προβλημάτων μας 89
13. **Γιατί σαμποτάρουμε τον εαυτό μας;** Ο φόβος για το άγνωστο, η χαρά 101
14. **Η υπέρβαση του παρελθόντος** 105

ΜΕΡΟΣ ΙΙΙ. ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟΝ ΝΟΜΟ ΤΗΣ ΕΛΞΗΣ

15. **Η επιρροή του περιβάλλοντος και των μέσων επικοινωνίας στη ζωή σου** 115
16. **Η τεράστια δύναμη των λόγων σου.** Άκου τον εαυτό σου 121
17. **Η τεράστια δύναμη των συναισθημάτων σου** 135
18. **Η τεράστια δύναμη των πράξεών σου.** Η αρχή της συνοχής 171

ΜΕΡΟΣ ΙV. Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΦΑΝΕΡΩΣΗΣ

19. **Η διαδικασία της φανέρωσης.** Η μέθοδος των επτά βημάτων 181
20. **Η φανέρωση της αγάπης.** Η επίλυση των συγκρούσεων στις προσωπικές σχέσεις. Πώς προσελκύνουμε την αγάπη 211
21. **Η φανέρωση της αφθονίας.** Η αξία και το άνοιγμα της συνείδησής σου στην ευημερία 245
22. **Η φανέρωση της καλής και της κακής υγείας.** Το σώμα ως αγγελιαφόρος των συναισθημάτων και των πεποιθήσεών σου 261
23. **Η αλήθεια για εσένα.** Η πιο ωραία ιστορία που έχει ειπωθεί ποτέ 277

ΜΕΡΟΣ V. ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΗΛΩΣΕΙΣ

24. **Ασκήσεις** 289
- Το ξεκίνημα της μέρας 289
- Απόκτησε διαύγεια και έμπνευση 296
- Μάθε να ζητάς 298
- Συγχώρεση 301
- Συγχώρησε τον εαυτό σου 306
- Η αλφαβήτα των επαίνων 308
- Σπάσε τα μοτίβα 310

Ενίσχυσε τη δύναμη της αλλαγής	311
Βρες χρόνο για εσένα	311
Αυτογνωσία	315
Ανακάλυψε τις υποσυνείδητες περιοριστικές πεποιθήσεις σου	317
Έλα σε επαφή με τον εαυτό και τα όνειρά σου	320
Δεσμεύσου απέναντι στον ίδιο σου τον εαυτό	321
25. Δηλώσεις	323
Γιάτρεψε το τραύμα της απόρριψης	323
Γιάτρεψε το τραύμα της εγκατάλειψης	324
Γιάτρεψε το τραύμα της προδοσίας	324
Γιάτρεψε το τραύμα της ντροπής	326
Γιάτρεψε το τραύμα της αδικίας	327
Ζητούνται αγγελιαφόροι της αγάπης και της χαράς	331
Βιβλιογραφία	347