

Spis treści

Droga Czytelniczko i drogi Czytelniku	7
1. Jak odkryłam „biuro zamówień”	9
2. Ćwiczmy „zamawianie”	17
3. Autotest: Czy jestem osobą, u której zamawianie dobrze działa?	23
4. Dlaczego ta technika w ogóle działa?	27
5. Jak działa technika zamawiania i dlaczego miałbym być w tym dobry?	33
6. Jak się nauczyć słuchać własnego wewnętrznego głosu?	37
7. Twoim naturalnym stanem jest bycie odprężonym	45
8. Wewnętrzny spokój – panaceum	49
9. Wszelka teoria jest nudna – ważne jest przeżycie!	57
10. Technika zamawiania – wszystkie szczegóły	63

11. Co się dzieje na tamtym świecie – czy w ogóle istnieje?	71
12. „ET dzwonić do domu...”	75
13. Podsumowanie	79
14. Porady na każdy dzień.....	81
Polecane książki	103
O Autorce	107