

Dag 4

Matt Cooke

Vetenskapen bakom manifestation: från att vilja till att vara



Matt Cooke går igenom de vanligaste fallgroparna inom manifestation, särskilt varför själva "viljandet" ofta håller dina önskningar på avstånd eftersom det vibrerar på en frekvens av brist. Du lär dig metoden "Reverse Engineering" för att överbrygga avståndet mellan där du är och där du vill vara, och upptäcker hur du samordnar ditt inre tillstånd med dina yttre mål.

I den här videon får du lära dig:

- Varför "att vilja ha" vibrerar av brist och skjuter dina mål ifrån dig
- Processen "Reverse Engineering"
- Hur "Future Self Visualization" samordnar ditt beteende i dag med dina framtida mål
- Varför "tillstånd före omständigheter" – hur du mår nu avgör vad du får sedan

Matt Cooke är en ledande röst inom manifestation och personlig förändring, känd för att förena andliga principer med praktisk psykologi. Han har ägnat sin karriär åt att hjälpa tusentals människor att bryta igenom mentala blockeringar och samordna sina liv med sina djupaste önskningar. Genom sina workshoppar och digitala program gör Matt manifestationsprocessen enkel, tillgänglig och konkret för alla som är redo att ta kommandot över sin framtid.

Läs mer om Matt Cooke på <https://www.mattcooke.me/>

Reflektion

Tänk på ett stort mål som du vill manifestera. I stället för att fokusera på slutresultatet arbetar du baklänges. Fråga dig: "Vad är det allra sista som händer precis innan målet är nått?" Och sedan: "Vad händer före det?" Fortsätt tills du kommer fram till en liten, hanterbar handling som du kan göra i dag. Skriv ner de tre nästa stegen på din väg, i tur och ordning.

