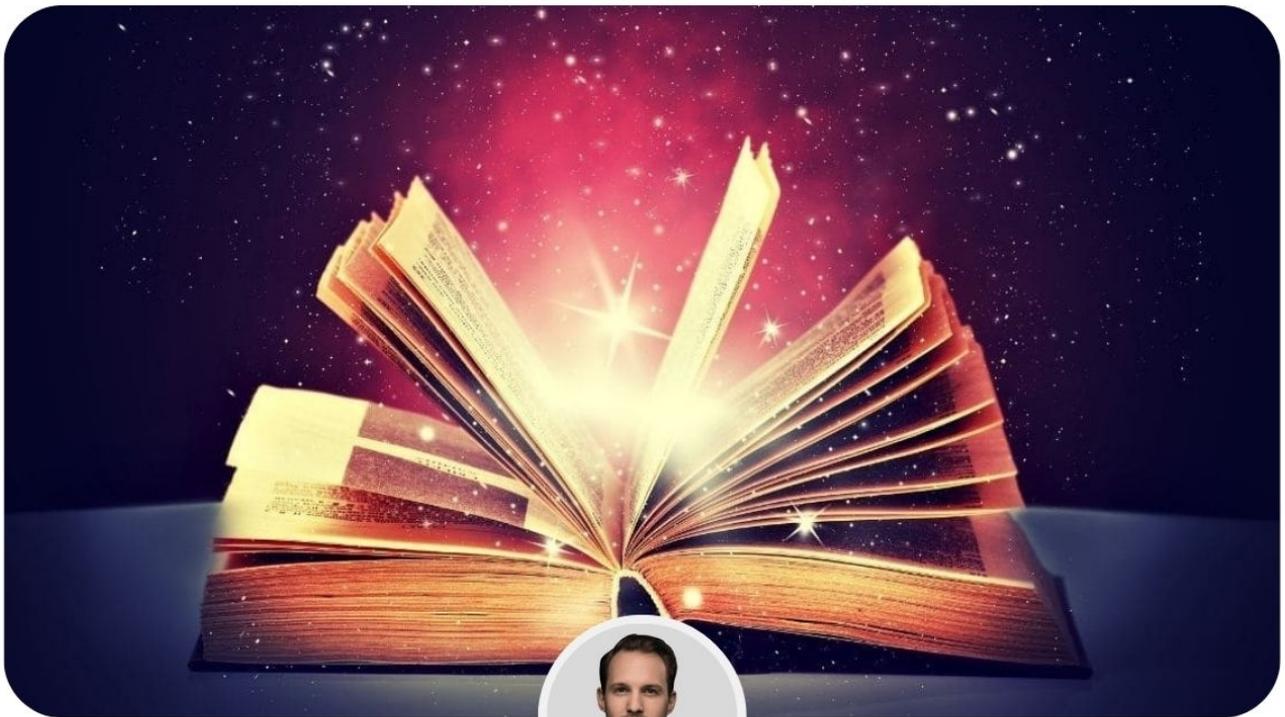


Die 77 besten Tipps zum Gesetz der Anziehung



AUTOR:
RAPHAEL FRÖSCHLIN

M A N A V E R S E



Bist du auf der Suche nach genialen Tipps zum [Gesetz der Anziehung](#)?

Die Wahrheit ist: Du musst keinen Bachelor in Quantenphysik haben, um mit dem **Gesetz der Anziehung** deine sehnlichsten Wünsche zu manifestieren.

Du brauchst nicht mal einen Schulabschluss.

Ironischerweise scheinen gerade Schulabbrecher zu wissen, wie man richtig manifestiert. Klar, nicht alle.

Aber Steve Jobs, Bill Gates, Mark Zuckerberg – alles Schulabbrecher. Sie gelten als Versager im Schulsystem, doch sind Gewinner im Leben. Irgendwas müssen die verstanden haben.

In diesem Artikel erhältst du keine Belehrung und auch keine Unterweisung wie in der Schule. Schulmeistern gehört einfach nicht zu meinen Stärken. Inspirieren, anregen und ermächtigen hingegen schon.

Deshalb möchte ich dir eine Liste mitgeben. Eine ganz besondere. **Eine Liste der allerbesten Gesetz der Anziehung Tipps**, die ich über die Jahre gesammelt, praktiziert und weitergegeben habe.

Alles mit der Absicht, es möge das Leben der Menschen erfüllen, die es zu Gesicht bekommen.

Diese *Gesetz der Anziehung Tipps, Tricks und Methoden*, die ich dir gleich vorstelle, kommen von Herzen, mit dem Wunsch, *dein* Leben ein bedeutendes Stück besser zu machen. (Wie edel von mir, nicht wahr?)

Doch bevor du deinen wissbegierigen Geist mit inspirierenden Tipps sprengst, möchte ich dir gerne ein paar essenzielle Gedanken mitgeben, die ich mir beim Erstellen der Liste gemacht habe.

Inhaltsverzeichnis



- [Wie du das Meiste aus den Gesetz der Anziehung Tipps herausholst](#)
- [77 Tipps für die erfolgreiche Anwendung vom Gesetz der Anziehung](#)
- [Schritt 1: Ask](#)
- [Schritt 2: Believe](#)
- [Schritt 3: Receive](#)
- [Ein Tipp zum Gesetz der Anziehung, der für mich alles verändert hat.](#)

Wie du das Meiste aus den Gesetz der Anziehung Tipps herausholst

Egal wo du gerade stehst. Ob du neu im Spiel der Manifestation bist, schon länger dabei oder verheiratet mit dem Gesetz der Anziehung – Diese Tipps werden dir weiterhelfen.

Sollen sie dich inspirieren? Absolut.

Aber es geht mir um mehr als das. Ginge es mir nur um Inspiration, hätte ich dir ebenso gut eine Liste mit schönen Zitaten hinklatschen können.

Tipps sollen inspirieren, ja! Aber sie sollen vor allem helfen. Weiterhelfen. Anleiten ein Problem zu lösen. Deshalb liest du doch diesen Beitrag, oder?

Aus diesem Grund habe ich keinen Quick-Tipp-Beitrag geschrieben, den du in 5 Minuten gelesen hast. Um genau zu sein brauchst du ca. 30 – 60 Minuten, und es sind 14.770 Wörter. Also eine **MEGA -LISTE mit 77 genialen Tipps**.

Deshalb habe ich mir überlegt die Tipps aufzuteilen, in Bereiche, mit denen jeder etwas anfangen kann. Ob man nun schon einmal was vom Gesetz der Anziehung gehört hat oder nicht.

Ich habe die **77 Gesetz der Anziehung Tipps** deshalb in 3 *Kategorien* aufgeteilt. Diese 3 Bereiche kennt (fast) jeder, der schon einmal mit dem Gesetz der Anziehung in Berührung kam. Diese stellen zur selben Zeit auch den **3-Schritte-Prozess** dar, mit dessen Hilfe du deine Wünsche manifestieren kannst.

Gesetz der Anziehung

3 Schritte Prozess



Sie lauten:

1. **Ask**
2. **Believe**
3. **Receive**

Da ich nicht weiß, ob sie dir bekannt sind, hier nochmal eine kurze Erklärung. (Wenn du sie bereits kennst, kannst du diesen Teil auch überspringen und direkt zu den Tipps vordringen.)

1. Ask

Der erste Schritt des Schöpfungsprozesses ist das **Wünschen**, auch „ask“ genannt.

An jedem Tag sendest du Wünsche aus, in Form von Gedanken an das Universum. Alles worüber du intensiv nachdenkst, was du liest, sprichst und anhörst, teilt dem Universum auf subtile Weise mit, was du dir im Leben wünschst.

Dieser Teil des Schöpfungsprozesses geschieht sowohl bewusst als auch unbewusst. Denn auch, wenn du etwas in deinem Leben erfährst, dass du nicht möchtest, sendest du auf unterbewusster Ebene aus, was du dir insgeheim wünschst. Du kannst also gar nicht nicht wünschen.

2. Believe

Nachdem du einen Wunsch geäußert hast, fliegt er dir nicht direkt in den Schoß. Insbesondere, wenn du gerade an etwas denkst, dass du nicht möchtest und dir sehnlichst das Gegenteil wünschst. (Wenn ich mich irren sollte und dir ständig Wünsche in den Schoß plumpsen, dann lade ich dich gerne ein, mir detailliert zu erklären, wie du das verdammt nochmal anstellst)

Im zweiten Schritt geht es also darum, zu **glauben**, dass dein Wunsch sich auch erfüllen wird. Das es dir möglich ist, zu bekommen, was du willst. Das es eben nicht nur Traumtänzerei ist.

3. Receive

Das ist wohl der Lieblingsteil der meisten Anhänger. Erinnerst du dich daran, wie sehr du dich als Kind gefreut hast, endlich die Weihnachtsgeschenke auspacken zu dürfen? Dieser Teil vom Gesetz der Anziehung ist wie Weihnachten für Erwachsene.

Der letzte Schritt der Schöpfung besteht darin zu **empfangen**, worum du gebeten hast. Das Erfolgsrezept dafür ist ein perfektes Match zu deinem Wunsch zu sein, ein schwingungsmäßiges Match.

Es reicht nicht aus, dich am Weihnachtsabend zahm, kultiviert und engelsgleich vor den graubärtigen Mann zu stellen, aber unterm Jahr in einem Durchlauf zu fluchen wie eine Krawallnudel.

Wenn du deine Energie auf dieselbe Frequenz wie die deines Wunsches bringen und dort verweilen kannst, wirst du deinen Wunsch empfangen. Da gibt es keinen Zweifel und keine Diskussion. Das ist Gesetz.

Letzte Worte zu den Gesetz der Anziehung Tipps

Ich denke du weißt jetzt, welche Schritte notwendig sind, um das **Gesetz der Anziehung** zu meistern.

Alle **77 Gesetz der Anziehung Tipps**, die ich zusammen getragen habe, sind in diese *3 Schritte* aufgeteilt. So kannst du gezielt nach Tipps, Übungen und Methoden suchen. Du weißt schließlich selbst am besten, wo du dich gerade im Schöpfungsprozess befindest, und welche der der ausgewählten Gesetz der Anziehung Tipps für dich wichtig sind.

Durch diese Struktur hoffe ich, dir einen Ort bieten zu können, an den du immer wieder zurückkommen kannst, wenn du den Eindruck hast, dass dir ein Puzzleteil zur erfolgreichen Manifestation fehlt.

Nun aber genug der einleitenden Worte.

Bist du schon gespannt auf den die Tipps?

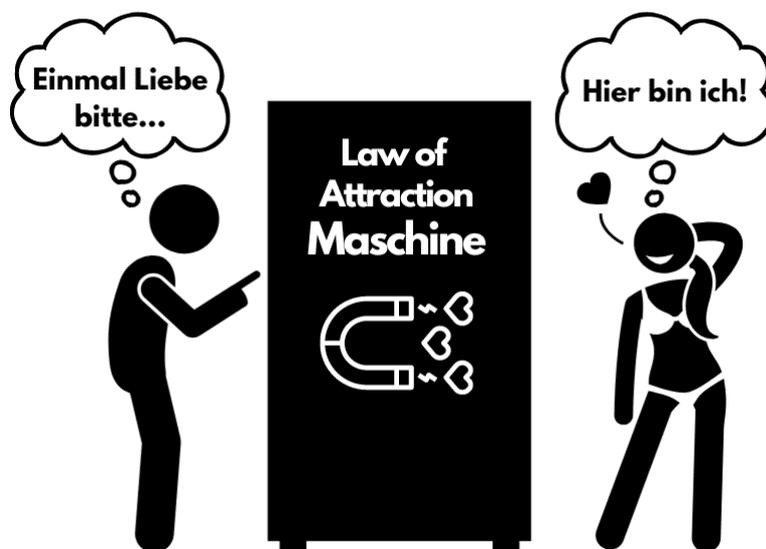
Dann los geht 's.

77 Tipps für die erfolgreiche Anwendung vom Gesetz der Anziehung

Bereit, das Wunder des Wünschens kennenzulernen? Lass uns mit den **Tipps zu Schritt 1 (Ask)** anfangen.

Schritt 1: Ask

Wünsche richtig formulieren: 12 Tipps wie du das Gesetz der Anziehung endlich zum Laufen bringst.



1. Die magische Zutat, die Wünsche anzieht

In deinen Wünschen liegt Magie. Aber nur, wenn sie aus deinem Herzen kommen. Wenn deine Wünsche, Ziele oder Visionen dich nicht in pure Begeisterung und Aufregung versetzen, dann lass sie besser gleich.

Oder melde dich zum Golfspielen an. Die suchen außer Bälle, auch verzweifelt nach einem Hauch Begeisterung!

2. Mach deine Wünsche klarer als Gletscherwasser

Wenn du nicht weißt, was du willst, wie soll es dann das Universum wissen? Je klarer du bist, desto leichter machst du es dem Leben, dir zu geben, was du möchtest.

Merke dir: Sei spezifisch, aber verliere dich nicht in unnötigen Details.

„Und woher weiß ich, dass ich spezifisch genug bin?“ Du erkennst es an deinen Gefühlen. Hast du Zweifel und fühlst dich unwohl, bist du zu weit gegangen. Fühlst du dich beim Gedanken daran grandios, hast du den **Sweet Spot** erwischt.

(Wie das konkret geht, verrät dir #7 der Gesetz der Anziehung Tipps)

3. Kein Plan, was du willst? Kein Problem.

Manchmal fällt es uns schwer, genau sagen zu können, was wir wirklich wollen. Das ist ok. Zu wissen, was du nicht willst ist ein Segen. Denn hier liegt der versteckte Schatz, was du dir insgeheim wünschst.

| Was ich NICHT will | Was ich will |
|------------------------------|-----------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |



Praxistipp: Nimm ein Blatt Papier und zeichne zwei Spalten auf. Links schreibst du alles auf, was du nicht möchtest. In die rechte Spalte schreibst du deine wahren Wünsche auf. Wie du sie herausfindest? Schau die Punkte auf der linken Seite

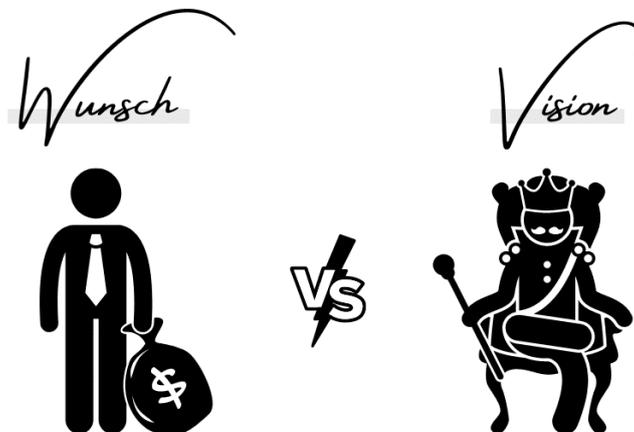
an und frage dich: Was möchte ich stattdessen?

4. Nimm den schnellsten Weg zum Ziel

Du weißt immer noch nicht, was du möchtest? Kein Problem. Vielleicht dein Segen. Nutze einfach den „Manifestation-Shortcut“. Dabei gehst du die Abkürzung, sparst dir die ganze Kritzelei und Listen, und gehst direkt zur Essenz deines Wunsches.

Frage dich: *Wie möchte ich mich im Leben fühlen? Wie würde ich mich fühlen, wenn ich ein [dein Wunsch einfügen] z.B. sinnerfülltes und selbstbestimmtes Leben in Freiheit führen würde?*

5. Vergiss deine Wünsche. Erschaffe eine Vision.



Nicht verzweifeln liebe Seele. Es gibt mehr Menschen, denen es schwer fällt, einen richtigen Wunsch zu definieren, als du glaubst. Sei nett zu dir. Dafür sind die Tipps da.

Keiner der ersten Tipps scheint dir zu helfen deinen Wunsch zu finden? Dann erschaffe eine Vision über einen Lebensstil. Deinen Lebensstil. Die Art und Weise, wie du schon immer leben wolltest.

Frage dich: *An welchem Ort würde sich mein Leben abspielen? Mit welchen Menschen würde ich mich umgeben? Was würde ich (beruflich) tun? Welche Hobbys*

hätte ich? Wie würde ich mich kleiden? Welche Interessen hätte ich?

6. Haben dich deine Wünsche reingelegt?

Oft lassen wir uns verführen. Wünsche können ganz schön trickreich sein. Oft haben sie es faustdick hinter den Ohren, diese Schlawiner. Deshalb solltest du deine Wünsche hinterfragen. Besser gesagt, die Motive hinter den Wünschen.

Lesetipp: Die 13 wahren Gründe, [warum das Gesetz der Anziehung nicht funktioniert](#).

Nutze die *WARUM-Methode*, um herauszufinden, ob du dein Wunsch wirklich möchtest, oder ob er dich geschickt um den Finger gewickelt hat wie ein Charmeur, nur um dir hinterher das Herz zu brechen.

WARUM – Methode

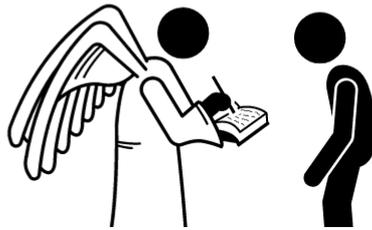
Frage dich **5 Mal**, *warum* du diesen Wunsch möchtest, und dringe zur Essenz des Wunsches vor.

Beispiel: „*Ich möchte einen schicken Sportwagen fahren*“.
(1.) Warum? „*Weil ich es cool fände, so etwas zu fahren*“.
(2.) Warum? „*Weil ich gerne ein Luxusleben führen möchte*“.
(3.) Warum? „*Weil es mein Traum ist, so zu leben wie die Reichen*“.
(4.) Warum? „*Weil ich dann alles kaufen könnte, was ich will*“.
(5.) Warum? „*Weil ich dann endlich frei und unabhängig wäre*“.

Aha. Du siehst also, es geht in diesem Fall gar nicht um den Sportwagen. Es geht um das Gefühl von *Freiheit* und *Unabhängigkeit*. Hinterfrage also deine Wünsche.

7. Die 5 Sünden der SMART-Formel und wie du smart umgehst

SMART = SÜNDE²



Smarte Ziele sind für Denker und Coaches der Steinzeit (Ich spreche aus Erfahrung. Ich darf das sagen). Jedenfalls nicht für moderne Mystiker und Magier wie *du* es bist. Menschen, die etwas Außergewöhnliches erreichen wollen.

Ich sage dir auch warum sie überholt sind und welches die die 5 größten Probleme der **SMART-Ziele** sind.

- 1. (S)pezifisch:** *Spezifisch ist gut, aber zu spezifisch ein Problem. Es erlaubt dir nicht Unbekanntes, als auch positive Überraschungen willkommen zu heißen.*
- 2. (M)essbar:** *Alles steif zu messen bringt dein Glück ins Wanken. Denn es zählt nur: Geschafft oder nicht geschafft.*
- 3. (A)usführbar:** *Steht auch für „attainable“, also erreichbar. Es hindert dich daran, dein volles Potenzial zu entfalten und Außergewöhnliches zu erreichen.*
- 4. (R)ealistisch:** *Du folgst hypnotisiert der grauen Masse und lässt Konventionen sowie Traditionen bestimmen, was für dich möglich ist. Erinnerung dich: Du bist ein grenzenloses Wesen, das dazu bestimmt ist, eine Delle ins Universum zu schlagen.*
- 5. (T)erminierbar:** *Du programmierst dich auf ein bestimmtes Datum. Das Leben ist aber kein Terminkalender. Entweder erzeugt es unnötig Druck oder es zögert die Zielerreichung künstlich hinaus. (Außerdem: Hast du dir einen Termin*

eingetragen, als du deinen Partner kennengelernt oder deinen Geldsegen bekommen hast?)

5 GENIALE ALTERNATIVEN ZUR SMART FORMEL:

1. (S)pezifisch: Frage dich: *Weshalb ist dieses Ziel so wichtig für mich?* Die Antwort ist die Essenz deines Ziels. Konzentriere dich darauf.

2. (M)essbar: Nutze die **M.T.O Methode** (Minimum. Target. Outrageous.) Definiere 3 Ziele statt 1 Ziel. [(1) Was du mindestens erreichen willst. (2) Was du wirklich erreichen willst. (3) Was außergewöhnlich zu erreichen wäre.]

Regel: *Wenn du dein Minimum Ziel erreicht hast, ist es nicht mehr erlaubt, mies drauf zu sein.*

3. (A)usführbar: Benutze **Googles 50-50 Rule!** 50% deiner Ziele sollten eine 50% Chance zum Scheitern haben. Bei 4 Zielen sollten 3 Klappen. Wenn 4 klappen, setzt du deine Ziele zu niedrig an.

4. (R)ealistisch: Sei nicht realistisch. Sei idealistisch. Nimm dir täglich Zeit dir vorzustellen, dass du dein gewünschtes Ziel bereits erreicht hast. *Der Vorstellung folgt Glaube. Glaube folgt Handlung. Handlung folgt Zielerreichung.*

5. (T)erminierbar: Verlass dich auf *inspirierte Handlung*. Wenn du etwas haben willst, erreichst du es am schnellsten dadurch, dass du dich jetzt schon so fühlst, als wenn du es bereits hast.

8. Schwöre ewige Treue und dein Wunsch heiratet dich

Wenn du dich einmal für einen Wunsch entschieden hast, genau weißt, was du willst und warum du es willst – Gehe eine Verpflichtung mit deinem Wunsch ein. Verschreibe dich ihm. Bleib ihm treu.

Erstelle eine Verpflichtungserklärung und hänge sie dir an einen Ort, den du jeden Tag siehst:

„Ich [Dein Name], verpflichte mich hiermit feierlich,

bedingungsloses Engagement für das Manifestieren meines Wunsches aufzubringen“.

9. Überwinde deine Angst oder deine Träume gehen unter

Wenn es darum geht sich einem Wunsch zu verschreiben, bekommen viele Beklemmungen.

Sie sagen: „*Ich will mich aber nicht festlegen. Ich will mir alle Optionen offenhalten. Das bedeutet Freiheit für mich*“.



In Wahrheit haben sie nur *Angst*. Angst, sich einer Sache zu verschreiben. Angst zu scheitern. Und weil sie sich verpflichtet haben, plagen sie dann Schuldgefühle. Darum geht es aber gar nicht.

Die meisten bekommen nicht, was sie wollen, weil sie...

- a) *keine Klarheit besitzen*
- b) *nicht mit ganzem Herzen dabei sind*
- c) *zu schnell aufgeben.*

Abraham Hicks hat es sehr treffend formuliert, wie ich finde:

Angst existiert nur, wenn sie nicht verstehen, dass sie die Macht haben, Gedanken zu projizieren, und dass das Universum darauf reagieren wird.

10. Lass deinen Wunsch in Frieden ruhen (R.I.P.)

Am Anfang jedes Manifestations-Prozesses ist die Vorfreude und Aufregung groß. Doch mit der Zeit (und dem fehlenden Eintreffen des Wunsches) beginnen die meisten an ihren Wünschen herumzudoktern.

Sie ändern ihre Wünsche. Modifizieren sie. Sie machen alles, außer ihre Wünsche in Ruhe und die Manifestation geschehen zu lassen.

Merk dir: Wenn du die Vorarbeit geleistet hast, wie in den ersten Punkten beschrieben, gibt es keinen Grund alle 2 Wochen deinen Wunsch zu ändern. Glaub daran. Fühle dich großartig. Erwarte es – und es wird sein.

11. Wirf deine kleingeistigen Ziele aus dem Fenster



Überprüfe deine Ziele und Wünsche bei Gelegenheit. Sind deine Ziele wirklich groß genug? Entfachen Sie ein Feuer in dir? Bist du voller *Begeisterung*? Es gibt eine *clevere Methode* herauszufinden, ob deine Vision groß genug ist.

Expertentipp: Wenn du beim Gedanken an deine Ziele genauso viel Angst wie Begeisterung spürst, dann besitzt es das Quäntchen Magie, dass es braucht, um Großes zu vollbringen.

Hast du keine Angst, ist dein Ziel zu klein. Hast du eine Sch&/\$? Angst, bist du zu klein. Oder ausnahmsweise das Ziel

zu groß – jedenfalls für den Moment noch.

Denn, was immer du dir vorstellen kannst, das kannst du auch erreichen. Vergiss das nie! Du bist ein grenzenloses, schöpferisches Wesen

12. Warum du deine Wünsche aufschreiben solltest

Was für eine Binsenweisheit, nicht wahr? Aber lass dich davon nicht täuschen. Nicht so wie Millionen andere von der weltweit bekannten [Yale Studie](#).

Doch das rund 50% mehr Menschen ihre Ziele erreichen, die nicht nur darüber nachdenken, sondern sie auch aufschreiben, sagt nicht nur dein gesunder Menschenverstand, sondern auch eine [Studie von Dr. Gail Matthews von der Dominican University aus dem Jahr 2015](#).



Und wenn du schon dabei bist deine Karten auszuspielen, dann schreibe noch zusätzlich einen Aktionenschritt zur Erreichung auf, teile ihn mit einem Freund und berichte wöchentlich über die Fortschritte. (Das steigert deine Erfolgsquote noch weiter)

Denke daran: *Mach es für dich – nicht für andere. Für deine Klarheit – nicht einer Wahrscheinlichkeit. Erzähl es auch niemandem – nur dem Universum. Es ist der einzige Partner, den du für dieses Spiel benötigst.*

Schritt 2: Believe

Glauben stärken und mühelos manifestieren. 35 unbezahlbare Gesetz der Anziehung Tipps.

„Ich glaube es erst, wenn ich es sehe“. Das ist, was ich viele Leute sagen höre, wenn es ums Thema Glauben geht. Das ist wohl auch der Grund, warum sie im Leben nicht vom Fleck kommen. Kein Wunder leben so viele noch mit 35 bei Mutti. Sie können sich noch nicht einmal vorstellen, ohne Mamis Rufe aus den Federn zu kommen.

Doch diese Sichtweise stutzt deine gottgegebenen Flügel. Es entbindet dich deiner Macht. Macht dich zum Opfer deiner Umstände.

Doch auch, wenn Glaube den Menschen von Geburt an nicht gleichermaßen innewohnt, gibt es keinen Grund nicht zum Glauben zu finden. **Glaube ist eine Übungssache.** Es ist ein Muskel, den du trainieren kannst, genauso wie deinen Bizeps.

Und der beste Weg, um deinen Glauben zu stärken liegt in der Übung. Wende Methoden an. Verbinde dich mit deinem höheren Selbst.

Nicht zu Unrecht sagt man, „*Wiederholung ist die Mutter allen Lernens*“. Also übe regelmäßig, praktiziere Methoden und trainiere deinen Glaubensmuskel. Du wirst erstaunt sein, was alles möglich ist.

Hier meine besten **Gesetz der Anziehung Tipps**, um **Schritt 2 (Believe)** zu meistern.

13. The ONE Thing



Konzentriere dich nur auf eine Sache. Du hast richtig gehört – Eine. Eine Methode. Eine Strategie. Einen Wunsch.

[Die überraschend einfache Wahrheit über außergewöhnlichen](#)

[Erfolg ist laut Gary W. Keller und Jay Papasan „The One Thing“*](#). Sich also einer Sache zu widmen, und der Erfolg ist fast vorprogrammiert. (Wenn du das Buch noch nicht gelesen hast – absolut empfehlenswert)

Auch ich bin davon überzeugt und glaube, dass es beim Gesetz der Anziehung genauso funktioniert. Die meisten hüpfen nämlich von Methode zu Methode, von Wunsch zu Wunsch und von Lehrer zu Lehrer, und wundern sich dabei, warum sie keinen Erfolg haben.

Denk daran: *Wenn du zwei Hasen jagst, fängst du in der Regel keinen davon. (Es sei denn du bist ein Hasenflüsterer oder so was.)*

Also widme dich mit ganzem Herzen, einem Wunsch, einer Methode und sieh, wie sich Wunder in deinem Leben entfalten.

14. Vorsicht vor dem Methoden-SCAM

Vergöttere nicht die Technik. Jede Methode, Technik oder Ritual sind nur Mittel zum Zweck. Es ist nicht das, was die Manifestation bewirkt. Deshalb mach auch keinen Gott daraus.

Nicht aus der **3-6-9 Methode**. Nicht aus deinem geliebten **Journaling**. Nicht aus deiner vielversprechenden „**Reich in 24 Stunden – Money-Meditation**“. Sie alle sind austauschbar. *Du nicht!*

Erinnere dich: *Die Erschaffung deiner Realität hängt immer von denselben 2 Faktoren ab.*

- 1.) Dein Wunsch:** Das *Wünschen* oder auch *Wollen* genannt.
- 2.) Dein Erwarten:** Deine *Erwartung* an die Wunscherfüllung oder in anderen Worten: dein *Glaube* daran.

15. Die verschwiegene Wahrheit über Affirmationen

Du hast sicher schon von ihnen gehört. Ein kontroverses Thema, ich weiß. Deshalb sage ich dir jetzt die Wahrheit über *Affirmationen*, kurz und knackig:

Affirmationen sind einfach ausgedrückt, bestätigende und bejahende Worte oder Sätze. Eine Affirmation ist eine Behauptung oder Aussage, dass etwas existiert oder wahr ist.

Und jetzt kommt das Wichtigste überhaupt:

*Affirmationen funktionieren NICHT, wenn sie Aussagen darüber sind, was deinem Wunsch nach wahr sein soll. Sie funktionieren hingegen ausgezeichnet, wenn sie **Bekräftigungen von Wahrheiten** sind, die du nicht anzweifelst.*

Schreie also nicht lauthals: „*ICH BIN REICH*“, wenn du weißt, dass es nicht deiner Wahrheit entspricht. Wenn du es nicht fühlst. Wenn du ihm keinen Glauben schenken kannst.

Rufe stattdessen aus: „*Ich bin auf dem besten Weg ein Leben in Wohlstand zu führen*“. (Wenn es das ist, was du glauben kannst)

Praxistipp: *Taste dich langsam an deine Wahrheiten heran, und du wirst Großes mit Affirmationen bewirken können.*

(Auf unserem [Youtube-Kanal](#) findest du geniale Affirmationen zum Thema Geld und Gesetz der Anziehung)

16. Das ultimative Geheimnis von Afformationen

Deine *Affirmationen* erzielen keine Ergebnisse oder du kannst sie einfach nicht ausstehen?

Nutze **Afformationen**! Sie können Leben verändern und ein Rettungsboot für Affirmations-Schiffsbrüchige sein.

Affirmationen vs. Afformationen



Die Besonderheit daran ist, dass nicht *du* bestärkende Aussagen formulierst, sondern die Weisheit deines Bewusstseins. Deshalb nutzt du bei *Afformationen* keine Aussagen, sondern *Fragen*.

Nicht irgendwelche. Extrem schlaue! Sie sind so clever, dass sie deinen kritischen Verstand überlisten, weil ihre

Grundannahme positiv ist. Damit formatierst du deine Gedankenwelt. Bringst deine Gedanken in ein neues (Af)**FORMAT**(ion).

Afformationen Beispiele:

#1 – *Warum fällt es mir so leicht erfolgreich zu sein?*

#2 – *Warum habe ich immer so Glück mit meinen Beziehungen?*

#3 – *Warum bin ich mit so göttlicher Gesundheit gesegnet?*

#4 – *Wie mache ich es nur, dass sich meine Wünsche so leicht erfüllen?*

#5 – *Wie schaffe ich es nur, dass ich immer voller Glück und Freude bin?*

17. OMG! Die göttlichsten Gedanken aller Zeiten

Was rufen die meisten Menschen aus, kurz bevor sie kommen? Ja, nicht in die Backstube. Du weißt schon.

Richtig: „*Ohhh meeein Gooooootttt*“!! (Direkt nach „Ich komme“)

[Funfact: Die Japaner sagen übrigens iku – „Ich gehe“. Ja was denn nun. Soll man nun gehen oder kommen? Kein Wunder herrscht so viel Verwirrung darüber, was man(n) danach machen soll. Und die Spanier rufen selbst beim Sex noch nach ihrer Mutter (Madre mia). Ajajaj. Das erklärt so einiges.]

Ok, aber jetzt genug der internationalen Höhlenforschung. Zurück zum Tipp.

Bei diesem Tipp geht es also darum, **göttliche Gedanken** zu finden und zu praktizieren. Bei der richtigen Anwendung übertrifft das klassische Affirmationen um Welten.

Es geht darum, Gedanken zu finden, die sich für dich genauso gut anfühlen wie ... du weißt schon was. Gedanken, die so rein

und pur sind, so voller Stärke und Klarheit, sodass sie jede Zelle deines Körpers zum Vibrieren bringen.

Sie sind extrem wirkungsvoll bei *einschränkenden Glaubenssätzen* wie „*Ich muss öfter meditieren, um meinen Wunsch zu manifestieren*“, „*Ich will aber, dass es auf diese Weise geschieht*“ oder „*Das funktioniert einfach nicht, verdammt*“.

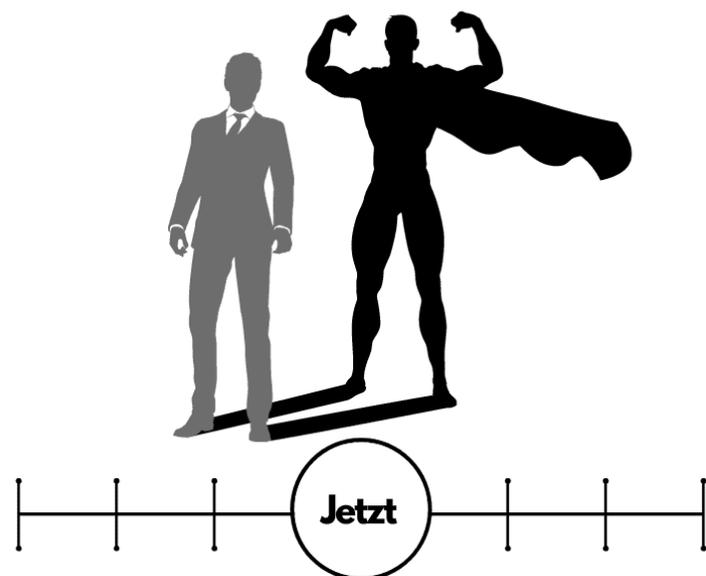
Göttliche Gedanken Beispiel:

Ich bin vollkommen offen und empfänglich für Segen jeglicher Art und ich erlaube dem Universum feierlich, den schnellsten, effektivsten und freudigsten Weg zu wählen, um [Dein Wunsch] in mein Leben zu bringen.

Wie klingt das? Nicht schlecht, oder?

18. Werde jetzt zu deiner Zukunftsversion!

Um großartiges zu vollbringen, musst du großartig sein. Um großartig zu sein, musst du dich großartig fühlen. Um dich großartig zu fühlen, musst du großartig denken. Und um großartig zu denken, musst du eine großartige Zukunftsvision von dir haben.



Du kannst nicht lausig über dich denken, dich aber göttlich fühlen. So funktioniert das einfach nicht.

Erst entscheidest du, wer und wie du sein willst, und dann

gehst du da raus und zeigst es allen. Folgende Methode hat mir sehr geholfen, mich in einem neuen Licht zu sehen und mein **Selbstbild** bedeutend zu verändern und zu stärken.

Methode – erSCHEINE

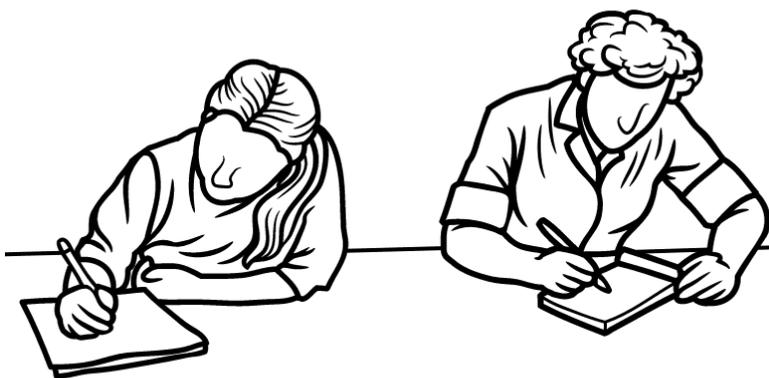
Dabei findest du Antworten darauf, wie du künftig in der Welt auftreten wirst und wie du die Welt durch diesen neuen Filter wahrnimmst.

Frage dich:

- 1.) *Wie erscheine ich künftig in dieser Welt?*
- 2.) *Wie erscheinen andere auf mich?*
- 3.) *Wie erscheint die Welt auf mich?*

Beispiel: *Ich erscheine als ein glänzendes Vorbild für Güte und Großzügigkeit, als ein selbstbewusster, aufrichtiger und freundlicher Mensch. Andere erscheinen auf mich als liebevolle, nette und humorvolle Menschen, die das Beste für mich im Sinn haben. Die Welt erscheint auf mich als ein freundlicher Ort unendlicher Möglichkeiten, die sich stets erweitern und sich mir öffnen.*

19. Schreibe die großartigste Geschichte deines Lebens



Wir lieben
Geschichten einfach.
Kinder lieben
Geschichten.
Erwachsene lieben
Geschichten. Und
weißt du wer noch
Geschichten liebt?
Genau, das
Universum!

Es *hört* aber nicht nur
Geschichten. Es macht ganze Filme daraus. Das Universum ist

ein bisschen wie Disney. Bring ihm eine Geschichte, und es macht einen preisgekrönten Film daraus.

Warum dein Leben dann kein Happy End hat, fragst du? Also Erstens: Deine Zeit ist noch längst nicht vorbei. Und Zweitens: Na, du warst es doch, wo all die Dramen in dein Manuskript geschrieben hat. Wenn es dir nicht gefällt, dann schreibe es um, oder gleich ganz neu.

Erkenne, dass *du* den Stift in deiner Hand hältst, mit der du deine Geschichte schreibst. Niemand sonst. **Schreibe deine Geschichte so, wie du sie erleben möchtest.**

Methode – Erzähle eine neue Geschichte

Besser noch – schreibe sie! Werde zum Autor deines Lebens. Das meine ich wortwörtlich. Schreibe die Geschichte nicht so auf wie sie ist, sondern so, wie du willst, dass sie sein soll. Mit all den Gedanken, Gefühlen, Glaubenssätzen, Überraschungen, Wundern und glücklichen Fügungen.

20. Erwecke die höchste Version deines Selbst zum Leben

Das ist es. Das ist sie. Die Methode, die alles für dich verändern kann. Der Tipp, auf den schon so lange gewartet hast. Der dich ins Paradies führen kann. Es ist vielleicht die großartigste Sache, die du je kennenlernen wirst. Ich mach keine Scherze.

Oder meinst du es ist ein Zufall, dass in [Gespräche mit Gott*](#) geschrieben wurde, dass der Sinn und Zweck des Lebens darin besteht, die größte Vision der höchsten Version seiner selbst zu erschaffen? Ich denke nicht.

Oder [Maxwell Maltz](#) (Autor von [Psycho-Kybernetik*](#)), der herausfand, dass das *Selbstbild* ausschlaggebend für den Erfolg oder Misserfolg einer Person ist.

(Anmerkung: Beide Bücher in diesem Tipp sind ein absolutes

Must Read. Man kann sich gar nicht erlauben, sie nicht gelesen zu haben. Im Ernst. Bestell sie dir einfach. Du wirst schon sehen.)

Methode – Die höchste Version deiner Selbst

Beschreibe die höchste Version von dir und stell dir täglich vor, diese Version zu verkörpern.

Frage dich dazu:

- 1.) *Wie wäre ich, wenn ich meine höchste Vorstellung von mir leben würde?*
- 2.) *Was würde ich tun, wenn Zeit und Geld keine Rolle spielen würden?*
- 3.) *Wie würde ich mich kleiden, gehen, bewegen, reden, denken, handeln?*

21. Game of Thrones – Die Meister der „Naming“ Methode



In Game of Thrones gibt es eine Szene, in der die Rolle Daenerys Targaryen´s vorgestellt wird. Und zwar auf eine Art und Weise, wie sie herrschaftlicher kaum sein könnte und verkündet, wer sie zu sein glaubt, noch bevor sie es ist.

(Zumindest manches davon)

Es ist einfach genial. Ein Geniestreich, so gut, dass selbst Max und Moritz vor Neid erblassen würden, wenn sie das hörten.

Frei übersetzt, stellte sie sich formell in etwa so vor:
„Daenerys Stormborn aus dem Hause Targaryen, Königin der

Andalen, Beschützerin der 7 Königreiche, Mutter der Drachen, die Unverbrannte, die Kettenbrecherin....“

Game of Thrones – Naming Methode

Übernimm das Konzept und passe es an deine Person an. Beginne dich auf neue Weise zu sehen und vorzustellen. Selbst wenn es anfangs nur in deinem stillen Kämmerchen geschieht. Wenn *du* eine neue Auffassung darüber gewinnst, wer *du* bist, wird auch *die Welt* um dich herum sehen, was du schon jetzt siehst.

Berühmtes Beispiel: *Muhammad Ali*

Der „größte“ *Boxer aller Zeiten*“. Der junge Cassius Clay bezeichnete sich als „*the greatest Boxer alive*“, und das, bevor er der beste Boxer aller Zeiten wurde. Er stieg somit mental in die *beste Version seiner selbst*, verkörperte es, und wurde kurze Zeit darauf genau das: *Der beste Boxer aller Zeiten!*

Wie stellst du dich künftig vor? Schreib es in die Kommentare. Es braucht manchmal Mut, um etwas neues im Leben zu kreieren. Jetzt kannst du zeigen, aus welchem Holz du geschnitzt bist.

22. Vom Hosenscheißer zum Held in nur 4 Schritten

Wir alle haben eine Vergangenheit und eine Geschichte, die wir uns dazu erzählen. Auch du. Es ist die Geschichte, warum du so geworden bist, wie du heute bist. Leider gleicht sie oft einer *Tragikomödie*. Du weißt nicht recht,



ob du darüber lachen oder heulen sollst.

Aber wusstest du, dass *50% unserer Erinnerungen an die Vergangenheit überhaupt nicht stimmen*? Das dein Gehirn dir ein Streich spielt und Erinnerungen über die Jahre bedeutend verändert? Das ist erschreckend – aber wahr. (Sehr empfehlenswert dazu: [Das trügerische Gedächtnis von Julia Shaw*](#))

Wenn es also ohnehin Nonsense ist, was du dir erzählst, dann erzähle doch gleich eine neue Geschichte. Oder gib ihr zumindest eine neue Bedeutung.

Methode – Schreib deine Geschichte um

Nimm ein paar bedeutende Ereignisse, die dein Leben negativ beeinflusst haben. Stelle dir ein paar Fragen, um ihnen eine neue Bedeutung zu geben.

Zum Beispiel:

- 1. Gibt es alternative Perspektiven und Erklärungen zu diesem Ereignis?*
- 2. Was wäre eine bessere Bedeutung, die ich der Sache geben könnte?*
- 3. Was sind die Vorteile, die ich aus den Erfahrungen gewonnen habe?*
- 4. Wie würde ich diese Erfahrung aus Sicht meines höchsten Selbst sehen?*

23. Befreie dich von Stress und lache deinen Traum herbei

Schon in der Bibel steht geschrieben:

Wahrlich, ich sage euch, wenn ihr nicht umkehrt und werdet wie die Kinder, so werdet ihr nicht in das Reich der Himmel eingehen – (Mt. 18.3)

Fang die Leichtigkeit des Kindseins wieder ein. Mach jeden Tag etwas, das dir *wirklich Freude* bereitet. Rede dir nicht ein, dass Buchhaltung toll ist oder Putzen Spaß macht. Du sollst

bersten vor Freude.

PS: Kinder lachen bis zu 400 MAL!! am Tag. Wie oft hast du denn heute schon gelacht? (Tu mir einen Gefallen – Schreib es nicht in die Kommentare, wenn du darüber nachdenkst, ob es 3 Mal oder 4 Mal waren. Ich hab schon genug Sorgen.

24. Wer will sonst noch mit Visualisierung Wünsche manifestieren?

Hier kommt ein Experten-Tipp für alle, die mit Visualisierung arbeiten. Wenn du zu der Sorte gehörst, die behaupten, sie könnten nichts sehen beim Visualisieren, habe ich eine Frage an dich: *Welche Farbe hatte dein erstes Auto? ...*

Ha! Wusste ichs doch. Du brauchst ein Bild, um dich zu erinnern. Ob du das nun bewusst wahrnimmst oder nicht.

Methode – Vorstellungskraft schärfen

Wenn du das nächste Mal visualisierst, dann stell dir nicht einfach nur ein Bild vor. Verändere und modifiziere deine Vorstellung, bis du glaubst, dass du mittendrin bist, statt nur dabei.

8 Einstellungen für schärfere Bilder:

- 1) **Bildgröße:** Mach das Bild größer
- 2) **Bild-Entfernung:** Zoom das Bild näher zu dir heran oder steig in das Bild hinein.
- 3) **Helligkeit:** Mach das Bild heller
- 4) **Schärfe:** Stell die Schärfe ein
- 5) **Kontrast:** Erhöhe den Farbkontrast für ein neues Bilderlebnis
- 6) **Klang:** Bring Geräusche in die Vorstellung ein (z.B. Meeresrauschen)
- 7) **Lautstärke:** Passe die Lautstärke an.
- 8) **Stimme:** Verändere die Stimmhöhe, Tonalität, den Rhythmus oder das Tempo

Danach müsstest du dich fühlen wie im Heimkino und wünschen, schon früher den Tipp bekommen zu haben.

25. Das unerzählte Geheimnis von Grenzen setzen in weniger als 60 Sekunden



In deinem Leben wirst du immer wieder mit Menschen zu tun haben, die nicht deinem höchsten Wohl entsprechen. Die dir nicht wohlgesonnen sind. Die dich auf *ihr* niedriges Niveau ziehen wollen. Lass das nicht zu.

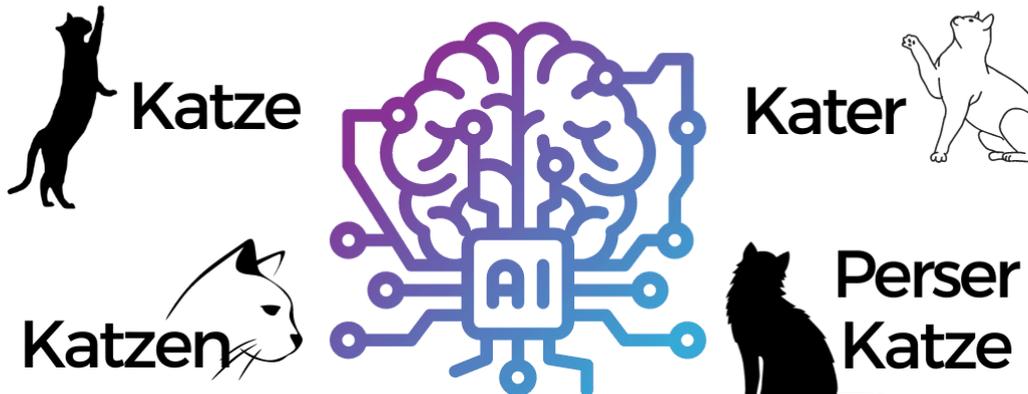
Setze klare Grenzen, was in Ordnung ist, und was nicht. Was du tolerierst und was du untersagst. Auch – und insbesondere – wenn es sich dabei um Freunde und Familienmitglieder handelt.

Wertvolle Erkenntnis: *Es ist wichtig zu verstehen, dass du diese Grenzen nicht für die anderen setzt – du setzt die Grenzen für dich selbst.*

26. Verwandle deine Aufmerksamkeit in eine leistungsstarke Manifestations-Maschine

Werde dir der **Macht deiner Aufmerksamkeit** bewusst. Was immer du zum Gegenstand deiner Aufmerksamkeit machst, das nimmt mit der Zeit immer mehr Raum in deiner Welt ein. Wie ein Social-Media Algorithmus.

Der Mind Algorithmus



Je mehr Katzenvideos du anschaust, desto mehr Katzenvideos werden dir ausgespielt. Und wenn du nichts daran änderst, glaubst du irgendwann, dass es Katzen die Welt regieren und Hunde ausgestorben sind.

Methode – Der Algorithmus der Aufmerksamkeit

1.) Halte deine Aufmerksamkeit lange genug (ca. 20 Sekunden) auf dem Objekt deiner Begierde, und du wirst feststellen, dass gleichwertige Gedanken zu den ersten hinzukommen.

2.) Halte deine Aufmerksamkeit für 2 Minuten auf das Erwünschte. Nun befindest du dich in den meisten Fällen bereits auf der Schwingungsebene deines Wunsches.

Und das ist der Moment, an dem du beginnst, deinen Wunsch in deine Erfahrung zu ziehen.

27. 5 Wege um Manifestations-Burnout zu vermeiden

Nutze die Macht von Communitys und trete in einen Kreis von Gleichgesinnten ein. Es stärkt nicht nur das Gefühl der Gemeinschaft und das du kein einzelner Manifestations-Krieger bist, sondern kann dir in Momenten des Zweifels und der Unsicherheit auch eine wertvolle Stütze sein, und dich

wieder auf Kurs bringen.



Beispiele:

- 1 – Facebook-Gruppen
- 2 – Lokale Treffen
- 3 – Online-Foren
- 4 – Gründe selbst eine Gruppe
- 5 – Mastermind-Gruppen

28. Erfolgreich zu sein ist eine Frage deiner Freunde

Du hast sicher schon davon gehört. *Du bist der Durchschnitt der 5 Menschen, mit denen du am meisten Zeit verbringst.* Das ist nicht nur ein netter Spruch. Prüfe den Wahrheitsgehalt selbst.

Wie viel verdienst du im Monat? Schreib es auf. Und dann frage nach, was die besagten 5 Personen monatlich verdienen.

Im Durchschnitt liegt der Unterschied bei bis zu 50%. Jemand der 1.800€ im Monat verdient, verbringt selten Zeit mit jemandem der 15.000€ im Monat verdient. Wenn doch, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sich einer von beiden mit der Zeit dem anderen finanziell angleicht.)

Frage dich: *Mit was für Menschen würde mein neues Ich Zeit verbringen? An welchen Orten würde ich mich aufhalten? Welche Eigenschaften hätten meine Freunde? Was machen sie beruflich? Wie denken sie über die Welt?*

Sobald du Klarheit darüber hast, wirst du Menschen in dein Leben ziehen, die deinem neuen Ich entsprechen.

29. Geben ist seliger als geizen



Es scheint eine Seltenheit geworden zu sein, Menschen zu begegnen, die großzügig sind. Ich meine von Herzen. Nicht nur aus Gefälligkeit wie im Restaurant beim Tippen. Ich denke da an ein herzliches Lächeln, einer helfenden Hand oder ein echtes Kompliment.

Diese ganze Geschichte vom **Mangel ist ein Mythos**. Es ist eine Illusion. Eine Lüge, die wir uns erzählen.

Sei großzügig mit den Gaben, die du hast. Mach es dir zur Gewohnheit, Menschen zu segnen, ihnen das Beste zu wünschen und *wisse, dass du nichts geben kannst, was du nicht besitzt*.

Profi-Tipp: *Gib das weg, was du für dich selbst am sehnlichsten wünschst. Damit demonstrierst du dem Universum, dass du davon genügend hast. Und es wird dir nach dem Gesetz der Anziehung mehr davon zukommen lassen.*

30. Positive Selbstgespräche! Eine unglaublich einfache Methode, die für jeden funktioniert

Lass uns eins vorab klarstellen: Wir führen Selbstgespräche. Jeder von uns tut das. Wir reden unaufhörlich mit uns selbst, in unserem eigenen mentalen Gebäude. Es liegt in unserer Natur. Das hat auch nichts Schizophrenes an sich.

Der einzige Wahnsinn ist, dass wir so viel Mist dabei reden und es nicht einmal bemerken. Und selbst wenn wir es merken, es als normal abstempeln.

„Ich bin sooo dumm!!!“, „Wie kann man nur so blöd sein?“, „Ich bin so ein Taugenichts, Papa hatte Recht“.

Also wenn das normal ist, sorry, aber dann bin ich lieber der Schizophrene!

Wichtig für dich zu verstehen ist, dass Selbstgespräche immer und ausnahmslos deinem aktuellen *Bewusstseinszustand* (Deiner Schwingung) entspricht.

Das bedeutet, du kannst anhand deines Selbstgespräches erkennen, ob du dabei bist das Leben deiner Träume anzuziehen oder wegzustoßen.

Methode – Selbstgespräche für die Seele

Fang an positive Wörter und Sätze zu sagen. Erst zu dir selbst und dann auch über die Welt.

Beispiele:

- *Ich kann das, Ich schaff das, Ich bin wertvoll*
- *Ich bin ein Geschenk für die Welt*
- *Mein Leben ist fantastisch*
- *Ich liebe das Leben und das Leben liebt mich*
- *Das Glück verfolgt mich auf all meinen Wegen*

31. Erfolgreich manifestieren! Die nackte Wahrheit, die keiner hören möchte



Wenn wir uns dazu entscheiden, einen Wunsch zu manifestieren, kommen uns meist Zweifel. Zweifel, ob der Wunsch überhaupt erreichbar ist für uns. Es fehlt an Glauben. Für Viele endet hier die Reise. Leider. Doch eins ist sicher: Nicht für dich.

Du kannst deinen **Glauben stärken** und erreichen, dass dir jedes erdenkliche Ziel möglich erscheint. Und das Geheimrezept dazu ist überraschend einfach: **Wiederholung! Wiederholung! Wiederholung!**

Methode – Wiederholung ist der Weg zum Wissen

Wiederhole die Vorstellung, dass dein Wunsch bereits erfüllt ist, so lange, bis du daran glaubst. Gleich, ob es 50 oder 500 Wiederholungen sind. Sehe dich am Ziel angekommen. Lass dieses Gefühl deinen ganzen Körper durchströmen, bis selbst die letzte Zelle in deinem Zeh daran glaubt.

Denk daran: Aller Anfang ist schwer, doch mit der Zeit wirst du merken, dass du an deinen Wunsch glaubst. Bleib einfach dabei.

„Wie weiß ich, wann es so weit ist?“, magst du fragen. Nun, wenn es so weit ist, hast du diese Gewissheit in dir, die dir ins Ohr flüstert:

„Es ist fertig. Es ist bereits Geschehen. Das Spiel ist aus“.

Und das, mein Freund, meine Freundin, ist der Befehl für das Universum, deinen Wunsch wahr werden zu lassen!

32. Die 6 besten Wege, deine Glaubenssätze zu ändern

Oft stehen der Verwirklichung deines Wunsches *einschränkende Glaubenssätze* im Weg. Einer der effektivsten Wege diese zu ändern, habe ich bereits im *Tipp 28* erklärt.

Es ist essenziell zu verstehen, dass sich Glaubenssätze auf mehrere Beine (Beweise) stützen – wie ein Tisch. Sägst du die Beine (Beweise) ab, ist auch der Glaubenssatz platt. Dann musst du neue Tischbeine (Beweise) suchen und kannst einen völlig neuen Glaubenssatz „*auf die Beine stellen*“.

Methoden, um Glaubenssätze zu ändern

Ich nenne dir hier lediglich Techniken, die ich selbst genutzt habe und die sich bewährt haben – Für mich persönlich als auch für meine Klienten.

- 1 | Überzeugungen in Frage stellen durch NLP Coaching
- 2 | Durch Hypnose / Selbsthypnose
- 3 | Meditation / Visualisierung
- 4 | EFT
- 5 | Selbstbild ändern
- 6 | Affirmationen

33. 5 Methoden, die dich in eine „HIGH-VIBRATION“ bringen

Du kennst die *Grundprämisse vom Gesetz der Anziehung* inzwischen sicher – **Gleiches zieht Gleiches an**. Z.B. Reiche – Reichtum; Glückliche – Glück; Liebende – Liebe; und Muffel? – ja, sicher kein Trüffel.

Wenn es wahr ist, dass unsere Schwingung ausschlaggebend dafür ist, was wir anziehen, dürfen und müssen wir alles dafür tun uns großartig zu fühlen. Je besser wir uns fühlen, desto höher schwingt unsere Frequenz. Ergo: Wir ziehen glückliche Umstände und Menschen in unser Leben.

Mach es dir zur höchsten Priorität deine Schwingung anzuheben, auf ein Niveau, dass es richtig ungewöhnlich für dich wird, dich so glücklich zu fühlen.

Hast du je bemerkt, dass bei frisch Verliebten plötzlich alle Lebensbereiche zu florieren scheinen? Frag dich mal warum. Sicher nicht wegen ihren neuen Mantras, die sie sich vor dem Schlafengehen unaufhörlich aufsagen – „*Flauschibärchi*“ und „*Haselmausi*“.

Aber wie stellst du das an, wenn du gerade nicht frisch verknallt bist?

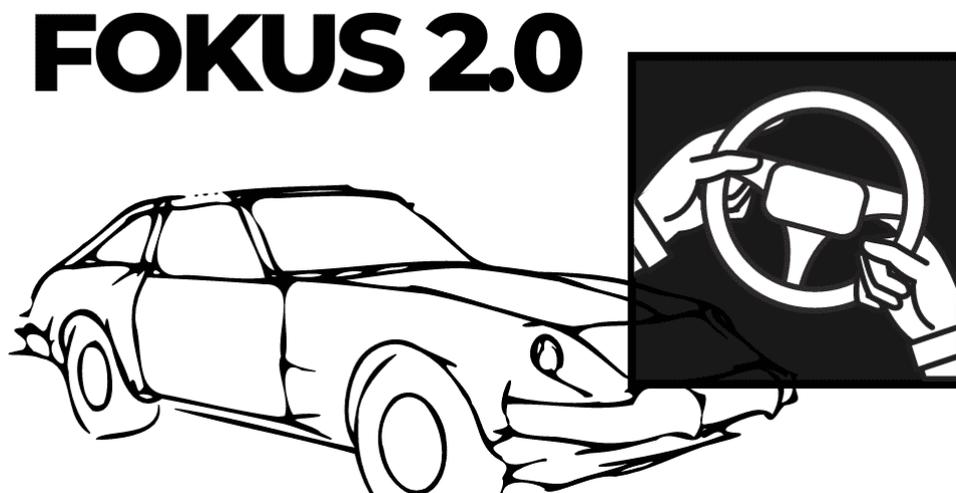
Bewährte „High Vibration“ Methoden

1. Dankbarkeitsritual
2. Wertschätzung praktizieren
3. Achtsamkeitsmeditation
4. Zeit in der Natur
5. Mach was, dass dir enorme Freude bereitet

34. Fokus 2.0 – Schneller manifestieren mit doppeltem Fokus

Tip 26 hat dir bereits verraten, dass Fokus der Schlüssel zum Erfolg ist. Doch wie bei einem Kamera-Zoom, kannst du selbst entscheiden, wie weit du in das Objekt hineinzoomen möchtest.

Richte deine Aufmerksamkeit auf deinen Wunsch. Aber dieses Mal gehst du noch weiter, und *richtest deinen Fokus darauf, was du dir an deinem Wunsch am meisten wünschst, was dir am besten gefällt, worauf du dich am aller meisten freust.*



Das Resultat davon, ist ein verstärktes Gefühl der Wertschätzung und Freude. Und *stärkere Emotionen beschleunigen deine Manifestation.*

35. Inspirierte Handlung! Die 10X-Formel

Menschen handeln aus den unterschiedlichsten Gründen: Angst, Verzweiflung, aus Pflichtgefühl oder dem Glauben, dass es sie voranbringt.

In den seltensten Fällen erfolgt **Handlung aus einer Inspiration**. Das ist schade, denn es ist die effektivste Art zu handeln.

Merke dir: *Eine unglückliche Reise wird nie zu einem glücklichen Ende führen. Das geht nicht! Du wirst nicht deprimiert und abgerackert den mühevollen Weg Richtung Wunsch gehen und plötzlich, freudestrahlend am Ziel stehen. Das wird nichts passieren.*

Deshalb achte darauf, dass du dich erst emotional fantastisch fühlst, und dann, wenn du die Eingebung oder Inspiration hast, Handlungen folgen lässt. Diese werden 10x stärker und effektiver sein als alles, was du zuvor versucht hast.

36. Wie du deine Manifestation extrem beschleunigst – 5 Beispiele

Es ist ein Trugschluss, dass du nichts tun kannst, um die **Manifestation** zu beschleunigen. Es stimmt, dass du nichts tun musst, aber es steht dir frei, ob du etwas tust. Am Ende zählt deine Erwartung.

Der Glaube an die Verwirklichung kann enorm gesteigert werden, wenn du dem Wunsch in deinem Leben Platz machst.

Methode – Dem Neuen Platz machen: 5 Ideen

Idee 1: Neues Haus – Bereite dich auf den Umzug vor. Trenne dich von alten Sachen. Reduziere dein Hausstand.

Idee 2: Neues Auto – Mach dein jetziges Auto fertig zum Verkauf. Bring es auf Vordermann. Und mach dein Garagenplatz schon mal frei.

Idee 3: Partnerschaft – Richte dein Zuhause schön ein. Räum auf. Mach Platz im Kleiderschrank. Mach das Bett für Zwei.

Idee 4: Geld – Richte ein neues Bankkonto ein. Mach ein Depot auf. Besorg dir eine schöne Geldbörse.

Idee 5: Gesundheit – Bestell dir Sportklamotten, Mixer, Kochutensilien. Verschenk deine Süßigkeiten. Schmeiß dein Junkfood raus.

37. Die eine Affirmation, die dich von deiner Vergangenheit befreit

Ich hätte nie gedacht, dass diese Übung mir zu einer Zeit in meinem Leben so viel bringen würde. Ehrlich, es hat mich vollkommen transformiert, all den Groll und Mist aus der

Vergangenheit loszulassen. So befreiend, sage ich dir.

Schreibe dazu *3 Personen oder Ereignisse* aus deiner Vergangenheit auf, die dich heute noch irgendwie belasten. Sei willens zu **vergeben** und löse dich von negativen Gefühlen.

Du machst das nicht für die andere Person, sondern für dich, deine Heilung, dein Frieden.

Folgende Affirmation hat mir dabei geholfen:

Ich vergebe dir, dass du nicht so bist, wie ich dich haben wollte. Ich vergebe dir und gebe dich frei.

38. Wünsche anziehen für Faule!



Eine der besten Techniken deine *Frequenz anzuheben* und deinen Wunsch anzuziehen sowie aus einer negativen Denk- und Gefühlsspirale auszubrechen, ist die *Feel-Good-Frage*.

Es ist ganz normal, dass wir auf dem Weg zur Manifestation immer wieder Mal negative Gefühle erleben. Das ist nicht das Problem. Es wird erst ein Problem, wenn wir dort festhängen. Um es gar nicht erst so weit kommen zu lassen, kannst du dir zwei einfache Fragen stellen.

Feel-Good-Frage

1) *Wie fühle ich mich gerade?* Und danach...

2) *Wie möchte ich mich fühlen?*

Lass die Antwort zu Frage 2 emporsteigen und tauche in das Gefühl ein, bis es dich erfüllt.

39. 3 Coachingfragen, die dir grenzenlose Freiheit schenken

In jedem Moment deines Lebens hast du die Wahl zu entscheiden, was du denkst und wie du dich fühlst. Das ist für mich der Inbegriff von Freiheit. Denn ganz gleich, was du manifestieren möchtest, du willst diese Sache einzig und allein aus einem Grund:

Weil du glaubst, dass du dich besser fühlst, wenn du es hast.

Diese 3 Fragen schenken dir Freiheit. Du bist frei zu entscheiden, an was du denkst. Du bist frei zu wählen, wie du dich fühlst. Und du bist frei, weil du dich in jedem Moment deines Lebens so fühlen kannst, als wenn du im Paradies auf Erden lebst. Hier sind sie also:

Die 3 Freiheitsfragen

Frage 1: *Wo ist gerade meine Aufmerksamkeit?*

Frage 2: *Wo könnte meine Aufmerksamkeit jetzt sein?*

Frage 3: *Wo möchte ich, dass meine Aufmerksamkeit ist?*

Merke dir: *Mit diesen Fragen bist du in der Lage, dich zu jeder Zeit emotional deinen Wünschen anzugleichen und sie anzuziehen. Unterschätze nicht ihre Einfachheit.*

40. Lebe das Leben deiner Träume. Jetzt!

Beim **Gesetz der Anziehung** geht es im Grunde um nur eine Sache. Dich davon zu überzeugen, dass es *bereits fertig* ist.

Das bringt uns zu dem Punkt, dass es lediglich 2 Orte sind, an denen du dich energetisch befinden kannst, in Bezug auf

deinen Wunsch. Du kannst entweder auf der *Seite des Wollens* sein oder auf der *Seite des Erwartens*.

Beide Seiten sind für die Gleichung der Manifestation wichtig, doch Letztere ist entscheidend, ob du dein Wunsch auch empfängst. In anderen Worten:

Es geht darum, sich mental an den Ort zu bringen, an dem dein Wunsch bereits erfüllt ist.

Ich nenne ihn auch den Endzustand, das Ende oder das Gefühl des erfüllten Wunsches.

Doch oft fallen wir in unser altes Ich, mit den alten Gedanken und Gefühlen zurück. Hier kann dir folgende Methode helfen.

Methode – Leben im Endzustand

Frage dich: *Was würdest du tun, wenn du wüsstest, dass dein Wunsch bereits vollbracht ist?*

Schreib dir die Antworten auf, und kopiere diese Handlungen und Aktivitäten in deinen Alltag. Damit gleichst du dich auf schwingungsmäßiger Ebene deinem Wunsch an. Und Synchronizitäten beginnen aufzutauchen.

41. Der moderne Weg seine Träume zu erschaffen

In den letzten Jahren ist die Schattenarbeit, die auf C. G. Jungs Annahmen beruht, immer beliebter geworden. Wenn du noch nicht davon gehört hast, hier die Kurzerklärung:

Schattenarbeit hat die Absicht, Teile in uns, die wir abgeschottet, abgelehnt oder unterdrückt haben, zu heilen.

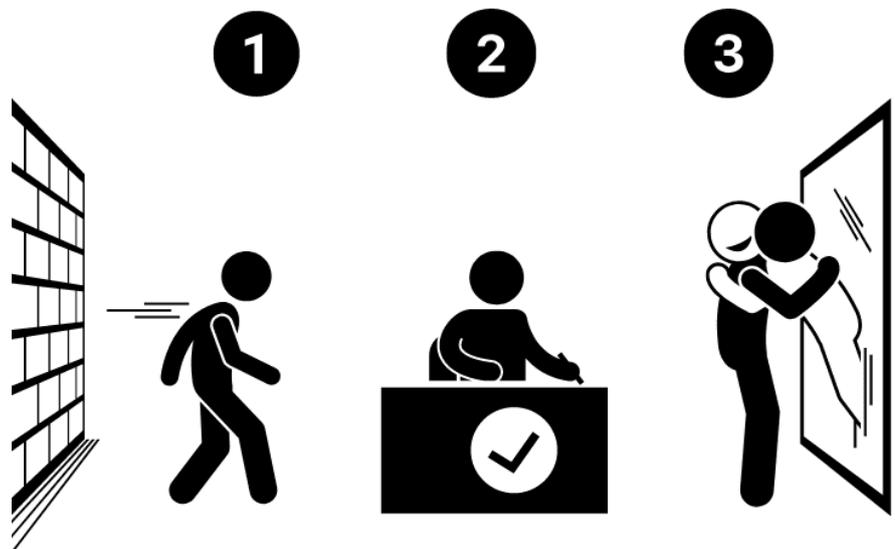
Kann Schattenarbeit helfen Altes aufzuarbeiten? Ja, absolut. Zieht es deine Aufmerksamkeit auf Probleme oder negative Aspekte deines Selbst? Sehr wahrscheinlich. Brauchst du

Schattenarbeit, um das Leben deiner Träume manifestieren zu können? Nein!

Anstatt die Vergangenheit aufzuarbeiten, kannst du dich direkt auf das Leben konzentrieren, das du führen möchtest, und du wirst unweigerlich das Leben deiner Träume erschaffen. Ganz einfach.

Merke dir: *Worauf du deine Aufmerksamkeit lenkst, dort fließt auch deine Energie hin und die Schwingung manifestiert sich in deinem Leben.*

42. 3 einfache Methoden deinen Widerstand aufzulösen



Es liegt in unserer Natur, Gefahren und Problemen unsere Aufmerksamkeit zu schenken. Nur so war es uns in jüngster Vergangenheit möglich zu überleben.

Doch wie gefährlich ist ein E-Mail Postfach wirklich? Oder eine unaufgeräumte Küche? Und wie steht es mit den Socken deines Partners, die quer auf Fußboden liegen? Alles Kleinigkeiten, die uns im Alltag tierisch aufregen können.

Die wichtigste Erkenntnis, die du in Bezug auf bestehende Ereignisse, die dich emotional belasten, gewinnen kannst ist folgende:

Eine Sache, der du Widerstand leistest, kann nicht verschwinden.

Methode – Widerstand auflösen

Methode #1 – Umarme sie. Schließe Frieden damit.

Methode #2 – Bewerte sie neu.

Methode #3 – Wende dich ab und etwas anderem zu.

43. Manifestieren wie wahre Meister! Ein Paradigmenwechsel, der dein Leben verändert

Paradigmen Shift

Haben.

Tun.

Sein.



Sein.

Tun.

Haben.

95% der Menschen verbringen 95% ihrer Zeit damit, Dingen hinterher zu rennen, die einfach nicht wichtig sind. Sie leben in einem falschen Paradigma. Es lautet:

Haben. Tun. Sein.

Die Menschen glauben, wenn sie erst einmal das haben, was sie wollen (z.B. Geld), können sie das tun, was sie möchten (z.B. Ihr Hobby zum Beruf machen), um am Ende etwas Bestimmtes zu sein (z.B. glücklich oder frei).

So funktioniert das Leben jedoch nicht. Das ist bestenfalls der Weg ins Unglück.

Es gibt eine aber Alternative, ein anderes Paradigma. Es ist attraktiv und obendrauf noch wirkungsvoll. Alle Meister wissen darum. Es ist erfüllender, erfolgreicher und im

Einklang mit der Schöpfung selbst. Es lautet:

Sein. Tun. Haben.

Wo liegt jetzt der Unterschied? Ganz einfach. Du beginnst mit dem Ziel. Dann gehst direkt ans Ende. Du tauschst „*Wenn ich das habe, dann bin ich...*“ zu „*Ich bin dann mal...*“. Statt etwas Erwünschtem nachzujagen, bist du das Gejagte. Du hast es erlegt. Der Kampf endet. Das Leiden vergeht. Und das Glück, ja, das wartet dort bereits.

Der Prozess funktioniert wie folgt:

Entscheidest du dich dazu etwas zu sein (wie z.B. wohlhabend), wirst du aus dem Seinszustand heraus auf natürliche Weise Dinge tun (wie z.B. großzügig sein, dienen) und am Schluss etwas haben (wie z.B. Die Erfahrung von Reichtum, Geld, Angebote).

Du kannst nicht vermeiden, das anzuziehen, was du ursprünglich möchtest, wenn du es bereits bist! So einfach ist das. Denn...

Du ziehst im Leben nicht das an, was du möchtest. Du ziehst an wer und was du bist.

Methode – Sein. Tun. Haben Wochenplan

Gestalte dir einen *Wochenplan*. Schreibe jeden Tag einen **Seinszustand** auf, den du erfahren möchtest. Sei ruhig kreativ und verwende unterschiedliche, um Erfahrungen zu sammeln. Das könnte zum Beispiel so aussehen:

Montag: *Liebe(voll)*

Dienstag: *Humor(voll)*

Mittwoch: *Weise*

Donnerstag: *Reich und wohlhabend*

Freitag: *Überglücklich*

Samstag: *Empathisch*

Sonntag: *Entspannt*

44. Gefühle in Sekunden verändern mit Hilfe dieser 6 Tipps

Es ist fast schon ein Jammer, dass wir Negativem in unserem Leben so viel Raum einräumen. Sei es dem Chef, dem angebrannten Essen oder unseren Gefühlen.

Kennst du so schlaue Ratschläge wie: „*Du musst auf deine Gefühle hören*“? Vergiss die Mal für den Moment. Über Gefühle musst du Folgendes wissen:

Gefühle und Emotionen sind temporärer Natur. Sie sind nicht beständig, und sie sind auch nicht die unangefochtene Wahrheit. Ebenso wie Gedanken, kommen und gehen sie.

Ja, es ist wahr: Deine Gefühle sind ein intelligentes Leitsystem, das dich auch führen kann und vor Gefahren warnen. Doch in 90% der Fälle sind sie das Resultat negativ ausgerichteter Gedanken. Deshalb hast du einen Freifahrtschein, auf dem steht:

DENK ANDERS – FÜHL ANDERS!

Tu das. Wortwörtlich. Es ist deine Entscheidung, woran du denkst und wie du dich fühlst. Wenn es aufgrund starker Gefühle dir nicht möglich ist, dich gedanklich abzulenken, dann probiere eine der folgenden Ideen aus:

Idee #1: *Nimm dein Gefühl wahr, hinterfrage, was es dir mitteilen möchte, bedank dich dafür, dass es sich gezeigt hat und handle danach.*

Idee #2: *Frage dich: „Jetzt wo ich weiß, wie ich mich nicht fühlen möchte – wie möchte ich mich fühlen?“*

Idee #3: *Setz dir ein Kopfhörer auf und mach gute Laune Musik an.*

Idee #4: *Beweg dich. Mach Sport. Spring Trampolin, wenn es*

sein muss.

Idee #5: Schau witzige oder schöne Videos & Filme an.

Idee #6: Erstelle dir eine Liste mit 30 Ideen, wie du deine Gefühle verändern kannst. So stellst du sicher, dass du immer einen Weg findest dich gut zu fühlen.

45. Eine exklusive Coaching-Methode, die Geld, Liebe und mehr in dein Leben flattern lässt

Ist die Visualisierung beim Manifestieren das Mittel deiner Wahl? Gut. Denn sie ist eines der effektivsten Mittel, das du überhaupt nutzen kannst, um das Leben deiner Träume zu erschaffen. Doch was triggert deine Gedanken dabei? Wo kommen die inspirierenden Bilder her? Die Vision?

In den meisten Fällen sind es Bilder aus Social-Media, schönen Magazinen oder Urlaubsreisen. Selten sind es Bilder, die aus dem **Quantenfeld** stammen.

Ich habe eine Methode, die ich sonst nur meinen *Coaching-Kunden* zeige. Aber da auf meinem Wochenkalender heute „Großzügigkeit“ als Seinszustand steht (*siehe Gesetz der Anziehung Tipps #43*), gebe ich eine extra Runde aus. Ich hoffe, die Methode zeigt für dich genauso phänomenal Ergebnisse wie bei anderen.

Diese Methode hilft dir, neue inspirierende Gedanken und Bilder zu deiner Vision zu empfangen. Aber das ist nicht alles. Sie bringt deine gedankliche Vorstellung in die Realität und baut eine stärkere, emotionale Bindung zu deiner Vision auf. Und wie du bereits weißt, sind positive Emotionen und die Erwartung an die Wunscherfüllung, die beiden Zutaten zum Erfolg.

Methode – Erschaffe deine Vision mit den Händen

Schritt 1 – *Definiere einen Wunsch.* Sei spezifisch.

Schritt 2 – Stell dir Fragen, wie dein Leben wäre, wenn der

Wunsch bereits wahr geworden ist. z.B. „Was wäre in meinem Leben anders als jetzt“?

Schritt 3 – *Bade in den positiven Gefühlen* und lass Bilder in deinem Geist entstehen. Kreiere eine Vorstellung um deinen Wunsch herum.

Schritt 4 – *Baue eine Miniaturausgabe deiner Vision*, wie z.B. Architekten ein Modellhaus bauen, das auf einen Tisch passt.

Schritt 5 – *Zeichne oder male diese Bilder* aus Schritt 3. z.B. der Ausblick aus deinem neuen Strandhaus, oder der Strandspaziergang mit deinem Partner.

Schritt 6 – Erschaffe das Gefühl der Echtheit, z.B. *Kaufe künstliche Euro-Scheine und Goldbarren* und leg sie in deinen Geldbeutel oder selbstgebauten Tresor.

46. Der geheime Schlüssel zu den Schätzen des Universums

Die Schwingung der **Wertschätzung** gehört zu den machtvollsten Energien, die du dem Universum anbieten kannst. Ähnlich wie einer Frau eine Schulter zum Anlehnen, echte Aufmerksamkeit oder wenn nichts davon da ist, zumindest einen 9 Karäter.

Wie eine Frau, weiß auch das Universum sich zu „bedanken“. Beschenkst du das Universum, indem du seine Schöpfungen wertschätzt, so wird es dir die Türen zu seinen Schätzen öffnen.

Wertschätzung erweist sich als wundervollen Weg, um jeglichen Widerstand, der noch zwischen dir und deinem Wunsch steht, mit Leichtigkeit aus dem Weg zu räumen.

Methode – Wertschätzung

Nimm dir am besten täglich 10-15 Minuten Zeit. Mach die Übung zu Beginn am besten schriftlich. Du kannst dabei alles zum Objekt deiner Wertschätzung machen. Doch empfehlenswert ist es mit etwas zu beginnen, das du ohnehin gut findest. Formuliere dann einfach Sätze wie:

Ich liebe... [Objekt / Person / Eigenschaft XY]
z.B.: „*Ich liebe meine Familie, Ich liebe die Natur*“

Ich mag... [bestimmtes Detail von Objekt / Person XY]
z.B.: „*Ich mag die Sommersprossen meines Freundes, Ich mag den Geruch meines Ledersitzes*“

Ich finde es wundervoll, wie... [etwas ist, gemacht wird]
z.B.: „*Ich finde es wundervoll, wie sie den Kaffee hier zubereiten*“

47. Die 5 Todsünden, die dich deinen Traum kosten



Wenn es um Tipps geht, hörst du häufig nur: „*Mach dies*“, „*mach jenes*“, „*das hilft dir garantiert*“, *bla bla bla...* . Aber sind wir doch mal ehrlich. Viele dieser Tipps und Ratschläge, hast du schon tausend Mal gehört. Und, hat es dein Leben verändert? Nicht unbedingt.

Manchmal braucht es einfach eine neue Perspektive. Es macht oftmals mehr Klick, wenn du hörst, **was du lassen sollst**, weil es genau das ist, was du ständig tust. Also hör mit folgendem auf, um deine Manifestation anzuzünden.

Methode – HÖR AUF

1. **Hör auf zu jammern** (Übernimm Verantwortung)
2. **Hör auf zu klagen** (Suche nach positiven Aspekten)
3. **Hör auf zu lästern** (Rede nicht über andere, rede über Ideen)
3. **Hör auf zu quatschen** (Mach was!)
4. **Hör auf mit negativen Gewohnheiten** (Stare Neue)
5. **Hör auf anderen etwas beweisen zu wollen** (Vor allem die Wirksamkeit vom Gesetz der Anziehung)

48. Wünsche manifestieren in 24 Stunden! 9 bewährte Lektionen

„Manifestieren braucht Zeit“, höre ich oft. Wer hat denn bitte schön diesen Unsinn verbreitet? Manifestation braucht nur Zeit, wenn es mit der Deutschen Bahn geliefert kommt. In allen anderen Fällen musst du dich von dieser eingestaubten Vorstellung lösen, wenn du *schneller manifestieren* möchtest.



Merke dir: *Das Universum und Wunder existieren außerhalb von Raum und Zeit.*

Dein Wunsch kann sich **in 24 Stunden manifestieren**, wenn du...

1. *aufhörst zu **wünschen**.*
2. *anfängst zu **erwarten**.*
3. *die **positiven Emotionen** zu deinem Wunsch stärkst.*

4. auf die Ebene des **Wissens** gelangst, dass es bereits fertig ist.
5. dich dafür **bedankst**, dass du hast, was du dir wünschst.
6. im **Gefühl des erfüllten Wunsches** ruhst.
7. nicht mehr an deinen Wunsch denkst, weil du dich **überzeugt** hast, dass die Verwirklichung bereits geschehen ist.
8. dich **von dem Glauben lösen** kannst, dass es **mindestens 24 Stunden** oder mehr braucht (Die meisten glauben an 21 Tage oder mehr)
9. **keine Gedanken des Zweifels** mehr in deinem Bewusstsein wohnen lässt.

Schritt 3: Receive

Die besten Gesetz der Anziehung Tipps um endlich deine Wünsche zu empfangen.

Wenn es beim Gesetz der Anziehung einen Schritt gibt, der notorisch vernachlässigt, unterschätzt und vollkommen übersehen wird, ist es dieser.

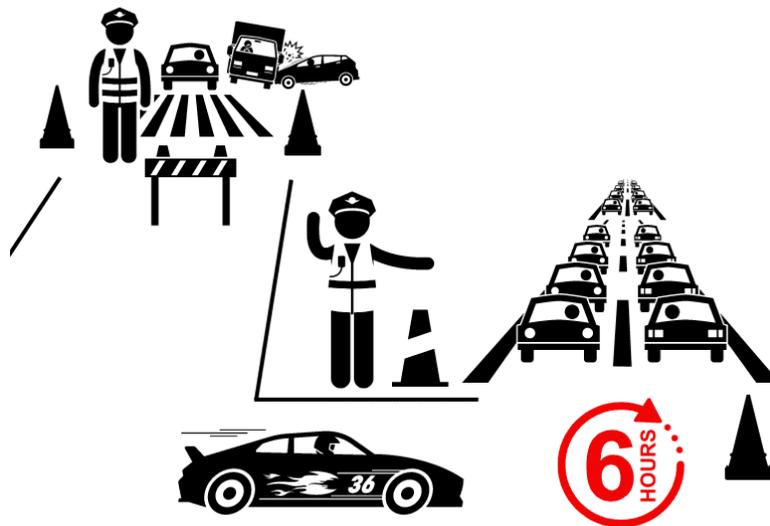
Doch du könntest keinen größeren Fehler begehen. Ich würde sagen, dass 90% der Menschen nicht bekommen, was sie wollen, weil sie diesen Schritt überspringen. Das ist wie auf den Lottogewinn zu warten, ohne jemals zu spielen.

Nimm dir diesen Schritt also wirklich zu Herzen. Katapultiere dich zu den Top 10%. **Trete dem Club der Manifestations-Meister bei.** Aber tu es vor allem dir zuliebe. Das bist du deinen Wünschen schuldig. Das Universum wünscht sich nichts sehnlicher, als dir deine Wünsche zu erfüllen. Mach einfach die nächsten 28 Gesetz der Anziehung Tipps und erwarte Wunder.

Ich weiß, der Schritt nennt sich „Empfangen“. Also was soll man da schon tun, außer mit einem breiten Grinsen auf das

Paket zu warten, nicht wahr? Ich verrate dir, worauf es im letzten Schritt ankommt und wie du ihn meisterst. Lass uns deinen Wünschen Leben einhauchen.

49. MANIFESTATION SOS! Mach das, wenn du mit deinen Wünschen feststeckst



Stell dir vor, du bist mit dem Auto unterwegs zu deinem Wunschort. Sagen wir – Rom. Du fährst also los, und auf der Hälfte der Strecke hast du einen Platten. Penggg!!! Welche Optionen hast du jetzt?

Sagtest du grade, „*Im Auto sitzen und schmollen*“? Ok. Den lass ich noch durchgehen. Kann ich irgendwie verstehen. Ist ja auch blöd. „*Reifen selber wechseln*“. Gut, ein richtiger Macher. „*Pannendienst rufen*“. Da weiß sich jemand zu helfen, sehr gut. „*Draußen eine rauchen und feststellen, dass 3 Autos halten, um mir den Reifen zu wechseln, während ich einen Tisch im Acquolina reserviere.*“ Schlaues Bürschchen! So geht das nämlich auch.

Übertragen wir dieses Beispiel auf die Manifestation. Wenn du das Gefühl hast *festzustecken*, und sich dein Wunsch einfach nicht manifestieren will, dann kannst du Folgendes machen:

- 1.) Überprüfe, ob dein Ziel oder Wunsch klar ist. Ob du die Methode richtig anwendest und in der Erwartung an die Erfüllung lebst.
- 2.) Jemanden anrufen, der dir dabei hilft, das Problem herauszufinden und zu lösen. Am besten jemanden, der Erfahrung damit hat. Ein Coach zum Beispiel. Vielleicht ein Manifestations-Coach. Am besten einer mit einem Blog...
- 3.) Wende dich vom Problem ab. Hab Vertrauen. Fühl dich gut. Die Lösung kommt oft unerwartet.

50. Der mühelose Weg deinen Herzenswunsch zu empfangen

Wie oft durfte ich miterleben, dass sobald sich Menschen so fühlen und verhalten, als wenn der Wunsch bereits da ist, kein Bedürfnis mehr danach verspüren, dass er sich erfüllen muss. Unzählige Male. Es ist herrlich, dieses Gefühl. Das ist der Schlüssel. Das ist genau der Moment, kurz bevor es eintrifft.

Frage dich: *Wie wäre mein Leben, wenn mein Wunsch bereits erfüllt ist? Was würde ich tun? Was wäre anders?*

Notiere es dir, geh raus und mach es!

- *Melde dich beim Gym an*
- *Geh flanieren*
- *Setz dich in ein schönes Café*
- *Starte dein Traum-Business*
- *Verbringe Zeit mit Freunden*
- *Und am wichtigsten: Fühl dich großartig!*

51. Manifestieren! Der Weg der Mönche

Manifestieren wie Mönche



Das Schöne an Achtsamkeit ist, es bringt dich in den gegenwärtigen Moment, den jetzigen Augenblick, die einzige Zeit, in der du existierst.

Gleich, ob du genüsslich deinen Matcha-Latte trinkst, zwitschernden Vögel zuhörst oder dich an deinen Achseln kratzt. Tu es, aber mit **Achtsamkeit**.

Damit hörst du auf, dem Universum am Rockzipfel zu ziehen. Du löst die Anhaftung zu deinem Wunsch. Du gibst ihm Freiraum. Das ist oft das Letzte, was das Universum braucht, um deinen Wunsch zu verschicken. Das geht nur nicht, wenn du ständig das Paket aufreißt, den Inhalt wechselst und den Adresskleber vergisst aufzukleben.

Methode – Achtsamkeit

Achtsamkeitsübungen und Achtsamkeitsmeditationen sind ein ebenso freudvoller wie erwiesener Weg, um Schritt 3 (Receive) zu meistern. Dazu zählt:

- *Atemmeditation*
- *Body-Scan*
- *Yoga*
- *Progressive Muskelentspannung*
- *Bewusst Essen / Trinken / Berühren*
- *No-Mind Meditation*
- *Im Alltag präsent sein.*

52. Wie bestimmte Personen dein Leben bestimmen

Wenn du es ernst meinst, ein Leben voller Freude zu erschaffen, bei dem die Wünsche geliefert werden wie Manuskripte zum Bertelsmann, dann verbringe Zeit mit Menschen, die dich gut fühlen lassen, dich zum Lachen bringen und mehr in dir sehen als du es selbst tust.

Methode – Die Lieblingsemenschen-Liste

1.) *Erstelle eine Liste* mit allen Menschen, die du kennst und mit denen du Zeit verbringst. Egal, ob jeden Tag 4 Stunden

oder 1 Mal im Jahr.

2.) *Bewerte nun den Kontakt, anhand dessen, wie gut du dich fühlst, wenn du Zeit mit der Person verbringst. Eine 1 ist stellvertretend für „Ich bereue den Tag, an dem ich dich kennengelernt habe“, und eine 10 steht für „Du bist das Beste, was mir passieren konnte“.*

3.) *Nun streiche oder reduziere die Zeit, die du mit Personen verbringst, die weniger als 7 Punkte erreicht haben. Und verbringe mehr Zeit in Zukunft mit denjenigen, die mehr als 7 Punkte haben, auch wenn es schwierig erscheint.*

Tipp: *Telefonieren und Video-Calls gehen immer.*

53. Die einzige Wahrheit, die du kennen musst, um alles zu manifestieren, was du möchtest

Dein Verstand ist eine Maschine. Dein Verstand ist das Genialste, was diese Welt je gesehen hat – direkt nach meinem. Kleiner Scherz. Aber in Anbetracht der Genialität, die dem Universum innewohnt, bleibt uns eigentlich nur die Wahl zwischen krampfhaft heulen oder verlegen lachen. Im Zweifelsfall bin ich immer für Lachen.

Ich lach gerne. Vor allem, wenn ich darüber nachdenke, wie lächerlich es ist, ernsthaft zu glauben, herausfinden zu können, wie das Universum mir meinen Wunsch liefert. Ich weiß noch nicht mal, wie die DHL ihre Pakete verschickt.

Zu dieser Problematik kommt noch hinzu, dass sofern du herausfinden willst, wie sich der Wunsch erfüllt, du nicht davon ausgehst, *dass er bereits erfüllt ist.*

Merke dir: *Es ist bereits fertig. Vollbracht. Du darfst endlich loslassen.*

54. Was du von Henry Ford über das Manifestieren lernen kannst

Um mit dem **Gesetz der Anziehung** erfolgreich *Wünsche zu manifestieren*, brauchst du vor allem 2 Dinge.

1. **Ein Wunsch**, der dir was bedeutet, und
2. **Der Glaube**, dass er sich auch erfüllt.

Und weil wir selten Probleme haben, Wunschlisten zu schreiben (wie der Weihnachtsmann sicher bestätigen kann) scheitert es meist am Glauben.



Was jetzt kommt ist wichtig. Von höchster Bedeutung. Also schau genau hin: *Es existiert kein Unglauben! So etwas wie nicht glauben gibt es gar nicht.*

Ich sehe schon all die verstorbenen Atheisten sich im Grab umdrehen. Aber es stimmt: **Du kannst nicht nicht Glauben.**

Wenn du sagst: „*Ich glaube nicht, dass...*“, sagst du eigentlich: „*Ich glaube, dass etwas nicht ist*“. Ergo – du glaubst!

Es ist also nicht die Frage, ob du glaubst oder nicht glaubst, Glauben hast oder keinen Glauben, entscheidend ist nur, welcher Seite einer Sache du deinen Glauben schenkst. Das sagte schon Henry Ford.

Ob du denkst, du kannst es oder du kannst es nicht – in beiden Fällen hast du Recht.

Nachdem wir das geklärt haben, stellt sich nur noch die Frage: Wie kannst du deinen Glauben stärken? Ich habe eine geniale Übung, die dir dabei helfen wird.

Methode – Glauben stärken

Schritt 1: *Nimm ein schönes Blatt Papier.*

Schritt 2: *Schreib oben auf das Blatt deinen Wunsch.*

Schritt 3: *Zeichne einen Strich durch die Mitte, sodass 2 Spalten entstehen.*

Schritt 4: *Schreibe nun in die linke Spalte, warum du diesen Wunsch möchtest.*

Schritt 5: *Der wichtigste Schritt: Notiere in der rechten Spalte, warum du glaubst, diesen Wunsch zu erhalten. Also warum er sich erfüllen wird.*

Jetzt baust du die Seite des Glaubens, des Wissens und Erwartens auf. Du stärkst damit die Überzeugung, zu bekommen, wonach du gebeten hast. Verinnerliche dir die Gründe und sie werden den Boden ebnen, auf dem du deinen Wunsch mühelos empfangen kannst.

55. Vermeide den schlimmsten Fehler beim Manifestieren

Jeder Versuch, deinem Wunsch auf die Sprünge zu helfen, ohne dass du dazu inspiriert wirst, ist zum Scheitern verurteilt.

Dein Verstand wird nie begreifen können, auf welchen Wegen, durch welche Personen und Zufälle dein Ersehntes zu dir kommen wird. Wenn du deinen Verstand schon nutzen möchtest, dann hilf deinem Kind bei den Mathe-Hausaufgaben, back einen Kuchen oder setz diese Tipps in die Tat um.

Genauso wenig wie wir verstehen, wie sich Milliarden Planeten in perfekter Harmonie in der Galaxie bewegen, ohne dass wir sie anschubsen müssen, genauso wenig können wir vorhersehen, wie das Universum unsere Wünsche

manifestiert.

Merke dir: Wann immer du das Gefühl hast, deinem Wunsch nachhelfen zu wollen, lass es! Achja, und mach am besten die Übungen aus Tipp 51 und 54.

56. Kontrollzwang? Nicht wenn du das Gesetz der Anziehung auf die richtige Weise nutzt

Mitarbeiter von kontrollsüchtigen Chefs können ein Lied davon singen. (Wenn sie sich noch trauen würden ihre Stimme zu erheben und Mal kurz eine Pause vom stundenlangen Heulen machen würden). Denn ein zwanghaftes Kontrollverhalten ist gestört und führt lediglich dazu, dass Mitarbeiter ihren Job schlecht machen oder kündigen.

Du bist ebenfalls Chef. Und **das Universum ist dein Mitarbeiter**. Es ist der Mitarbeiter des Jahres! ...Obwohl, das wird ihm wahrscheinlich nicht ganz gerecht. Sagen wir einfach, der einzige und beste Mitarbeiter, den du je hattest und immer haben wirst.



Verscheuch ihn nicht, weil du angstgetrieben versuchst ein bestimmtes Ergebnis zu erzwingen wie ein Spielsüchtiger im Casino.

Ich weiß. Es ist nicht immer einfach. Ich hab das auch gemacht.

Blöde Angewohnheit. Aber ich weiß, du kannst es. Ich glaube an dich. Das Universum auch. Fehlst nur noch du...

Die „Trust-Affirmation“

Auch wenn ich nicht weiß, wie sich mein Wunsch verwirklicht, was ich jedoch weiß ist, dass das Universum jeden meiner Wünsche erfüllt. Auf seine Art. In seinem Tempo. Ich lasse los und vertraue darauf, dass das Universum immer den besten, schnellsten und effektivsten Weg kennt, um meinen Wunsch zu erfüllen. Danke. Danke. Danke.

57. 10 Indizien, dass du deine Manifestation in den Sand setzt

Weißt du wie es ist, loszulassen? Ich mein so richtig. Deine Last jemandem aufzuerlegen, für den das so schwer ist wie das Einschlafen für Babys. Es ist unbeschreiblich. Vollkommen schwerelos. Kinderleicht.

Du glaubst fliegen zu können. Und genau so, soll sich der Prozess, deine Herzenswünsche zu empfangen, auch anfühlen. Wenn du nicht wirklich losgelassen hast, dann fühlt sich das meist wie ein endloser Kampf an.

10 Indizien, dass du verhinderst deinen Wunsch zu empfangen.

Indiz #1: *Du bemühst dich, kämpfst.*

Indiz #2: *Du zweifelst an deinen Methoden.*

Indiz #3: *Der Weg erscheint mühevoll.*

Indiz #4: *Du versucht etwas zu erzwingen.*

Indiz #5: *Du hältst verbissen an Methoden fest.*

Indiz #6: *Du bist körperlich und mental angespannt.*

Indiz #7: *Du suchst nach logischen Lösungen*

Indiz #8: *Du empfindest wenig Freude.*

Indiz #9: *Du ringst mit deinen Lebensumständen.*

Indiz #10: *Du wechselst verzweifelt die Methoden.*

58. Die 20 besten Gefühle zum Manifestieren

Deine Gefühle sind eines der göttlichsten Schöpfungen, die das Leben selbst hervorgebracht hat. Sie bewirken nicht nur die magnetische Anziehung von Wünschen, sie dienen dir auch als *zuverlässiges Leitsystem*.

Wie ein Kompass geben sie dir zuverlässig an, ob du Richtung Wunsch ausgerichtet bist oder das Fehlen des Wunsches.

Jede Energie, **jedes Gefühl schwingt auf einer bestimmten Frequenz**. Dein Ziel, dein einziges Ziel beim Empfangen deines Wunsches, ist es, deine Frequenz an die deines Wunsches anzugleichen. Besser gesagt: An die Frequenz des erfüllten Wunsches.

Wenn du diese Schwingung lange genug aufrecht erhältst, fängt es an, sich natürlich anzufühlen. Sobald das der Fall ist, musst du dich nur noch in einem Spektrum von Frequenzen befinden, die zulassen den Wunsch zu empfangen.

Jetzt stellt sich die Frage, wie du weißt, ob du dich darin befindest.

Dieses **Gefühlsspektrum** ist ein guter Indikator, ob du dich auf der richtigen Wellenlänge befindest, um deinen Wunsch zu empfangen, oder nicht.

| | |
|---------------|--------------------|
| Einssein | Positive Erwartung |
| Wissen | Glaube |
| Ekstase | Hochgefühl |
| Wertschätzung | Optimismus |
| Dankbarkeit | Euphorie |

| | |
|----------------|--------------|
| Glückseligkeit | Hochstimmung |
| Begeisterung | Jubel |
| Leidenschaft | Spaß |
| Hingabe | Freude |
| Glück | Harmonie |

59. 6 Self-Care Ideen, die deinen Wunsch zum Selbstläufer machen



Wer nimmt sich eigentlich heute noch Zeit, sich selbst etwas Gutes zu tun? Du? Wenn das der Fall ist, beglückwünsche ich dich. Dann gehörst du zu einer Minderheit von Menschen, die die *Kunst der Muße* praktizieren.

Selbstfürsorge oder auch **Self-Care** genannt, hat eben nichts mit Selbstoptimierung zu tun wie es Persönlichkeitsentwicklungs-Fanatiker empfehlen. Vielmehr geht es darum, die Selbstoptimierung durch Selbstfürsorge zu ersetzen.

Neben der herrlichen Erfahrung vollkommen im Hier und Jetzt anzukommen, hilft es auch in den Zustand des Erlaubens zu kommen. Der Ort, an dem Unerwartetes

eintreten und Überraschungen auftreten können.

Hier **6 SELF-CARE Ideen**, die wahre Wunder wirken können:

- *Bereite ein gesundes Essen zu, mit High-Vibration-Food. Nimm es voller Achtsamkeit zu dir.*
- *Schaffe eine Wohlfühl-Atmosphäre mit Kerzen und Decken, und höre wunderschöne Musik.*
- *Gönn dir eine Massage oder Wellnessbehandlung*
- *Gehe in ein traumhaft schönes Café und stöbere zur Abwechslung Mal in einem [coolen Magazin](#)^{*}, wie [LAM](#).*
- *Mach dir an einem verregneten Tag einen leckeren Tee und sieh einfach nur den Regentropfen beim Fallen zu.*
- *Probiere ein neues Hobby aus, das dich immer schon interessiert hat.*

60. 3 bewährte Methoden gegen Angst, die deinem Wunsch das Leben retten

Der Grund, weshalb du entscheiden möchtest, wie das Gewünschte zu dir kommt, kann man schlicht und einfach in 5 Buchstaben zusammenfassen.

A
N
G
S
T

ANGST. Auf gut Deutsch: Du hast die Hosen voll. Zweifel, ob das Ganze überhaupt funktioniert. Streng genommen, glaubst du noch nicht einmal wirklich, dass das Gesetz der Anziehung existiert. Ich möchte dir helfen.

Diese 3 Methoden haben sich besonders erwiesen.

1) **Fang noch mal von vorne an:** Lies Bücher, eigne dir Wissen an. Verstehe das Gesetz der Anziehung.

2) **Dankbarkeit:** Unterzieh dich einer Radikalkur zum Thema Dankbarkeit. Werde einfach über alles und jeden dankbar und sieh, was geschieht.

3) **Überzeuge dich:** Ändere deine Glaubenssätze. Suche dir Beweise. Erinnerung dich an vergangene Manifestationen in deinem Leben.

Ich bin ein großer Fan von *Methode 3*. Das setzt direkt an der Wurzel des Übels an. Reißt das ganze Unkraut raus. Wie du das konkret machst? Du kannst folgende **Satzvorlagen** nutzen, um *neue Glaubenssätze* aufzubauen.

1. **Je mehr ich loslasse, desto mehr** [Wunschergebnis]

z.B.: „*Je mehr ich loslasse, desto schneller manifestiert sich mein Wunsch*“.

2. **Ich weiß, dass das Universum meinen Wunsch erfüllt, weil** [Gründe]

z.B.: „*Ich weiß, dass das Universum meinen Wunsch erfüllt, weil es Wissenschaft ist, dass ich bekomme, was ich aussende*“.

3. **Wenn ich wirklich loslasse, verwirklicht das Universum meinen Wunsch, weil** [Beweise]

z.B.: „*Wenn ich wirklich loslasse, verwirklicht das Universum meinen Wunsch, weil sich in der Vergangenheit alle meine Wünsche so manifestiert haben*“.

61. Der entspannte Weg, zu bekommen was man will

Wenn du weißt, wie sich dein Wunsch offenbart, dann krierst du nicht, dann planst du. Wahre Manifestation geschieht immer im Unbekannten. Merke dir:

Dein Wunsch tritt dann in deine Erfahrung, wenn du ihn am meisten erwartest, aber auf einem Weg, den du am wenigsten erwartest.

Erschaffst du aus deinem Verstand heraus, musst du durch **Zeit und Raum** gehen, um deinen Wunsch wahr zu machen. Das braucht in der Regel viele Jahre, um deine sehnlichsten Wünsche zu manifestieren. Egal ob *Traumpartner*, dein *Million-Dollar Business* oder *vollkommene Gesundheit*. Bist du sicher, dass du diesen Weg gehen willst?

Im Unbekannten erschaffen heißt, einen höheren Geist, eine größere Intelligenz zuzulassen. Eine Macht einzuladen, die dir wohlgesonnen ist und Berge für dich versetzt, wenn du es erlaubst.

Mein Rat: Erlaube dir den leichten Weg zu gehen. Reiche dem Universum deine Hand und baue eine Freundschaft auf. (Ich glaube, gute Freunde kann man nie genug haben) Und ehe du dich versiehst, verliebst du dich, bekommst ein hammer Jobangebot und deine körperlichen Beschwerden sind verschwunden.

62. Die italienische Methode Wünsche zu erfüllen! Keine Erfahrung nötig

„*Il dolce farniente*“. Praktiziere das, worin Italiener Meister sind: Im nichts tun, faul sein und vor allem im Leben genießen.



Man mag über sie ja denken was man will, aber wenn sie eines verstanden haben, dann, wie man mit einer Zigarette und einem Gläschen Aperol glücklich ist.

Lust auf eine kleine Wette? Ja? Cool!

Lass uns folgende Wette abschließen. Wenn ich mit meiner Vermutung Recht habe, dann teilst du diesen Beitrag mit 3 deiner Freunde. Und wenn ich damit falsch liege, teilst du ihn mit 5. Macht Sinn, oder?

Meine Vermutung ist Folgende:

Hast du schon einmal etwas erfolgreich manifestiert? Erinner dich daran. Wenn du schon mal etwas erfolgreich manifestiert hast, dann hast du vorher nicht gewusst, wie es geschehen wird. Es traf überraschend und unerwartet ein. Und höchstwahrscheinlich hast du dich in der Zeit davor ziemlich gut gefühlt.

UND...es besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass du zu dieser Zeit überhaupt nicht mehr daran gedacht hast.

Und? Hab ich Recht? Sags mir. Schreib es in die Kommentare. Ich bin gespannt!

Fertig? Gut.

Praxis-Tipp: *Erinnere dich an vergangene Erfolge beim Manifestieren. Deine Erfahrung ist ein großer Lehrmeister, wenn du lernst auf ihn zu hören. Analyse die Rezeptur deiner erfolgreichen Manifestation und wende sie erneut an.*

63. Die Macht der Liebe

Hast du dich gewundert, dass bei *Tipp 58* das Gefühl der Liebe in der Tabelle fehlt? Sehr gut. Ganz schön aufmerksam – Ich bin beeindruckt. (Ich kann schließlich nicht mein ganzes Pulver in einem Tipp verblasen, oder?)

Natürlich gehört **Liebe** zu den erhabensten Gefühlen, die du dem Universum anbieten kannst. Ihre Schwingung ist so hoch, dass sie Herzensmauern zum Einstürzen, Talente zum Blühen und Mitgefühl zum Vorschein bringt.

In Liebe zu baden hat viele Vorteile:

- *Du bist glücklich*
- *Deine Gesundheit verbessert sich*
- *Dein Körper verjüngt sich*
- *Geld strömt in dein Leben*
- *Deine Beziehungen verbessern sich*
- *Türen öffnen sich wie von allein*
- *Du ladest dadurch das Universum ein, deine Wünsche zu liefern, sogar mit Schleifchen*

Es gibt 2 Bereiche im Leben, die deine Liebe verdienen.

1.) Du Selbst (Selbstliebe)

2) Das Leben

Und für beide gebe ich dir eine Übung mit, die großartige Effekte in meinen Leben bewirkten.

Methode – Ein Leben voller Liebe

Übung #1: Selbstliebe

Stell dich täglich vor einen Spiegel, schau dir tief in die Augen und sage mehrmals gefühlvoll „Ich liebe dich“. Lass dich nicht abschrecken, wenn du dich anfangs unwohl fühlst. Mach es so lange bis du beginnst Liebe für dich zu empfinden.

Übung #2: Liebe das Leben

Nutze diese einfache Affirmation täglich und sprich sie entweder laut aus oder im Geiste: „Ich liebe das Leben und das Leben liebt mich“.

64. Der überraschend einfache Weg, das Universum für dich arbeiten zu lassen

Richte deine Aufmerksamkeit im letzten Schritt der Manifestation insbesondere auf Aspekte im Leben, die dir gefallen. Sei es, dass du Zeit mit guten Freunden verbringst, deinem Lieblingshobby nachgehst oder einen Spaziergang in der Natur unternimmst.

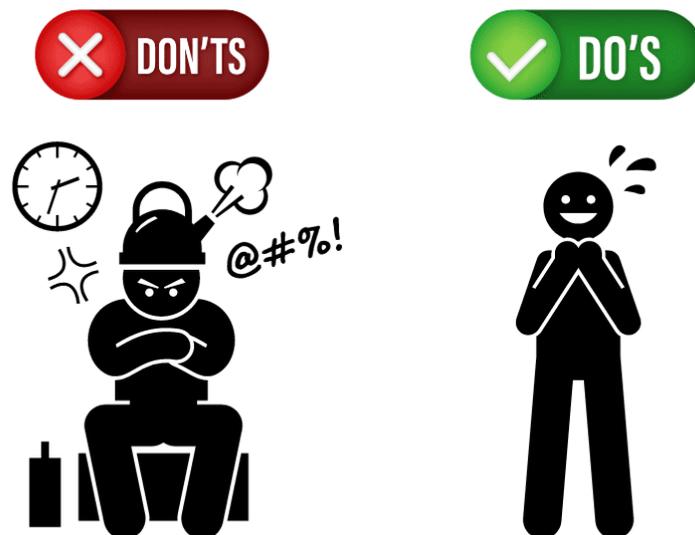
Warum ist das wichtig? Abgesehen vom Offensichtlichen, dass es dir Freude bereitet, praktizierst du dadurch die **Kunst des Offen-Seins**.

Du lässt die Anhaftung an deinen Wunsch los. Wichtig: *Du lässt nicht den Wunsch selbst los!* Lediglich die Anhaftung an ein bestimmtes Ergebnis.

Und genau das ist der Moment, wenn die universelle Intelligenz jubelt und die nötigen Synchronizitäten in Gang setzt, um dein Wunsch zu erfüllen.

65. Einen Fehler, den du niemals machen solltest

Es besteht ein fundamentaler Unterschied zwischen „warten“ und „ERwarten“. Solang du das Gefühl in dir trägst, auf ein bestimmtes Ereignis warten zu müssen, so lange wird die Wunscherfüllung nicht eintreten.



Werde dir dieses Gefühls so schnell wie möglich bewusst. Bau ein mentales Alarmsystem ein, dass alle Glocken läuten lässt, wenn du bemerkst, dass du auf etwas wartest.

Merke dir die Manifestations-Maxime:

Solange du wartest, wartet das Universum!

Die Lösung? ERwarten!

Wenn du die Verwirklichung erwartest, befindest du dich energetisch auf der Frequenz des Empfangens. Das Entgegensehen des Erwünschten erzeugt eine Spannung, die den Wunsch magnetisch zu dir zieht.

Deine Erwartung ist eine Prophezeiung, eine Vorhersage, dass das Objekt deiner Begierde zu dir kommen wird.

Wenn du es vorhersehen kannst, wirst du es herbeiwünschen.

66. Wie die Erfolgsgeschichten anderer deine Erfolgchancen steigern

Was stärkt den Glauben an die Kraft deiner Gedanken mehr als Erfolgsgeschichten, Errungenschaften unserer Mitmenschen und Erfolge unserer Vorbilder? Wenig, um ehrlich zu sein.

Unter all dem Jubel der Siege, können wir nämlich ein leises Flüstern wahrnehmen. Es ist diese sanfte Stimme, die uns Hoffnung ins Ohr wispert...

Was immer du bei anderen siehst, ist auch für dich möglich. Ihr seid Brüder und Schwestern im Geiste. Eure Macht ist dieselbe. Ihr seid aus demselben Stoff gemacht – dem Stoff Gottes. Deine Möglichkeiten sind grenzenlos. Du bist grenzenlos. Überwinde deine Grenzen. Los!

Also lass dich inspirieren, von den Wundern, die deine Mitmenschen vollbracht haben. Den Erfolgen, die deine Vorbilder errungen haben. Die Zufälle, die deine Freunde kreiert haben. Und den magischen Manifestationen, die Meister wie auch normale Menschen überall auf der Welt, zu jeder erdenklichen Zeit erschaffen haben.

Du findest **Quellen der Inspiration** überall. Hier zum Beispiel:

- Lies meinen Artikel: [Gesetz der Anziehung Erfolgsgeschichten und ihr Geheimnis](#)
- [Wie the secret mein Leben veränderte. Echte Menschen. Wahre Geschichten. – Rhonda Byrne*](#)
- [Hühnersuppe für die Seele – Geschichten, die das Herz erwärmen. – Jack Canfield*](#)

67. 7 Wahrheiten, die dich vom Zweifel befreien

Du weißt, dass das Gesetz der Anziehung existiert. Dass es funktioniert, immer. Tief in dir spürst du einfach, dass es wahr ist. Unzählige Bücher stehen in deinem Regal. Du hast sie alle gelesen: *The Secret*, *Abraham Hicks*, *Joe Dispenza* und viele andere.

Und doch sucht dich immer wieder der Nebel des Zweifels auf und versperrt deine Sicht. Die Wahrheit schwimmt vor deinem Auge. Deine Sicht ist getrübt.

Merke dir: *Es sind die dunklen Momente, an denen wir uns an das Licht erinnern müssen. Sie sind die Augenblicke deiner größten Prüfung. Das ist deine Chance zu demonstrieren, wer du bist.*

Lässt du dich von der Illusion hinter das Licht führen? Oder lässt du das Licht die Illusion enthüllen? Denn sie ist nichts weiter als das: Eine falsche Wahrnehmung der Wirklichkeit, eine trügerische Einbildung.

Erkenne den kostbaren Moment, wenn das Leben dich dazu

aufruft, über dich hinaus zu wachsen – über die Illusion.

Rufe dir die Wahrheit ins Bewusstsein:

- *Das Gesetz der Anziehung ist unaufhörlich am Wirken*
- *Es ist ein Naturgesetz und Beweise dafür finden sich an jeder Ecke*
- *Dinge müssen zu mir kommen, wenn ich glaube*
- *Ich muss nicht wissen, wie es kommt – Ich muss nur wissen, dass es kommt*
- *Das Universum vollbringt sein Werk, wenn ich es erlaube*
- *Es ist nicht nötig zu wissen, wie es geschieht*
- *Ich öffne mich den grenzenlosen Möglichkeiten und lasse zu, dass mein Wunsch mich findet*

68. Amateure unterschätzen diese Erkenntnis, während Meister sie nie vergessen

Du liest diesen Artikel (Die 77 besten Gesetz der Anziehung Tipps), weil du dir erhoffst, etwas zu erfahren, was du noch nicht weißt, stimmt's? Auf irgendeiner Ebene suchst du nach etwas. Einem Tipp, einem Erfolgsrezept, einer Methode, mit der du das Gesetz der Anziehung erfolgreich anwenden kannst.

Doch höre mir genau zu: Alles, was du benötigst, hast du bereits in dir. Und noch mehr: **Du bist bereits Meister in der Anwendung des Gesetzes der Anziehung.**

Ja, du hast richtig gelesen. Ein Meister.

Es steht dir gar keine andere Wahl zur Verfügung, außer ein machtvoller Schöpfer zu sein. Tag für Tag erschaffst du mit deinen Gedanken, Gefühlen, Worten und Handlungen, ja auch mit deinen Glaubenssätzen, Überzeugungen und Erwartungen.

Du bist eine Manifestations-Maschine

Ich möchte, dass du dir deiner Macht bewusst wirst. Das ist, worum es mir geht. Das ist der ganze Sinn und Zweck dieses Blogs. Die Mission von Manaverse.

Du brauchst nichts weiter als dein Leben anzusehen. Schau hin. Sobald du einmal anfängst zu suchen, werden die Beweise wie Pilze aus dem Boden sprießen und dir das Offensichtliche klar vor Augen führen: *Du bist der Schöpfer deines Lebens! Du warst es immer, und du wirst es immer sein.*

Methode – Der Baum der Erkenntnis

1.) Schreibe eine Liste mit Erfahrungen, Erfolgen, Manifestationen und glücklichen Fügungen, die du in der Vergangenheit erlebt hast.

2.) Suche nach Mustern und Wiederholungen.

3.) Frage dich: *Wie habe ich das gemacht? Was habe ich zu dieser Zeit gedacht, gefühlt, geglaubt oder erwartet? Was sagte mein Verhalten über mich aus? Die Worte, die ich gesprochen habe? Die Handlungen, die ich vollzogen habe?*

4.) Erkenne die Wahrheit in jeder einzelnen deiner Erlebnisse.

Denk daran: *Du hast sicher nicht immer absichtsvoll kreierte. Oft geschah es durch Unterlassen. Doch immer hat dein Seinszustand und dein Glauben einen maßgeblichen Einfluss darauf gehabt, wie sich die Dinge ausgestaltet haben.*

69. Die wichtigste Lektion, warum du erst ein Kaffee und dann ein Königreich manifestieren sollst!

Manifestieren lernen

Schritt 1



Schritt 2



Wenn du immer noch auf deine Manifestation wartest, dann liegt es mit hoher Wahrscheinlichkeit an deinem Glauben, deinen Wunsch nicht erfolgreich manifestieren zu können.

Denn komischerweise haben die meisten kein Problem „ein Parkplatz, Kaffee oder Schmetterling“ zu manifestieren.

Zu Beginn deiner Reise empfehle ich dir Erfahrungen zu sammeln. **Hole dir kleine Preise ab, bevor du auf die Trophäen zielst.** Beschaffe dir *Referenzerlebnisse*, auf die du bauen kannst. Sie geben dir Sicherheit. Und Sicherheit geht eng einher mit Wissen, Glauben und Erwartung.

Du kannst hoffen nicht die Treppe runterzufallen oder du kannst es wissen. Erkennst du den Unterschied? Deshalb empfehle ich, sich kleinere Erfolge zu sichern. Die stärken den Glauben gewaltig. Verzichte nicht darauf. Sei nicht gierig auf den großen Hauptgewinn.

Übung: Die 5 Euro Manifestation

Schritt 1) Mache es dir zum **Ziel 5 Euro** zu manifestieren. Nicht 50 Millionen, auch nicht 5 Millionen. Nur 5.

Schritt 2) Setze *klare Maßstäbe*, um sicher zu gehen, dass du es nicht als Zufall abstempelst. Zum Beispiel: Es muss auf eine Art und Weise zu dir kommen, die vollkommen überraschend ist. Nicht von Tante, nicht vom Rückgeld, kein Glücksspiel.

Schritt 3) *Zeitraahmen*: Kannst du, musst du aber nicht. Erkläre deine Absicht, innerhalb der nächsten 7 Tage, 30 Tage (wie viel auch immer), 5 Euro anzuziehen.

Schritt 4) *Stell dir vor, dein Wunsch ist eingetreten.* Achte

darauf nicht zu spezifisch zu sein, indem du dir einen 5 Euro Schein oder 5 x 1 Euro Münzen visualisierst. Stell dir einfach vor, du erzählst die Geschichte einem Freund.

Schritt 5) Wiederhole Schritt 4, bis du dich von seiner Wahrheit überzeugt hast, und lass los.

Schritt 6) Erwarte das Eintreffen so lange, bis es da ist. Habe währenddessen Spaß, denk an etwas anderes, geh deinem Alltag nach.

70. Die Kunst der Kühnheit

Es ist die Eigenschaft, die fast alle erfolgreichen Menschen in sich tragen. Im Duden finde ich dazu 3 sehr treffende Bedeutungen.

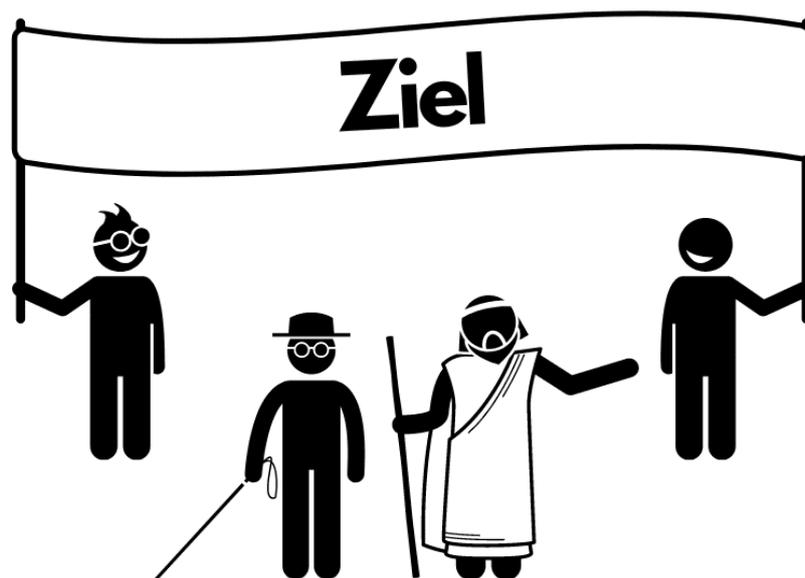
1. *„Trotz des Bewusstseins der Gefahr diese voll Selbstvertrauen verachtend und mutig etwas wagend“.*
In glanzvollen Worten ausgedrückt: Sie scheißen drauf, was andere denken und nehmen sich, was sie wollen.
2. *„Eigenwillig in seiner Art weit über das Übliche hinausgehend“.*
In der Manifestation geht es genau darum: Das Übliche zu überwinden, um das Unübliche zu vollbringen.
3. *„Von wagemutiger Dreistigkeit und Verwegenheit in einer Äußerung oder seinem Verhalten gegenüber andern; dreist“.*
Ist es dreist, so zu leben, als wenn deine Wünsche bereits erfüllt sind, so zu denken, sprechen und handeln, ohne jeglichen Anschein eines Beweises dafür im Außen? Absolut.

Es geht darum eine Entscheidung zu treffen, mit solcher Klarheit und Dreistigkeit, dass dem Leben keine andere Wahl bleibt als dir den Weg zu ebnen. Das hat *Goethe* schon verstanden, als er sagte:

Was immer du tun kannst oder wovon du träumst – fange es an. In der Kühnheit liegt Genie, Macht und Magie.

Lebe, als wenn es keine andere Option gibt. Verbrenne alle Boote. Und werde Zeuge davon, wie das Göttliche das Meer für dich teilt und Straßen erbaut, wo vorher nur Felder waren.

71. Warum Blinde und Meister leichter ihre Ziele erreichen



Bei Engländer auch unter „The Blind Man´s Buff“, bei Italiener als „Mosca Cieca“ und unter polnischen Landsleuten auch als „Ciuciubabka“ bekannt, ist Blinde Kuh ein Spiel, das seit Generationen weltweit Kinderherzen erfreut.

Dabei wird einer Person die Augen verbunden, und die anderen laufen herum und ärgern die blinde Kuh, indem sie diese rufen, zupfen oder kneifen. Wen die blinde Kuh ergreifen kann, kommt an ihre Stelle.

Das Leben kommt einem oft vor wie blinde Kuh. Du taumelst durchs Leben ohne jeglichen Plan. Hast keinen Durchblick. Und ständig zwickt dich einer oder geht dir auf die Nüsse. Vielleicht kennst du das ja. Aber weißt du was: So wird das nix mit deinem Traumleben. Wenn dich andere so herumschubsen können, wie sie wollen, dann machst du

irgendwas verkehrt.

Aber was hat das Ganze mit dem Gesetz der Anziehung zu tun?

Wenn du einen Wunsch hast, den du wirklich gerne manifestieren möchtest, dann musst du so tun, als wenn du all die negativen Dinge in deinem Leben nicht siehst.

Übersehe sie einfach. Hau sie weg. Schmeiß sie zur Not auch aus dem Fenster. Aber lass dir nicht von ihnen auf der Nase herumtanzen. Werde ein unausstehlicher Optimist. Und wenn du das eine Zeit lang durchgezogen hast, dann wirst du feststellen, dass all die Rüpel und Mistkerle in deinem Leben verschwunden sind.

72. Die Methode Gottes, um erfolgreich zu manifestieren!

Die Inspiration für diese Methode, habe ich aus einem Buch von Neale Donald Walsch und ich kann sie nur jedem empfehlen, der etwas in sein Leben ziehen möchte, und gerade Schwierigkeiten damit hat.

Die Essenz der Methode ist folgende:

Sei die Quelle dessen, was du für dich selbst wünschst, für eine andere Person.

Die Methode ist recht simpel: *Du wünschst dir mehr Geld? Verhilf einer anderen Person zu mehr Geld. Dein tiefster Wunsch ist ein eigenes Haus? Hilf einer anderen Person ihr Traumhaus zu bekommen.*

In den meisten Fällen wissen wir, wie das aussehen könnte. Doch sollte es bei dir so aussehen, als gäbe es keine Möglichkeit deinen Wunsch zu erfüllen, dann sei offen dafür, dass das Leben dir eine Möglichkeit offenbaren wird. Und sobald sich die Tür öffnet, ergreifst du die Chance.

Ich bin der festen Überzeugung, dass diese Methode so gut funktioniert, weil du dich dadurch vom Mangel abwendest. Du öffnest dich der Fülle. Tatsächlich bist du in dem Moment die Fülle, für eine andere Person. Du stellst die Quelle der Erfüllung dar. **Du bist die Quelle.**

Erinnerst du dich noch an folgenden Leitsatz?

Du ziehst im Leben nicht das an, was du willst, du ziehst das an, was du bist.

Und da du bist, was du dir selbst wünschst, muss dir das Universum es geben. Punkt.

73. Was du von Hollywood über Manifestation lernen kannst

Das ganze Spiel mit dem Gesetz der Anziehung dreht sich darum, deine Energie und Schwingung zu verändern. Du wirst immer wieder auf diese Wahrheit stoßen. Ich werde es so oft wiederholen bis du es verinnerlicht hast.



Nun habe ich dir bereits unzählige *Tipps und Methoden* mitgegeben, wie du dieses Gesetz meisterhaft anwenden und deine Wünsche manifestieren kannst.

Doch ich habe noch eine extrem wirkungsvolle Idee, die dir helfen kann, die letzten Widerstände aufzulösen und deinen

Wunsch zu empfangen.

Methode: Die Requisitenkammer

In der Filmbranche und im Theater sind **Requisiten** sehr beliebt und dienen der Ausstattung von Szenen im Theater oder als Dekoration im Filmstudio. Sie machen das Bild, das du sehen sollst, echt und authentisch. Du glaubst dort zu sein. Geh los und nutze Requisiten für deinen eigenen Lebensfilm.

Frage dich: *Welche Dinge, Gegenstände, Materialien und welches Zubehör werde ich in meinem neuen Leben, nachdem sich mein Wunscherfüllt hat, vorfinden. Was werde ich sehen, berühren und täglich benutzen?*

Sofern diese Requisiten kein Aston Martin oder ein Salvator Mundi Gemälde aus dem 15. Jahrhundert sind, kannst du dir ein paar der Sachen besorgen. Das wird dir helfen dich so zu fühlen, als wenn dein Wunsch bereits wahr geworden ist und du dieses neue Leben tatsächlich führst.

74. Das erfolgreichste Manifestations-Gebet aller Zeiten!

Weißt du, warum Gebete meist nicht funktionieren? Weil das Flehen, Jammern und Erbitten, um etwas, das du nicht hast, nur noch mehr davon in dein Leben zieht.

Das Universum funktioniert wie ein Spiegel: *Lächelst du hinein, lächelt etwas hinaus.*

Das Gesetz der Anziehung

Lächle und das Leben lächelt zurück!



Deshalb gibt es eine Form von Gebet, die dem unterwürfigen, auf Knien vorgetragene Gebettel weit überlegen ist. Du kennst es bereits. Vielleicht als Routine. Vielleicht als Ritual. Es ist...

Dankbarkeit.

Doch außer der Übung, sich täglich vor dem Schlafengehen 3 Dinge zu überlegen, wofür du dankbar bist, kannst du auch ein machtvolles **Dankbarkeits-Gebet** sprechen. Das ist eines der besten, die ich je gesehen habe.

Danke Gott, [Universum, universelle Intelligenz... nimm dein Wort] für die Einsicht, dass alles bereits fertig ist. Danke, dass du mir zu verstehen gibst, dass alles bereits für mich gelöst wurde. Danke, danke, danke.

75. Was soll ich tun bis sich mein Wunsch erfüllt? Probier das!

Zwischen deinem Wunsch äußern (ask), visualisieren (believe) und dem Erwarten deines Ersehnten (Receive), bleibt meist etwas Zeit übrig. Insbesondere, wenn du den aktiven Teil aus Schritt 1 und 2 bereits hinter dir hast.

Dann zählt vor allem *Erwartung*. Um diese Zeit sinnvoll zu verbringen, kannst du ein wenig Wartung in verschiedenen Lebensbereichen vornehmen. Das lenkt dich nicht nur ab, es macht auch Platz für dein neues Leben (deinen Wunsch).

Es ist doch so: Wenn du bei deinem Auto eine Wartung vornimmst, freut sich nicht nur dein Auto darüber, oder? Auch deine Werkstatt (\$\$\$), deine Insassen und alle Autofahrer, mit denen du dir die Straße teilst. Genauso ist es auch in deinem Leben.

Sei es, dass du Wartung vornimmst, was deine *Persönlichkeit* betrifft, deinen *Haushalt* oder deine *Finanzen*. In allen Fällen hat es einen Einfluss auf dich

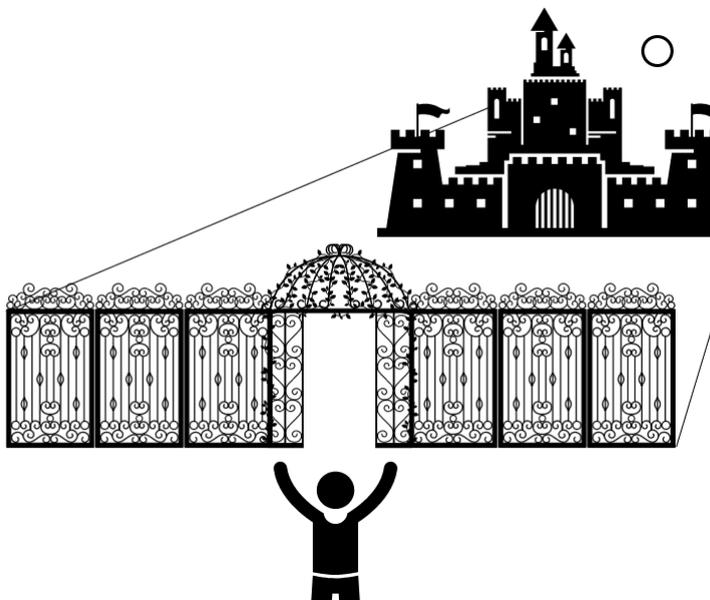
und deine Mitmenschen. Und natürlich bemerkt das Universum, was du da tust.

Nutze diese Zeit der Erwartung für Wartungsarbeiten. Kümmere dich um alles, was du in letzter Zeit vernachlässigt hast. Bring dein Leben auf Vordermann – in allen Bereichen. Du kannst dir gar nicht ausmalen, welchen Effekt es auf dein Leben hat.

Frage dich dazu einfach:

- *Welche Bereiche meines Lebens habe ich in der Vergangenheit vernachlässigt und bedürfen einem Update?*
- *Welche Themen meide ich notorisch, von denen ich weiß, dass ich sie angehen sollte?*
- *Welche Aspekte meines Lebens hätten einen extrem positiven Einfluss auf meine Lebensqualität, wenn ich etwas an ihnen ändern würde?*

76. Wie eine scheinbar kleine Sache dir alle Wunschtore öffnet



Manchmal kommt es vor, dass wir andere beneiden. Entweder haben sie etwas, was wir wollen, oder wir fühlen uns als hätten wir nichts. Dann kommt es sogar vor, dass wir Straßenpenner beneiden, denen gerade 10 Cent in

den Becher geworfen wurden. Hart aber wahr.

Dabei wissen wir selbst, wie absurd das ist. Vor allem, weil wir

rational wissen, wie gut es uns geht. Wir nagen nicht am Hungertod. Höchstens an unseren Fingernägeln.

Das Gefühl des Neids oder der Eifersucht steigt meist in uns auf, wenn wir im Mangel sind. Wir fühlen uns anderen unterlegen und wünschen uns, was sie haben. Oft nicht einmal, weil wir uns das wünschen. Sondern einfach nur, weil wir es *nicht* haben. Natürlich ist da keiner stolz drauf, aber es ist 90% der Menschen auch nicht bewusst.

Also was tun, wenn einen der Neid heimsucht? Es ist einfacher als du denkst. *Öffne dein Herz, und...*

- *Erlaube anderen zu bekommen, was sie sich wünschen.*
- *Gestatte anderen zu haben, was sie wollen.*
- *Lass zu, dass andere beschenkt werden.*
- *Empfinde Freude, wenn du das Wohl anderer siehst.*

Indem du anderen wahrhaftig erlaubst, dass du zu bekommen oder zu haben, was sie für sich haben wollen, erlaubst du auch dir zu bekommst, was du dir wünschst.

77. Wer möchte noch das Geheimnis erfolgreicher Wunscherfüllung wissen? Letzte Chance!

Hast du schon mal versucht eine lebhaftere Unterhaltung mit dem Universum zu führen? Falls ja, dann weißt du sicher, dass es gar nicht so einfach ist. Das Universum scheint ziemlich wortkarg zu sein.

Ich habe in den Jahren meiner **Freundschaft mit dem Universum** gelernt, dass es nicht besonders redselig ist. Nicht, dass es unfreundlich wäre. Es hat nur einfach wenig Vokabular. Besser gesagt: Es hat nur ein einziges Wort.

Das Universum ist in etwas so redselig wie ein Pendel, nur dass noch das Kopfschütteln und Kreisen wegfällt.

Exakt, da bleibt nur noch das Nicken.

Ich habe gelernt, dass, worauf ich auch immer meine Aufmerksamkeit lenke, was immer ich durch meine Gedanken und Gefühle einlade, gegen was ich auch immer zu kämpfen glaube, das Universum hat stets dieselbe Antwort parat:

Ja!

Du „*willst mehr Geld*„? Ja! Und das Universums schickt dir die Erfahrung von „*mehr Geld wollen*„.

Du „*möchtest unbedingt einen Partner*„? Gottes Antwort lautet stets – Ja! Und erneut wirst du die Situation erschaffen, dass du „*unbedingt einen Partner möchtest*“.

Du „*hasst deinen Job*“? OOhhhh JAaaaa!!, und sei versichert, dieses Mal bekommst du genau das, wonach du gefragt hast – „*mehr Hass im Job*“!

Das macht das Universum nicht, weil es dir etwas Böses will oder weil du es verdient hast. Es kann einfach nur 2 Buchstaben aneinanderreihen – J.A.

Zu besonderen Anlässen tauscht es auch schon Mal die Buchstaben aus und antwortet dir... „Ajajaj“. Du weißt sicher selbst, wenn es so weit ist, nicht wahr?

Das bringt uns zum Fazit:

Wenn das Universum dir auf all deine Frage mit „Ja“ antwortet, dann kannst du dir deine Fragen auch schenken. Lebe stattdessen dein Leben wie *du* es für richtig empfindest.

Geh raus und tu was *dir* Freude bereitet.

Hör Musik, spiel Tennis, verändere die Welt!

Und wenn du voller Glückseligkeit deinen Weg gehst, dein

höchstes Selbst verkörperst, deine großartigste Version demonstrierst und der Welt kühn verkündest, wer du bist und was dir zusteht, dann kannst du, wenn du für einen Augenblick lang still bist, eine Stimme hören, die dir jubelnd zuruft...

...Ja!!!

Ein Tipp zum Gesetz der Anziehung, der für mich alles verändert hat.

Als ich vor vielen Jahren Mal wieder auf der Suche nach neuen Gedanken und Inspirationen war, um endlich meine nicht enden wollende Pechsträhne misslungener Manifestationsversuche zu durchbrechen, stolperte ich über ein paar Zeilen und fiel hin. Ich kam langsam zu mir. Und als ich wieder aufblickte, blieben meine Augen auf folgenden Worten hängen:

Alles, was du dir im Leben wünschst, das willst du aus einem einzigen Grund, und dieser ist, dass du glaubst dich besser zu fühlen, wenn du das Gewünschte hast.

Wow, dachte ich! Dann war da Stille. es folgte ein größeres Woooow! Und anschließend noch längere Stille, und dann...

...traf es mich!

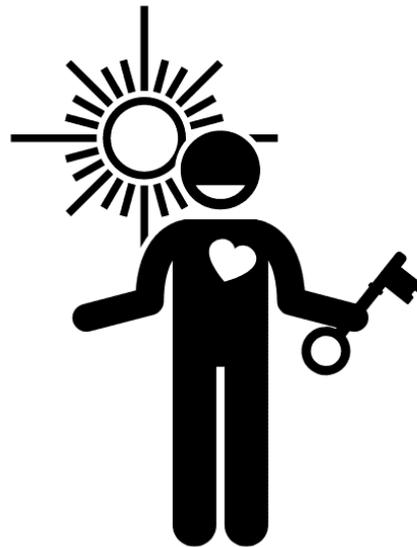
Wenn ich all das, was ich mir wünsche, nur wünsche, weil ich mich auf eine bestimmte Art und Weise fühlen möchte, dann

geht es gar nicht um die Sache!

Es geht nur darum, mich großartig zu fühlen. Fit, gesund, reich, wohlhabend, intelligent, schön, erfolgreich, was auch immer ich fühlen, wie auch immer ich sein möchte.

Und kurz darauf begriff ich, dass diese Gefühle **der Schlüssel zur Manifestation** sind – nicht meine Bilder im Kopf!

Ich konnte
anfangen erste
Erfolge zu feiern.
Das Glück schien
auf meiner Seite.
Die ersten Zufälle
traten ein. Geld
erreichte mich auf
unerwarteten
Wegen. Großartige
Beziehungen
entstanden.



Das, war vor rund *10 Jahren*.

Heute weiß ich um die Macht der Gefühle. Ich verstehe das Gesetz der Anziehung. Ich habe sogar 2, 3 Tipps dazu.

Tipps, die ich mir vor 10 Jahren selbst gewünscht hätte!

Aus diesem Grund hoffe ich, aus tiefstem Herzen, dass diese Tipps dir weiterhelfen. Einen Mehrwert stiften. Dich beflügeln. Dich zu ermutigen mehr zu wünschen – und mehr zu bekommen.

Wenn mir das gelungen ist, und wenn auch nur im Ansatz, dann habe ich meine Mission erfüllt.

The End.

PS: Ich hatte letzte Nacht einen Traum. Ich träumte, dass dieser Beitrag öfter geteilt wurde, als das Brot von Jesus am See Genezareth. Ob das wohl eine Vorhersehung vor? Vielleicht eine Prophezeiung? Ich weiß nicht. Aber weißt du was? Lass es uns doch herausfinden.

Sei gesegnet, liebe Seele.

Dein Raphael