

Manifestieren:  
Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 1/25



**Liebe Tue  
was was  
du du  
tust liebste**

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 2/25

Danksagung  
an

Christy Whitman

Idee und ursprüngliche Umsetzung stammen von ihr.

Mit ihrer Zustimmung habe ich diesen Kurs ins Deutsche übersetzt  
und darf ihn zum Wohle aller Teilnehmenden veröffentlichen.

Christy Whitman ist Gründerin der Quantum Success Coaching Academy,  
Los Angeles, USA.

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 3/25

Herzlich Willkommen zum vierwöchigen persönlichen  
Wachstums-Programm:

## **Manifestieren und Magnetisieren:**

Der Schlüssel um Fülle in allen deinen Lebensbereichen zu erreichen.

Fülle und Wohlstand in allen Lebensbereichen..., genau hierfür wurde dieses Programm geschaffen.

Es basiert auf der Annahme, dass deine Innere Welt deine äußere Welt erschafft. Je mehr du dich darauf konzentrierst deine Innere Realität zu verändern, desto schneller wirst du Ergebnisse in deiner äusseren Realität wahrnehmen.

Das Programm beruht auf dem Gesetz der Anziehung: Das, worauf du dich konzentrierst, wird mehr in deinem Leben.

Erst wenn deine Gedanken, Emotionen und Handlungen in Einklang sind, manifestieren sich deine Wünsche. Oder anders: Deine Gedanken führen zu Gefühlen, Gefühle führen zu Handlungen und Handlungen führen dann zu Ergebnissen.

Wenn du mit Leichtigkeit und ohne Anstrengung die Dinge in dein Leben ziehen möchtest, die du dir wünschst, dann hilft dir dieses Programm dabei, deine emotionalen Schwingungen und dein Energiefeld in Übereinstimmung zu bringen.

In dem Moment, wo deine Gedanken und Gefühle (Schwingungen) übereingehen, handelst du in Übereinstimmung mit deiner Inspiration. Du ergreifst intuitiv-sicher die Aktionen, die zur Erfüllung notwendig sind. Deine Wünsche manifestieren sich mit natürlicher Unbeschwertheit. Du selbst bist die Quelle deines Reichtums!

Wenn du mit deinen Gefühlen, Gedanken und Absichten in Übereinstimmung arbeitest, kannst du ein Meisterschöpfer werden!

Du bist die Quelle deines Wohlstands, NICHT dein Partner oder deine Eltern, deine Arbeit oder deine Investitionen.

Lerne mit diesem Programm, wie du dich mit der unbegrenzten Fülle deiner Seele und deinem höheren Selbst verbinden kannst. Finde heraus, wie du dich den Energien der universellen Kraft gegenüber öffnest und erfahre die höheren Qualitäten des inneren Friedens, der Freude, der Liebe, des Wohlbefindens und der Freiheit.

Lerne wie du diese Emotionen und Gefühle zum Ausdruck bringst und werde so zur Quelle deiner Fülle.

Auf den folgenden Seiten mache dir Notizen, was zu schaffen beabsichtigst in deinem Leben und weshalb du es möchtest. Entwickle damit deinen ganz persönlichen Wunschkompass.





# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 6/25

## Woche

**1. Schritt: Mach dich zum Geldmagneten. Lerne deinen Geld-Magneten einzuschalten und so Fülle in dein Leben zu ziehen. Durch diese Übungen veränderst du dein Verständnis zu Fülle und Wohlstand auf zellulärer Ebene.**



1. Denke an das, was du dir wünschst. Stelle es dir so konkret, so detailliert und spezifisch vor, wie es nur geht.
2. Visualisiere und/oder erspüre was du willst, so real wie nur irgend möglich. Stelle dir vor, was du empfindest, wenn du diese Sache empfängst. Was empfindest du wenn du es hast?
3. Stelle dir in dir eine Energiequelle vor, die Energie erzeugt. Stelle dir dann weiter ein Spule vor, die sich um sich selber dreht. Diese Spule beginnt im Bereich deines Solarplexus in deinem Körper und dehnt sich nach oben und aussen aus.  
Beginne Energie und Kraft durch diese Spule zirkulieren zu lassen, indem du die Energie deiner inneren Quelle nutzt.
4. Denke jetzt an das, was du dir wünschst. Passe die Spule in der Größe und Energie an, egal wie groß oder klein sie ist. Jede Größe ist möglich, von der du der Meinung bist, dass sie deinen Wunsch anziehen kann. Wie groß muss sie sein? Wieviel Energie benötigst du, um deinen Wunsch anziehen zu können? Verwende deine Vorstellungskraft, spiele mit unterschiedlichen Größen, Formen und Intensitäten. Solange, bis sich alles richtig für dich anfühlt. Auf diese Weise beginnst du, ein magnetisches Energiefeld um dich herum zu generieren, du beginnst deinen Wunsch magnetisch anzuziehen.
5. Wenn du es anzuziehen beginnst, frage dich wie du deine Energie einfließen lassen kannst. Wo willst du diese Energie spüren? In deinen Händen? Oder lieber um dich herum?
6. Wenn du deine Spule aufbaust, stelle dir vor, was alles passieren muss, bevor du deinen Wunsch erfüllt siehst. Welche Schritte sind erforderlich? Wieviele? Du kannst dabei die Rate steuern, mit der diese Ereignisse und Schritte erfolgen. Beginne damit dir vorzustellen, ein Gefühl dafür zu entwickeln, welche Energie, wieviele und welche

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Schritte du manifestieren musst.

7. Setze diesen Prozess solange fort, bis du einen Punkt erreichst, der sich wie die Erfüllung deines Wunsches anfühlt. Vielleicht spürst du ein Klick oder ein Stopp, oder die Energie beginnt abzunehmen. Du empfindest ein Gefühl von Sicherheit.
8. Gehe in dich, frage deine innere Stimme, deine innere Weisheit, wie oft du magnetisieren musst, um zu erhalten, was du dir wünschst.
9. Sei sehr achtsam über die nächsten Tage was du an Erkenntnissen gewinnst, wie du deine Sache magnetisieren kannst oder wie du sie bekommen kannst.



## Affirmationen:

- Ich ziehe Geld, Wohlstand und Fülle magnetisch an.
- Alles Gute kommt mit Leichtigkeit in mein Leben.

## **2. Schritt: Erwecke dein Wohlstands-Selbst. Sprich mit dem Teil von dir, deiner Subpersönlichkeit, die deinen Wohlstand schafft. Sprich mit ihr, gib ihr eine neue Vision, wer du bist und was du möchtest. Dies ist eine der leistungsstärksten Techniken, schnelle Veränderungen in deiner Realität herbei zu führen.**

1. Stelle dir vor, du sitzt auf einer Wunderschönen Wiese. Du wirst mit deiner Subpersönlichkeit arbeiten und ihr beibringen wie ihr gemeinsam wohlhabender werdet. Spüre und genieße die Schönheit der Wiese, die große Ruhe hier und um dich herum.
2. Stelle dir einen Teil von dir vor, der dich auf der Wiese begrüßt. Dies ist ein Teil, der sich vor Geld fürchtet, daran zweifelt. Dieser Teil geht nicht überein mit deiner Vorstellung wohlhabend und in Fülle zu leben. Erlaube ihm dir näher zu kommen, bis es direkt vor dir ist. Wie sieht

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

dieser Teil aus? Ist es männlich oder weiblich? Jung/alt?  
Wie ist es gekleidet?

3. Spüre in dich hinein, wie du diesen Teil wahrnimmst, das Mitgefühl, welches du fühlst. Dieser Teil von dir versucht nach bestem Wissen und Gewissen dir auf seine Art zu helfen. Es weiß nicht, wer du heute bist. Es kennt deine neuen Ziele und Visionen nicht, die du erreichen willst. Es arbeitet auf der Grundlage eines alten Programms, wie du früher warst. Es versucht unter großen Anstrengungen, dir Gutes zu tun. Betrachte es nun mit deinem ganzen Mitgefühl.

4. Frage es: "Was für eine Sache versuchst du für mich zu tun?" Vielleicht versucht es dich zu schützen. Höre sehr aufmerksam zu, was es dir antwortet. Frage diesen Teil nun, ob es bereit wäre mit dir auf den Gipfel eines Berges zu gehen. Du zeigst ihm deine neuen Ziele, deine neue Vision, wer du nun bist. Gib ihm eine neue Rolle oder Aufgabe, die es in deinem Leben erfüllt.

5. Ihr könnt dabei tanzen, fliegen, gehen - so wie ihr wollt.

6. Solange, bis ihr auf dem Berggipfel angekommen seid. Nimm deine Subpersönlichkeit an die Hand und zeige ihr die Aussicht, die Höhen, die du erreichst und erreichen willst. Zeig ihr den großen Überblick. So viel bist du gewachsen. Das ist die heutige, wesentlich größere Aussicht auf dein Leben.

7. Wende dich deinem anderen Teil wieder zu und zeige ihm nun die Vision deiner finanziellen Ziele, wieviel Geld du verdienen willst. Wieviel du auf der Bank haben möchtest, wie hoch dein monatliches Einkommen ist oder was es auch immer gerade ist, was du schaffen möchtest.

8. Zeige diesem Teil von dir deine Vision, was in einem Monat, in drei Monaten oder in 6 Monaten dir wichtig ist.

9. Bitte diesen Teil um Hilfe und Unterstützung bei der Erreichung dieser Ziele. weise ihm eine neue Aufgabe zu. Danke dabei an das, wie dieser Teil dir zu helfen versuchte deine Ziele zu erreichen. Bedenke, dass dieser Teil dir helfen möchte! Es freut sich über deine Frage dir zu helfen.

10. Rufe nun einen Meister an, einen großen spirituellen Lehrer, der nun mit dieser Subpersönlichkeit arbeiten wird, um sie zu ihrem höchsten Ausdruck und hellstem Schein zu entwickeln.





# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

11. Ein Meister begleitet euch jetzt bis auf die Spitze des Gipfels.

12. Die Subpersönlichkeit geht hinüber zum Meister, um mit ihm zu arbeiten. Beobachte diese Arbeit ganz genau. Bemerke, wie dieser Teil immer schöner und schöner wird, während der Meister mit ihm arbeitet.

13. Wenn der Meister fertig ist, kommt er oder sie zu dir und überbringt dir deinen Persönlichkeitsanteil. Dieser Teil weiß nun, wie er Wohlstand und Fülle schafft. Er ist jetzt ein Teil deines Teams, der mit dir zusammenarbeitet. Der Meister verabschiedet sich wieder und überlässt euch euch selbst. Begrüße und umarme dieses Wesen mit Liebe. Stelle dir vor, wie sich dein Herz öffnet. Wie du diesen Teil von dir liebst. Es hat so hart gearbeitet um dir zu dienen. Jetzt weiss es wie es dir besser dienen kann. Liebe diesen Teil von dir, schliesse ihn in dein Herz. Halte es, wie Eltern ihr Kind halten würden. Dieser Teil wird nun viele neue Wege finden, um sich an deinen Zielen und Visionen zu orientieren, dir zu helfen, das zu schaffen, was du dir wünschst. Dieser Teil wird dir jetzt mindestens drei neue Möglichkeiten aufzeigen, wie du wohlhabend werden kannst. Dieser Teil findet ab sofort viele neue Wege, die sich an deinen Visionen und Zielen ausrichten und dir helfen, das zu erreichen, was du dir wünschst.

14. Mindestens drei neue Möglichkeiten werden dir genannt werden, wie du wohlhabend werden kannst. Dieser Teil ist bestrebt, seine neue Aufgabe gut zu erfüllen. Es ist mit vollem Eifer dabei, dir zu helfen.

15. Stelle dich nun diesem Teil von dir, der jetzt voller Liebe ist. Er wandelt sich nun zu einem Symbol. Einem Symbol des Wohlstands und der Fülle, die es dir jetzt geben kann. Nimm dieses Symbol und verschmelze es mit deinem Herzen sowie mit deiner Teilpersönlichkeit. Spüre, wie dein Herz sich weitet, sich öffnet. Spüre die Einheit von dir und der Teilpersönlichkeit. Ihr geht nun gemeinsam den Berg hinunter zurück auf die Wiese. Stelle dir vor, es ist sechs Monate von heute. Du hast jetzt, was du haben wolltest. Dieser Persönlichkeitsanteil hat funktioniert. Wie verändert ist dein Leben jetzt? Welche Änderungen wurden vollzogen? Verbringe die kommenden Minuten damit, über die Veränderungen zu träumen, die du in den letzten sechs Monaten erlebt hast und was du jetzt in deinem Leben hast.

16. Spüre die Kraft und die Stärke deines zukünftigen Selbst. lasse dir von deinem zukünftigen Selbst eine



# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 10/25

Nachricht senden, eine Botschaft des Vertrauens.

17. Spüre den Frieden und die Freude in dir. Das neue Gefühl der Fülle, das sich dir eröffnet, wenn du dich mit deinem zukünftigen Selbst verbindest und ihr mit eurem Wohlstandselbst verschmelzt.



## Affirmationen:

- Mein Wohlstand ist auf dem Weg zu mir.
- Ich verdiene die unbegrenzte Fülle des Universums.

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 11/25

## Woche

# 2

**3. Schritt: Fülle - du kannst alles haben, was du willst, mehr Geld, Liebe, Erfolg, Freunde, Gesundheit und freie Zeit. Lerne anzunehmen, zu glauben, dass du es verdienst und öffne dich dem Gedanken von unendlicher Freude und Wohlstand. Erhöhe dein Vertrauen in dich sowie in das Universum.**

1. Verbinde dich mit deinem Seelenlicht.
2. Schau auf dein Leben zurück. Was tust du, um der Welt das meiste Licht beizusteuern? (Aktivitäten, Gedanken, Unternehmungen die dich in deiner Karriere voranbringen) Was unternimmst, dass das Leben deiner Mitmenschen erhellt? Was erhöht die Energie der Welt in deinem Umfeld? Je mehr positive Energie, Licht, du deiner Welt um dich herum zufügst, desto mehr erschaffst du für dich selbst.
3. Denke an den Bereich, in dem du Fülle erzeugen willst. Ist es Geld?, Liebe? Etwas anderes? In welcher Form kannst du die Energie erhöhen, die du als Licht der Welt hinzufügst?
4. Erschaffe Fülle, indem du diese Lichtenergie um dich herum erschaffst. Denn die Fülle des Lichts, der Energie, wird dir alles in seiner höchsten Form und auf die beste Weise bringen. Stelle dir vor, wie jede von dir unternommene Aktion Licht in die Welt bringt. Registriere, wie dein eigener Kokon aus Licht immer weiter wächst, größer und größer wird. Spüre die Energie deines Herzens. Die Energie der Liebe. Spüre die Liebe, die sich auf dem Licht in der Welt verbreitet. Im Universum gibt es unendlich viel Liebe und Fülle. Es steht dir jederzeit zur Verfügung. Sämtliche Objekte, Geld, und Dinge spiegeln lediglich deine Fähigkeit wider, Energie zu schöpfen und in Form zu verwandeln. Arbeitest du auf dieser Ebene, um deine Energie zu erhöhen, hilfst du dir dabei, Fülle zu schaffen.
5. Stelle dir vor du bist auf einer Wiese und um dich herum sind Brombeersträucher. Du bist hier, um einen Eimer voll oder auch mehr zu sammeln. Die ersten Büsche haben nur sehr wenige reife Brombeeren und die Früchte sind schwer zu finden. Du pflückst, was möglich ist. Du setzt

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

deinen Weg fort und findest immer mehr Früchte, die reif sind. Die Brombeersträucher sind nun überall voll von reifen Früchten. Du kannst dich kaum entscheiden, welche Früchte du pflücken sollst. Sie fallen dir fast in deinen Eimer. Dein Behälter ist voll und es gibt wesentlich mehr, als du benötigst. Du fragst dich, wieso du jemals so hart arbeiten musstest, wenn diese Fülle doch direkt vor dir liegt. Stelle dir vor, dass dies symbolisch für all die Fülle steht, die du in deinem Leben erleben möchtest. Es ist alles bereits um dich herum, es wartet nur darauf, von dir abgefordert zu werden. Die universelle Energie um dich herum wartet nur auf deinen Befehl, wie sie sich in Geld oder andere Formen verwandeln darf. Du sammelst und lernst die Fähigkeiten und das Wissen, wie du diese unbegrenzte Energie in Fülle verwandeln kannst.



6. Denke an das wo du Fülle erleben möchtest. Frage dich sehr genau, welche Qualität diese Fülle hätte, wenn du sie genau jetzt bereits hättest? Wäre es Freude? Wohlbefinden? Selbstwertgefühl? Selbstachtung? Liebe? Mut? Stelle dir nun vor, du hast in diesem Bereich jetzt den Überfluss... Welche Qualität bietet dir diese Fülle? Welche Qualität ist dir davon am wichtigsten? Wie kannst du beginnen diese Qualität in kleinen Schritten in dein Leben zu ziehen?

7. Welche tieferen Bedürfnisse werden erfüllt, wenn du dies hast? Welche kleinen Schritte kannst du diese Woche unternehmen, um genau diese Qualität in dein Leben zu bringen? Nur du kannst dir das selbst geben. Mit dem, dass du es dir selber gibst, ziehst du es gleichzeitig an.

8. Lasse es zu! Öffne dein Herz und empfang es. Sage dir selber, dass du es verdienst dies zu haben. Während du es erhältst, öffne dein Herz und sieh dich selber, wie du Fülle erhältst.

9. Denke jetzt an einen Bereich in deinem Leben, in dem du bereits Fülle erlebst. Wo du es bereits gemeistert hast, Fülle und Überfluss zu erschaffen. Wo du es sogar als selbstverständlich angesehen hast. Stelle dir nun vor, dass du in diesem neuen Bereich ebenso empfindest. Du siehst es als ebenso selbstverständlich an. Male dir aus alles zu erhalten, was du dir wünschst. Spüre das Gefühl des Zulassens und des Empfangens, wie einfach und unkompliziert es ist. Du vertraust darauf, dass die Dinge die deinem höheren Selbst dienen, zu dir kommen und sie kommen. Visualisiere dass all das sehr einfach zu dir

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

kommt. Du vertraust auf das Universum. Deine Seele ist reich erfüllt.

## Affirmationen:

- Ich habe alles was ich brauche, um unbegrenzte Fülle zu erschaffen.
- Ich strahle Selbstwertgefühl, inneren Frieden, Liebe, Wohlbefinden und Glück aus.



**4. Schritt: Erfolg: Löse deine Angst vor Erfolg und Misserfolg auf. Stelle dir in jedem Bereich deines Lebens Erfolg vor. Gehe dabei über alle bisherigen Grenzen deiner Vorstellung hinaus. erlaube dir deine Träume in vollem Umfang. Werde selbstbewusster, nehme dich so an wie du bist und liebe dich selbst, und fühle dich erfolgreich.**

1. Denke an eine Zeit in der Vergangenheit, in der du dich erfolgreich gefühlt hast (etwas einfaches, wie das Erlernen einer neuen Fähigkeit, etwas zu bekommen, was du wolltest). Was hast du getan? Was hast du erhalten? Bringe dieses Gefühl jetzt in deinen Körper. Beachte, wie dein Körper Erfolg erlebt, emotional fühlt. Bringe genau diese Gefühle jetzt in deinen Körper. Wie hast du über deinen Erfolg gedacht? Wie hast du dich dabei gefühlt? Lass dich ganz bewusst deine Freude am Erfolg spüren.
2. Beginne ein Selbstbild von Erfolg um dich herum aufzubauen, indem du dich an alle Zeiten erinnerst, in denen du Erfolg hattest. Sage jetzt zu dir selber: "Ich bin ein Erfolg. Ich habe und hatte bereits viele Erfolge!" Denke jetzt an dein Leben. Was macht dich erfolgreich? Welche besonderen Erfolge fallen dir ein? Beachte deine Gefühle in deinem physischen Körper, deine Emotionen, deine Gedanken. Erkenne dich mit allem an. Beachte sogar sehr kleine Dinge wahr. Erfolg aus Sicht deiner Seele ist die Zeit, in der du dich selbst und andere liebst. Zeit, wenn du aus deiner Wahrheit heraus bist. Zeit, in der du aus Integrität mit dir selber handelst. Zeit, in der du die Wahl triffst, den Weg

# Manifestieren:

## Der Schlüssel zum Überfluss

zu wählen, der das Licht für dich beinhaltet.

3.    Erinnere dich an die Tage der letzten Woche. Denke an die Bereiche, in denen du aus Sicht deiner Seele erfolgreich warst. Dein gesamtes Leben ist eine einzige Lernerfahrung. es gibt nur Wachstum und Lernen. Du bist erfolgreich. Scheitern gibt es nicht! Es gibt nur Wachstum und Lernen. Du bist erfolgreich. Spüre es in deinem Körper. Nimm es jetzt an!

4.    Denke nun an einen Bereich, in dem du größeren Erfolg erfahren möchtest. Stelle dir vor, über deinem Kopf ist eine Decke, die die Grenzen darstellt, die du dir selber auferlegt hast, um in diesem Bereich erfolgreich zu sein. Wie niedrig hängt diese Decke? Wie dick ist sie? Wie sieht sie aus? Jetzt wirst du dir vorstellen, dass du diese Decke anhebst, sie steigt immer höher und höher. Vielleicht löst sie sich sogar auf. Beachte, dass du dich immer erfolgreicher erweiterst, je weiter die Decke angehoben wird. Jetzt erlebst du dein unbegrenztes Erfolgspotential. Alles ist möglich. Es gibt viele Möglichkeiten, die vor dir liegen.

5.    Stelle dir vor deinem inneren Auge diese Wege nun vor. Ein Weg führt weiter und höher hinaus als die anderen. Dies ist der energiereichste, lichtreichste Weg in diesem Bereich. Wenn du bereit bist, wähle diesen Weg des Lichts und gehe ihn voran. Es kann vorkommen, dass andere Kräfte dich von diesem Weg abzubringen versuchen, zum Beispiel Ablenkungen oder auch andere Menschen. Siehe dich selber, wie du entschlossen und sicher deine Füße fest auf den Boden setzt bei jedem Schritt. Stelle dir dieser Weg endet auf der Spitze eines Berges. Auf dem Berggipfel gibt es ein Symbol des Erfolges. gehe deinem Ziel entgegen. Je näher du kommst, desto heller und leichter wird dein Weg. Je näher du deinem Ziel kommst, desto mehr bist du von Erfolg umgeben. Du erreichst den Gipfel. Nimm das Symbol des Erfolgs, der größtmögliche Erfolg in diesem Bereich. Lege es in dein Herz.

6.    Denke daran, wie weit du bereits gekommen bist, dieses Ziel zu erreichen. Du hast bereits viele Schritte unternommen. Du hast diesen Erfolg in diesem Bereich gut vorbereitet. Erkenne dies jetzt wohlwollend an. Erstelle jetzt eine Vision davon, wie das Leben mit Erfolg in diesem Bereich für dich ist. Rufe dir deine Gefühle im Körper zurück, deine Emotionen, deine Gedanken. Visualisiere dich nun selbst, wie du Erfolg in diesem Bereich erlebst. Mache es so real wie nur möglich! Spüre, wie gut du dich fühlst!



# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

7. Bitte jetzt deine Seele, dir zu zeigen, ob es irgendeine Angst in dir gibt. Vielleicht ausgedrückt als ein Gedanke, dass du diesen Erfolg nicht haben kannst. Wenn du in der Lage bist, diese Angst zu erleben, liebe sie wie ein kleines Kind. Bedanke dich bei ihm oder ihr, was es alles unternimmt, dir zu helfen. Bitte diese Angst, dein Freund zu sein. Stelle dir vor, dass alles in deinem Leben funktioniert hat. Bringe dieses Gefühlsniveau in deinen Körper. Wie würdest du dich fühlen, wenn alle deine Lebensbereiche so funktionieren, wie du es dir wünschst?

Erlaube dir nun den totalen Erfolg zu spüren. Bitte deine Seele beim Hinzufügen von Licht zu helfen. Bitte deine Seele, dir beim entfernen aller Bereiche zu helfen, in denen du irgendwelche Ängste hast. Du konzentrierst und fokussierst dich auf den Weg deines Herzens. Du handelst in größter Integrität und sprichst deine Wahrheit. Jede Entscheidung, die du triffst hat weiteren Erfolg zur Folge.



## Affirmationen:

- Meine Gedanken sind klar und fokussiert.
- Ich erkenne alle meine Erfolge an.
- Ich glaube an mich selbst und Sorge gut für mich.

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 16/25

## Woche

**5. Schritt: Überzeugungen und alte Programme klären.  
Dein Leben kann sich schnell ändern, wenn du deine  
Überzeugungen änderst, denn sie schaffen deine  
Realität.**

**Dies ist ein kraftvoller und lebensverändernder Prozess  
alte Überzeugungen loszulassen und neue zu  
etablieren.**



1. Verbinde dich mit deinem Seelenlicht, um deinen Geist zu erleuchten, damit du sie dir ansehen und untersuchen kannst. So schaffst du es eine reichhaltigere und erfolgreichere Realität zu schaffen. Erhöhe deine Schwingung und erhebe dich auf die Seelenebenen der Realität. Spüre ein größeres inneres Licht sowie eine Veränderung deiner Atmung, während du deine Schwingung und deinen Geist in die universellen Bereiche erhebst, in denen wahre Informationen gefunden werden können.

2. Bitte diesen weisen, allwissenden Teil von dir, dich und deine Überzeugungen in Bezug auf Geld, materielle Dinge und Fülle zu betrachten. Aus dieser weiteren Perspektive heraus, tue jetzt so, als hättest du die Antworten und wüßtest, was deine jetzigen Glaubenssätze sind. Welcher Glaube schafft deine Realität? Was müßtest du glauben damit es wahr wird, deine aktuellen Umstände in diesem Bereich zu schaffen? Vertraue dem, was gerade in deinen Sinn kommt. Wenn es Worte oder Bilder sind, lasse sie sich auflösen. Stelle dir vor, du löschst sie oder du umgibst sie mit so viel Seelenlicht, dass sie sich darin auflösen. Gemeinsam mit deiner Seele, deinem höheren Selbst, verleihe dir einen neuen Glauben, eine neue Aussage über die Realität, die du in diesem Bereich haben möchtest. Formuliere es positiv-bestätigend. Mit jeder neuen Reise wirst du mehr neue Überzeugungen sehen, welche du verändern kannst, solange, bis du deinen Glauben verändert hast. Du wirst Veränderungen in deiner Realität wahrnehmen. Belebe diese neuen Überzeugungen, gib ihnen Energie. Wiederhole sie für dich über den Tag mehrmals. Schreibe sie auf und positioniere sie so, dass du sie immer wieder siehst. In der Wiederholung ist sehr viel Kraft.



# Manifestieren:

## Der Schlüssel zum Überfluss

3. Schau dir deine Überzeugungen zu Geld oder der Sache an, die du haben möchtest. Das ist etwas anderes, als es anzuziehen und es in dein Leben zu bringen. Lass dir von deiner Seele zeigen, welche aktuellen Überzeugungen in Bezug auf Geld oder materielle Dinge verändert werden müssten, um sie anzuziehen. Nimm diese Gedanken und lösche sie oder löse sie in Licht auf. Entwickle eine Aussage, wie du deine neue Realität haben möchtest. Formuliere deine neue Affirmation in der Gegenwartsform. Spüre, wie gut es sich anfühlt, diese neuen Überzeugungen zu haben. Schreibe es klar und deutlich auf, so dass du es mehrmals über den Tag für dich wiederholst.

4. Denke nun an etwas was du noch nicht hast. Welche Überzeugungen haben dich in der Vergangenheit davon abgehalten, es bereits zu haben? Dass du es dir nicht leisten kannst? dass du nicht dazu in der Lage bist es zu erreichen? Dass du es nicht wirklich verdienst? Lasse dir von deinem höheren, allwissenden Selbst den Glauben zeigen, der dir im Weg steht, es zu bereits zu haben. Ändere diesen Glauben nun in einen positiven Glauben, weshalb du es haben kannst und es verdienst. Gib diesem neuen Glauben positive Energie.

5. Wir arbeiten jetzt auf zellulärer Ebene. Wir tauchen in die DNS deiner Zelle ein. Auf dieser Ebene deines Seins werden wir alte Glaubenssätze lösen und neue installieren, dass du sehr wohl fähig bist, Fülle und Wohlstand zu schaffen und es zu verdienen. Stelle dir vor, wie du immer kleiner und kleiner wirst, bis du klein genug bist, dass du dich in deiner Zelle wahrnimmst. Indem du zu einem Zellkern sprichst, reagieren sämtliche anderen Zellen drumherum. Du stehst mitten in der Zelle. Du nimmst eine Doppelhelix wahr, die wie zwei Seile miteinander verflochten sind. Es ist viel Licht um sie herum. Du bist das Höhere selbst für die DNS dieser Zelle. Du gibst Anweisungen und befehlst, auf zellulärer Ebene, dass die alten Überzeugungen freigegeben werden, aufgelöst werden. Überall wo diese Auflösungen stattfinden wird dies durch helles energiereiches Licht angezeigt. Bitte nun darum die neuen Überzeugungen auf zellulärer Ebene zu integrieren, Struktur anzunehmen und real zu werden. Frage gezielt nach Überzeugungen, die dich Wohlstand und Reichtum anziehen lassen. Es ist vollbracht.

6. Bringe dein Bewußtsein wieder auf deine aktuelle Größe. Bitte um einen Glaubenssatz, der dich zurückhält und ersetze ihn durch deine neue Wahrheit. Denke an alle



# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

möglichen Gründe, weshalb du Geld und Fülle haben kannst. Warum du es schaffen wirst, genau dies zu erreichen und zu haben. Denke an einfache Aktionen, die du diese Woche ergreifen kannst, um einige Überzeugungen zu bestätigen, die du auf deiner Reise geschaffen hast.



## Affirmationen:

- Ich bin reich und wohlhabend.
- Meine Fülle und Überfluss wächst, expandiert und gedeiht.
- Ich kann Fülle und Wohlstand anziehen, haben und halten.

**6. Schritt: Aura-Reinigung, Energie- und Lichtarbeit: Arbeiten an den Energiefeldern rund um deinen Körper, um deine Fähigkeit auszubauen, Fülle und Reichtum anzuziehen. Je energiereicher du wirst, desto anziehender bist du für alles, was du dir wünschst, Geldbeträge und Menschen, die dir auf dieser Stufe dienlich sein können.**

1. Arbeite an deiner Aura, der Energie mit der dein Körper umgeben ist, und erhöhe sie. Stelle dir vor, du stehst in einem Kokon aus beweglichem Licht. Spiele mit der Größe, die dir am angenehmsten ist. Mit Hilfe deiner Fantasie glättest du die Energie deiner Aura. Stelle dir nun vor, du kannst dein erstes Chakra sehen oder spüren. Es ist das Energiezentrum an der Basis deiner Wirbelsäule. Wenn du nicht weißt, wo es ist, es gibt einen Teil in dir, der weiß es. Dies ist das Zentrum der Manifestation und wird oft mit der Farbe rot in Verbindung gebracht. Stelle dir vor wie du dieses Zentrum aufräumst und es öffnest. Alles was du dafür zu tun brauchst, ist deine Seele darum zu bitten. Bestätige, dass du bereit bist dich in jedem Bereich deines Lebens für mehr Fülle zu öffnen. Denke an das schönste dir vorstellbare Rot als Energiefarbe und platziere es an der

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Basis deiner Wirbelsäule, dem Anfang deines ersten Chakras. Dein höheres Selbst und deine Seele werden jetzt mit dir zusammen arbeiten (sowohl während deines Schlafs, wie auch während du wach bist), um dieses Zentrum zu entrümpeln. Bitte darum, dass jede alte Energie freigesetzt wird. Übergebe dies an die höheren Kräfte des Universums, bis sich alles frei und ohne Blockaden anfühlt.

2. Es gibt ein weiteres Chakra, das Kronen-Chakra, auf der Kopfoberseite. Dieses Zentrum dient dem höheren Zweck. Es ist dein spirituelles Zentrum. Stelle dir vor, dieses Zentrum verbindet sich mit dem Zentrum an der Basis deiner Wirbelsäule. Die zwischen ihnen fließende Energie ist klar und offen. Du könntest dir vorstellen, dass dein Kronenchakra ein Licht durch alle deine Energiezentren strahlt und sich an deinem höheren Zweck ausrichtet. Ziehe gleichzeitig aus dem Manifestationszentrum Energie den ganzen Weg nach oben bis durch dein Kronenchakra. Stelle dir vor, wie das Licht durch dein Kronenchakra oben auf deinem Kopf nach draußen tritt und sich in alle anderen Energiezentren über und durch deinen Körper ergießt. Lass dieses Licht in dein Herz kommen. Erlaube deinem Herzen sich auf jedem Energielevel auszudehnen. Vertraue, liebe dich selber, erlaube und glaube es, dass Fülle und Reichtum verdient. Lokalisier in deinem Herzen einen Lichtpunkt. Dieses Licht breitet sich in deinem ganzen Körper aus, strahlt eine neue Ebene der Selbstliebe aus. Deine Aura wird immer schöner in ihrer Ausstrahlung. Nimm wahr, wie schön es wird. Stelle dir vor, wie jede Unklarheit, Verschwommenheit auflöst, als ob du im Sonnenlicht stehst und der Nebel sich auflöst. Ins Dunkel wird Licht gebracht. Alles was zwischen dir auf der Persönlichkeitsebene steht und deiner Seele, wird immer weiter gelöst, bis hin zur Auflösung.

3. Überlege dir ein Symbol; vielleicht ist es eine Wand oder etwas anderes, was dir gerade in den Sinn kommt. Es stellt das Symbol der Energien dar, die dich auf bestimmten Energieebenen blockieren und so daran hindern, Wohlstand zu haben, den du dir wünschst. Arbeite jetzt mit dem Symbol. fülle es mit Licht, bis es strahlend schön ist und hell erscheint. Du kannst tiefgreifende Veränderungen in deinem Leben schaffen, indem du das was du möchtest, dir als Symbol oder Bild vorstellst und damit arbeitest. Denke an nun an etwas, was du haben möchtest. Füge jetzt Licht hinzu. Stelle dir dieses Bild so real als möglich vor. Betrachte es, während es sich ausdehnt und immer schöner



# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

wird. Es wird sogar wesentlich mehr, als du erwartet hattest.

4. Ein Meister wird erscheinen und mit dir arbeiten. Dir nähert sich ein wunderschönes Wesen, ein sehr angesehenes Wesen. Unabhängig davon ob du diesen Guide wahrnimmst, es wird sich dir nähern, um dich zu heilen. Erlaube dir, die Heilung dieses Meisters sehr bewußt wahrzunehmen. Gestatte ihm mit deiner Aura zu arbeiten und erlaube dir, diese Heilung zu empfangen. Spüre, wie deine Energie immer schöner und positiver wird. du wirst immer empfänglicher für mehr Licht, mehr Fülle und mehr Erfolg. Empfange all dies mit offenem Herzen. Vertraue dir immer weiter selber. Sage dir selber "Ich lasse alles los, was nicht meinem höheren Selbst dient und ich bitte es, sich von mir zu lösen." Es gehen lassen. Alle niedrigen Energiefrequenzen loslassen. All das, was mein höheres Selbst und Wohl blockierte.

5. Sage dir selbst: " Ich ziehe nun all die Dinge zu mir, die zu meinem höheren Wohl sind. Ich ziehe sie magnetisch an und sie sind magnetisch für mich."

6. Fülle deine Aura mit Licht. Spüre die Balance von Geben und Nehmen. Du sendest Licht aus und nimmst Licht in dir auf.



## Affirmationen:

- Ich spüre, wie alles Gute zu mir kommt.
- Ich empfangen mit offenem Herzen all das, was zu meinem Besten ist.

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Seite 21/25

## Woche

**7. Schritt: Verbinde deine Seele mit deinen Führern und Meistern (deinen Guides). Arbeite mit dem Guide, der dir dabei hilft, deinen höheren Zweck und Wohlstand, Geld zu schaffen. Arbeite mit deiner immer sehr präsenten, reichen Seele.**



1. Sieh die Lichtwellen, die du in deine Umgebung aussendest, deine Raum, dein Haus. Alles transformierend, was durch sie berührt wird. Wachse weiter und sei beständig offen für unbegrenzte Fülle deiner Seele. Spüre deutlich die Verbindung zu deiner Seele.
2. Denke nun an das, was du möchtest. Spüre, wie das Licht durch deine Seele durch dich in die Welt hinaus strahlt. Sieh, wie deine Seele einfach und ohne Anstrengung die Essenz dessen, was du möchtest, anzieht. Wenn es also kommt, wird es perfekt sein und zur perfekten Zeit eintreffen.
3. Stelle dir vor, du sitzt auf einer Wiese, in einer höheren Ebene der Realität. Erfreue dich an all dem, was um dich herum auf dieser Wiese ist. Es ist so schön, dass es keine Worte dafür gibt. Dein Wohlstandsguide gesellt sich zu dir. Stelle dir vor, dass ein sehr weises Wesen auf dich zukommt, während du auf der Wiese sitzt. Dieses Wesen ist strahlendes Licht. Während es auf dich zukommt, stelle dir seine Gegenwart vor. Spüre oder empfinde es. Dieser Guide ist ebenfalls ein meisterhafter Lehrer, einweiser spiritueller Ratgeber. Es kann dich in Bereichen des Wohlstands und der Fülle beraten. Nimm alles an diesem Wesen wahr, während es sich dir nähert. Nähert es sich als person als irgendeine Gestalt?
4. Bitte es sich zu dir zu gesellen auf der Wiese. Spüre die Liebe und das Mitgefühl, die dieses besondere Wesen für dich hat. Seine Weisheit. Frage dieses Wesen, ob es einen namen hat, mit dem du es anrufen darfst. Dieses Wesen liebt dich bedingungslos, ohne Vorbehalte. Es sieht dich genau jetzt in all deiner Schönheit und Perfektion. Es möchte dir helfen, deinen höheren Lebenszweck zu erreichen. es kommuniziert telepathisch mit dir. Dieser Guide kann dir eine konkrete Nachricht oder auch Energie senden.
5. Denke an einen Bereich in deinem Leben, in dem du

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Hilfe benötigst. Vielleicht ein Bereich, in dem du dich blockiert fühlst. Oder ein Bereich, in dem du Fülle schaffen möchtest. Erlaube diesem Wesen, die Energie in dieser Situation zu verändern. Dieses Wesen wird deine Energie so transformieren, dass du offen bist für Veränderungen. Nehme diese Übertragung des Wesens mit offenem Herzen an. Dieses Wesen zeigt dir Möglichkeiten, wie du in deinem Bereich zu mehr Fülle und Wohlstand kommen kannst, zum Beispiel durch Worte, Bilder, Vorstellungen, Gedanken oder Gefühle.

6. Bitte deinen Guide dir dabei zu helfen, die größere Vision zu sehen. Wie du neue Auswahlmöglichkeiten entdecken kannst. Bitte deinen Guide, ob es irgendeine Information oder Rat an dich weitergeben möchte, wie du mehr Fülle und Reichtum in deinem Leben schaffen kannst.

7. Gemeinsam mit deinem Meister und der Kraft deiner Seele energetisiere nun deine Ziele. Wie hoch soll dein monatliches Einkommen sein? Stelle dir vor, wie du für dieses Ziel immer anziehender wirst. Stelle dir die Summe vor, die du auf deinem Sparkonto haben möchtest. Stelle dir vor, du hast diese Summe bereits. Bitte deinen Meister und die Kraft deiner Seele, diese Vision so real wie nur möglich zu machen. Sende Licht in diese Vision. Nimm es als Realität an. Nimm wahr, wie sich Wohlstand energetisch auf dieser Ebene anfühlt. Dein Guide wird dir in Momenten der Ruhe und deinen Träumen Möglichkeiten zeigen, wie dies mit Leichtigkeit und ohne Anstrengung zu schaffen ist.

8. Bitte deine Seele dich noch anziehender für Wohlstand und Fülle zu machen. Stelle dir vor, dein Guide erfüllt dich mit mehr Licht um dich noch anziehender für Wohlstand und Fülle zu machen. Stelle dir vor, dass du von Geld umgeben bist. Sage zu dir selber: "Alles was ich unternehme, bringt mir Wohlstand!" Stelle dir vor, es regnet Geld, immer wieder kommen Checks mit großen und größeren Summen zu dir. Du siehst dir dabei zu, wie du große Einzahlungen auf dein Bankkonto vornimmst. Egal was du machst, alles bringt dir Geld und Einnahmen! Dir fließt Geld auf Wegen zu, die dir bisher unvorstellbar erschienen.

9. Dieser Meister begleitet dich durch die kommenden Tage. Danke Meister, dass du für mich da bist!



# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

## Affirmationen:

- Alles was ich unternehme, erschafft mir Wohlstand.
- Ich ziehe mehr und mehr Wohlstand und Fülle an.



**8. Schritt: Befreie dich von Zweifeln und Ängsten. Werde stärker und selbstbewusster. Lasse alle Ängste gehen, die dich davon abhalten könnten, Fülle zu haben. Glaube an dich und deine unbegrenzte Fähigkeit, Wohlstand sowie alles, was du willst, schaffen zu können.**

1. Lade die Wesen ein dort Licht zu geben, wo Angst ist und so den Schmerz auszulöschen. Stell dir vor du wirst von einem oder mehreren dieser engelhaften Wesen begleitet. Vielleicht siehst du sie nicht oder du kannst sie dir nicht einmal vorstellen. Sie helfen dir deine Angst auf zellulärer Ebene aufzulösen. Fast jede deiner Ängste hast du von anderen Mitmenschen oder deiner Umwelt angenommen. Spüre Liebe, während diese Wesen deine Angst aus deinem Körper, deinen Emotionen und deinen Gedanken ausleiten. Anstelle dieser Ängste wird nun die Frequenz von Liebe schwingen.

2. Auf der körperlichen Ebene beginnend, sage dir nun selber "Ich entlasse alle meine Ängste nun ins Licht. Stattdessen empfinde ich nun tiefe Liebe." Es kann sein, dass du ein Gefühl von Enge spürst. Stelle dir diese Enge als eine Negativität oder Angst vor. Nimm die Transformation hin zur Liebe an. Jetzt auf der emotionalen Ebene, löschen die Lichtwesen sämtliche negativen Gefühle, löschen die Angst und ersetzen diese Gefühle durch Liebe. Du beginnst die höhere Energie zu spüren. Jetzt zu deinen Gedanken, sei offen für anderes. Lasse mehr Licht, mehr positive Energie in deinen Geist, deine Gedanken, dein Nervensystem. Lasse die negative Energie aus deinem Nervensystem gehen. Erlaube deinem Kreislaufsystem deinen Körper und dich mit Licht und Liebe zu durchströmen. Werde klarer und klarer. Du empfängst nun das Gefühl von Fülle.

# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

3. Stelle dir vor, du hast eine riesige Summe Geld auf deinem Bankkonto. Gestatte dem Gefühl von Fülle und Wohlstand sich in deinem Körper auszubreiten. Spüre diesem Gefühl auf allen Ebenen intensiv nach. Je intensiver du dies empfindest, um so mehr schaffst du es als deine Realität zu installieren. Alle Ängste lösen sich in Nichts auf. Du wirst von reiner Liebe geflutet. Jede deiner Zellen wird erfüllt von und mit Liebe. Deine Fähigkeit dich selbst zu lieben nimmt zu. Diese Wesen sind immer dann erreichbar für dich, wenn du sie brauchst und nach ihnen rufst. Konzentriere dich auf die Dinge in deinem Leben, die du bereits hast und das was funktioniert. Denke an all die Fülle die du bereits heute hast.

4. Denke nun an einen Zweifel den du bezüglich Geld hast oder einer bestimmten Situation im Zusammenhang mit Geld. Nimm diesen Gedanken und füge ihm Licht hinzu. Sage dir jetzt, weshalb du Geld haben kannst. Sage dir, du bist absolut in der Lage die situation bestmöglich zu handhaben. Vertraue dem Universum, dass es dir sehr wohlgesonnen ist und alles nur zu deinem Besten geschieht.

5. Denke nun an einen Bereich wo Bedenken oder Angst verspürst. Zum Beispiel deine finanzielle Situation. Stelle sie dir vor wie eine Box (mache aus dieser Situation ein Symbol). Wie sieht diese Box aus? Aus welchem Material ist sie gemacht? Wie dick sind die Wände? Beginne Türen und Fenster einzubauen, bis du frei bist und diese Box verlassen kannst. Setze es solange fort, bis die Wände verschwunden sind und du frei bist. Was kannst du genau jetzt unternehmen? Gibt es irgendeine innere Idee wie du diese Situation verändern kannst? Vielleicht ist es nur ein sehr kleiner Schritt in die richtige Richtung.

6. Gehe davon aus nur das Beste tritt ein und unternehme Aktivitäten die dir bestätigen, dass du nur das Beste erwartest. Indem du agierst ziehst du Gutes an. Denke an etwas, wo du Angst oder Zweifel verspürst, dass du nicht haben oder erreichen kannst, was du möchtest. Male dir nun aus, dass du es längst hast und es noch viel wundervoller und erfüllender war, als du es dir vorher ausgemalt hattest. Glaube daran dass Wunder geschehen. Binnen Sekunden können Dinge und Situationen sich verändern. Spüre wie gut du dich fühlst dass sich alles so wundervoll entwickelt hat. Erinnerung dich daran, dass du nicht deine Angst bist. Es handelt sich dabei lediglich um ein durch dich hindurch strömendes Gefühl von Angst oder Zweifel. Denke an deine Ängste und Zweifel in liebevoller





# Manifestieren: Der Schlüssel zum Überfluss

Weise, als wenn sie kleine Kinder wären. Frage sie, ob sie irgendwelche Nachrichten für dich haben oder ob es etwas gibt, was sie dir mitteilen möchten. In dem Augenblick, wo du deine Angst, den Zweifel liebevoll annimmst, wird er verwandelt. Du verbindest dich mit deinem inneren starken Selbst. Mit dem Selbst, welches genau weiß dass du alles erschaffen kannst und es weiß, dass du die Queller deines Wohlstands und deiner Fülle bist.

7. Stelle dir vor, vor die sind zwei Wege. Der eine ist der Weg der Freude und der andere der des Strauchelns. Du kannst dir frei aussuchen, welchen du gehen willst. Auf jedem dieser Wege lernst du was du für dich benötigst. Sobald du bereit bist den Weg des Strauchelns zu verlassen, kannst du auf den Weg der Freude wechseln. Entscheide dich dazu, deine Lebenslektionen mit Freude zu lernen. Rufe dir immer wieder in den Sinn, dass du Freude empfinden möchtest und nur das Beste. Folge deiner inneren Stimme und glaube an dich selbst.



## Affirmationen:

- Ich bin voller Freude auf meinem Lernweg.
- Ich bin voller Zuversicht und Selbstvertrauen.
- Ich bin bereit nur Gutes und Freude zu erfahren.
- Ich folge meiner inneren Stimme.
- Ich glaube an mich selbst.