





BESTSELLERAUTORIN

Anjana Gill

DIE PERFEKTE  
WUNSCH  
FORMULIERUNG

Der Teufel steckt im **Detail**

*Omega*



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufer darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Omega-Verlag ist ein Imprint des Verlages »Die Silberschnur« GmbH  
Copyright © 2021 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-96933-010-4

1. Auflage 2021

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim  
Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung verschiedener Motive von © KatyaKatya und © redchocolate, stock.adobe.com; © pixabay.com; © freepick.com  
Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim  
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de



# INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	7
<b>Teil I: Ein bisschen Theorie muss sein ...</b>	9
10 Regeln für die perfekte Formulierung	9
Der Feinschliff:	
So wirst du ein Formulierungsprofi	19
Formulierungsregel Nr. 1	19
Formulierungsregel Nr. 2	26
Formulierungsregel Nr. 3	33
Formulierungsregel Nr. 4	38
Formulierungsregel Nr. 5	42
Formulierungsregel Nr. 6	52
Formulierungsregel Nr. 7	56
Formulierungsregel Nr. 8	61
Formulierungsregel Nr. 9	63
Formulierungsregel Nr. 10	66

<b>Teil II: Praktische Beispiele für Formulierungsprofis</b>	79
Thema Wohnen/Leben	79
Thema Partner/Liebe	95
Thema Familie/Kinder	106
Thema Ausbildung/Studium	113
Thema Beruf/Berufung	122
Thema Geld/Finanzen	130
Thema Selbstentwicklung/Seelenplan	140
Schlusswort	147
Über die Autorin	151



☀️  
★ ★ ★  
**EINLEITUNG**

Weißt du, woran es liegen könnte, dass sich der ein oder andere Wunsch noch nicht erfüllt hat?

An der Formulierung.

Mittlerweile wissen wir alle, dass man sich nicht einfach ins Wohnzimmer stellen kann und fröhlich vor sich hin wünschen kann, wenn man die Traumwohnung, den Traumpartner oder den Traumjob auch wirklich in sein Leben ziehen will.

Damit wir die Erfüllung in unser Leben ziehen können und der »himmlische Lieferservice« liefert, muss unser Wunsch richtig und treffend formuliert sein. Und genau daran scheitern die meisten.

Ist unser Wunsch nicht richtig oder gar falsch formuliert, zieht er womöglich etwas in unser Leben, das wir gar nicht haben wollten. Oder er verpufft irgendwo zwischen den Sternen ...

Aber wahrscheinlich fragst du dich jetzt: Wie formuliert man dann richtig? Wie sieht die perfekte Wunschformulierung denn aus? Und wie formulieren wir unseren Wunsch so, dass das Universum uns genau das Richtige liefert?

Dazu gibt es Unmengen an Regeln und Tipps, und es ist wirklich gar nicht so einfach, sich in diesem Ratgeberdschungel zurechtzufinden. Das meiste davon ist aber reine Theorie oder verwirrt uns oft nur noch mehr.

Aber genau das ändern wir nun. Wir formulieren unseren Wunsch ab jetzt so, dass der »himmlische Lieferservice« genau weiß, was zu tun ist ...





## TEIL I

# EIN BISSCHEN THEORIE MUSS SEIN ...

## 10 REGELN FÜR DIE PERFEKTE FORMULIERUNG

Ich habe für uns die 10 wichtigsten Formulierungsregeln zusammengestellt, mit denen wir jeden Stolperstein umgehen.

Und ich zeige dir, wie du falsche Formulierungen – Simsalabim – ganz einfach umformulierst. Ab sofort gilt: keine Missverständnisse mehr mit dem Universum.

Regeln ... Das hört sich so nach Schule an und nach Spaßbremse? Genau das Gegenteil ist hier der Fall. Unsere Regeln sind Erfüllungsregeln. Es sind irgendwie magische Regeln. Immerhin sorgen sie dafür, dass wir und das Universum voller Freude unsere Wünsche



verwirklichen können. Und was gibt es Schöneres als die Erfüllung unserer Wünsche?

An unseren 10 Regeln kannst du dich wunderbar orientieren. Damit kannst du JEDEN deiner Wünsche richtig – auf dich persönlich zugeschnitten und damit hochwirksam – formulieren.

Sie sind:

- ★ praktisch und magisch,
- ★ ganz leicht anzuwenden,
- ★ supereffektiv.

Dazu habe ich uns eine übersichtliche Checkliste zusammengestellt, an der du dich jederzeit orientieren kannst – das ist ganz einfach und du behältst immer den Überblick. Und du kannst gar keinen Fehler mehr machen.

Es gibt für alles Mögliche Checklisten: Checklisten für den Sommerurlaub, Checklisten für einen Stromausfall, Checklisten für Arbeitsabläufe, Checklisten für deine Hausapotheke, Checklisten für den Frühjahrsputz usw. Allerhöchste Zeit also, dass es endlich auch eine Checkliste für das Wichtigste in unserem Leben gibt: unsere Wünsche.

Es gibt also endlich unsere **Wunschformulierungscheckliste**.

Ab jetzt kannst du deine eigene Wunschformulierung erst einmal »abchecken«, bevor du sie ins Universum schickst und dir die Erfüllung deiner Wünsche in dein Leben holst.

Und weißt du, was das Geheimnis hinter der Checkliste ist: Das Geheimnis heißt 12 x Ja. Aber dazu später mehr ...

Die richtige Formulierung ist tatsächlich das A und O für die Verwirklichung unserer Wünsche. Je besser und treffender deine Formulierung ist, umso schneller und effektiver ziehst du die Erfüllung in dein Leben. Und genau das ist ja unser Ziel: die möglichst schnelle Verwirklichung unseres Wunsches! Also ich will die Erfüllung immer möglichst schnell. Das geht dir bestimmt genauso, oder?

Wir alle wissen, dass im Leben der Teufel oft im Detail steckt. Und genau das ist hier auch der Fall. Was der Teufel mit deinem und meinem Wunsch zu tun hat? Viel. Zu viel, um genau zu sein. Der Teufel im Detail stellt sich nämlich zwischen uns und das Universum. Er verhindert die »Lieferung«.

Das Dilemma fängt bereits beim Aufschreiben unseres Wunsches an, bei der richtigen Formulierung. Viele wissen zwar immerhin, dass ein Wunsch positiv formuliert sein soll – aber das war's dann auch schon.

Doch das reicht nicht! Es gibt noch weitere, sehr wichtige Regeln, die wir beachten müssen. Und zwar unbedingt!

Keine Sorge, das ist nicht schwer – aber wir müssen es eben wissen, sonst tappen wir immer wieder in dieselbe Falle. In die **»Wir-bestellen-die-Erfüllung-versehentlich-wieder-ab-Falle«**.

Ist unser Wunsch falsch formuliert, ist es so, als würdest du mit deiner eigenen Formulierung die Verwirklichung deines Wunsches quasi selbst wieder abbestellen! Mit deiner eigenen Formulierung!

Aber zum Glück ändern wir das ja. Ich zeige dir jetzt, was eventuell bisher schiefgelaufen sein könnte und welche Regeln du beachten solltest, um eine passende, supereffektive Formulierung für deinen Wunsch bzw. die Verwirklichung deines Wunsches zu finden – und dann ab damit in Richtung Universum.

Du wirst sehen – dann klappt's auch mit der Erfüllung. Und du wirst dich wundern, was so eine richtige For-

mulierung alles bewirken kann ... Ich selbst formuliere keinen einzigen Wunsch mehr ohne die Wunschformulierungsscheckliste. Ich liebe sie. Ich weiß gar nicht, wie ich früher ohne sie ausgekommen bin ...

Nehmen wir also unsere bzw. deine Wunschformulierungen jetzt mal näher unter die Lupe. Unter die Erfüllungslupe ...

Stell dir mal kurz vor, du würdest im Universum arbeiten, Abteilung »himmlischer Lieferdienst«. Du arbeitest schon lange dort und weißt genau, wie die Dinge funktionieren. Du weißt, dass das Universum immer genau das ausliefert, was bestellt wurde.

Wie das in etwa funktioniert? Ganz einfach: Es trudelt z. B. dieser Wunsch bzw. »Auftrag« von Bastian ein:

*Liebes Universum,  
ich möchte einen neuen Job.  
Danke.*

Auf der Erde wartet Basti, der diesen Wunsch ins Universum geschickt hat, auf die Lieferung. Aber irgendwie tut sich nichts.

Er erzählt überall: »Bei mir klappt das nicht – mit dem Universum.«

Aber in Wahrheit sieht die Sache ganz anders aus. Das siehst du hier oben, in der Universumsabteilung »Auslieferung« ganz genau: Was soll das Universum bei dieser Formulierung »Ich möchte einen neuen Job« liefern? Einen Job als Schornsteinfeger oder als Bienenzüchter? Als Matrose oder doch lieber als Zirkusdirektor?

Selbst wenn wir davon ausgehen, dass Basti weiterhin als IT-Berater arbeiten möchte, nur eben bei einem anderen Arbeitgeber, fehlen alle möglichen Angaben. Was soll denn in seinem neuen Job besser sein, was wünscht er sich? Nettere Kollegen, eine bessere Bezahlung, weniger/mehr Homeoffice ...? Woher soll das Universum das wissen? Was soll es jetzt liefern??

In Bastis Formulierung fehlt die genaue Angabe, welchen Job das Universum liefern soll! Und nicht nur das – hier fehlt noch einiges mehr. Was genau, das zeige ich dir gleich.

Wichtig ist aber, dass du verinnerlichst, dass das Universum nur das liefern kann, was du bestellst!

Ab jetzt also: keine Missverständnisse mehr mit dem Universum!

# DER FEINSCHLIFF

## SO WIRST DU EIN FORMULIERUNGSPROFI



### FORMULIERUNGSREGEL NR. 1



**Dein Wunsch/Auftrag muss immer positiv formuliert sein.  
Sage nie, was du NICHT haben möchtest.**

Dieser Punkt ist eigentlich der Oberbegriff für mehrere Punkte aus unserer Checkliste:

Dein Auftrag ans Universum muss immer positiv formuliert sein.

Beachte stets diesen Grundsatz: Das Universum will nicht wissen, was du nicht möchtest. Es interessiert nicht, was du **NICHT** willst!



Wenn du beispielsweise formulierst: Ich möchte bitte keinen Fahrradunfall haben – dann steckt hier ein **türkisches Teufelchen** versteckt, eigentlich schon eher ein richtiger Teufel.

Du ziehst mit dieser Formulierung einen Unfall geradezu an – dein Gehirn übersieht »kein« und zieht damit womöglich einen Unfall in deinen Erfahrungsbe-  
reich. Du ziehst also versehentlich an, **WAS DU NICHT WILLST!**

Deshalb **IMMER** das formulieren, was du bekommen möchtest. Dazu gleich noch mehr unter Regel 2.

Aber das ist noch nicht alles. Es gibt noch einen weiteren Punkt, den wir unbedingt beachten sollten: Schauen wir uns das Beispiel mit der Überraschung noch einmal näher an. Das machen wir für diejenigen, die das Buch »Danke, liebes Universum« noch nicht gelesen haben. Für die anderen ist es eine kleine Wiederholung.

Das Überraschungsbeispiel: Wir bestellen eine Überraschung beim Universum.



Liebes Universum,  
ich bekomme eine Überraschung.  
Danke.

Klingt gut, oder? Und ist dazu noch eine positive Formulierung, aber Vorsicht: Hier fehlt noch etwas.

Hier fehlt das Wort **positiv**.

Diese Formulierung verbessern wir jetzt:

Liebes Universum,  
ich bekomme eine **positive** Überraschung.  
Danke.

Für uns ist eine Überraschung positiv, aber das ist sie nicht von Natur aus. Eine Überraschung kann beides sein: positiv oder negativ. Eine **Kündigung** kann durchaus auch eine Überraschung sein ... Eine **Gehaltserhöhung** aber auch. Je genauer wir also formulieren, umso besser für uns.

Soll deine Formulierung etwas Gutes in dein Leben ziehen, dann formuliere immer positiv.

Wenn wir demnach eine positive Überraschung bekommen möchten, dann sollten wir das auch genauso formulieren.

Positiv kannst du natürlich auch durch Wörter ersetzen, die eine positive Wirkung haben. Schauen wir uns deinen Wunsch einmal näher an und ergänzen wir etwas Positives:

Du wünschst dir z. B. eine neue Kollegin? Das reicht nicht!

Eine neue Kollegin kann auch eine Zumutung sein. Was ist positiv an deiner neuen Kollegin? Du willst eine richtig nette Kollegin, mit der du dich blendend verstehst? Dann schreibe das auch auf: »... eine sehr nette Kollegin, mit der ich mich wunderbar verstehe.«

Du wünschst dir:

### Einen neuen Nachbarn?

Was ist positiv an dem neuen Nachbarn. Ergänze das dann: »... einen sehr netten Nachbarn, mit dem ich befreundet bin.«

### Eine neue Wohnung ?

Ergänze noch, wie sie aussehen soll. Was ist positiv an der neuen Wohnung? »... eine helle,

lichtdurchflutete 3-Zimmer-Wohnung mit einem schönen Südbalkon.«

### Einen neuen Job?

Was ist besonders positiv an deinem neuen Job? Füge das unbedingt hinzu: »... die gute Bezahlung und die tollen Kollegen.«

Schau dir jede deiner Wunschformulierungen noch einmal ganz genau an, und überprüfe, ob du vielleicht besser noch etwas »Positives« hinzufügen solltest. Sicher ist sicher.



## ZUSAMMENFASSUNG REGEL NR. 1



Sage nicht, was du nicht willst.  
Ergänze positive Merkmale.