

BESTSELLERAUTORIN

Anjana Gill

77
LIFEHACKS
ZUR WUNSCH-
ERFÜLLUNG



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 Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Omega-Verlag ist ein Imprint des Verlages »Die Silberschnur« GmbH
Copyright © 2022 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-96933-019-7

1. Auflage 2022

Gestaltung unter Verwendung verschiedener Motive von © redchocolate, stock.adobe.com;
© Pylypchuk, shutterstock.com; © pixabay.com; © vecteezy.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

INHALT

Einleitung	9
1. Wünsche erfüllen sich nicht in der Hektik	12
2. Wünsche definieren – deine To-be-Liste	14
3. Dein Seelenplan. Oder: Folge der Freude	16
4. Erkenne deine Wünsche	18
5. Wer wartet hinter der Erwartung?	20
6. Das goldene Tor	23
7. Ziele setzen. Oder: Deine Wunscherfüllungstreppe	26
8. Klar wie ein Diamant	28
9. Im Bereich des Möglichen	30
10. Absicht erklären. Oder: Das machst du doch mit Absicht ...	33
11. Die Essenz hinter deinem Wunsch, was steckt wirklich dahinter?	36
12. Die richtige Formulierung – das A und O	38
13. Immer daran denken: Wünsche <i>müssen</i> positiv formuliert sein	40
14. Schreib es auf!	43
15. WW – das Wunder der Wunschcollage	44
16. Zauberwörter	46
17. Trick 17	47
18. Du bist ein Sender	48

19.	60 000 Gedanken. Oder: Erneuerbare Energien	50
20.	Tue nichts Ungesetzliches	53
21.	Aktion – Reaktion	55
22.	Schalten wir den Verstand mal aus	58
23.	Erwartungsmodus	61
24.	Achtsamkeitslupe	63
25.	Die Bereiche deines Lebens	66
26.	Dein Jetzt-Ich trifft dein Zukunfts-Ich. Oder: Deine Zukunft beginnt immer jetzt	69
27.	Musst du noch oder darfst du schon?	71
28.	Frag deinen Bauch	74
29.	Die gute alte »So-tun-als-ob-es-schon- wahr-wäre-Methode«	76
30.	Dein persönlicher Goldspruch	78
31.	Das Loslassgesetz	81
32.	Das magische Wort. Oder: Wie heißt das Zauberwort?	83
33.	Spiegelhopping. Oder: Das Spiegelspiel	85
34.	1 Euro »Schmerzensgeld«	87
35.	Und plötzlich bist du immer genau da, wo du sein solltest.	89
36.	Die vielleicht beste Investition in deine Zukunft	90
37.	Wir sind wie Magneten	92
38.	Gedanken haben magische Kräfte	94
39.	Ein magisches Gesetz	97
40.	Die sich selbsterfüllende Prophezeiung	100
41.	Hast du auch manchmal Angst?	102
42.	Gelassenheit	105

43. Lotoseffekt	108
44. Reifeprozesse	109
45. Leben im Jetzt und nicht in der Vergangenheit	112
46. Vergleichen entfernt dich von der Erfüllung. Oder: Ich mag mich	114
47. Das Glück in deinen Händen ... es dauert nur 1 Minute	116
48. Achte auf das Nichtgesagte	117
49. Das Leben ist ein Bumerang	119
50. Ent-täuschung	120
51. Namasti Kunari	122
52. Die Zögerfalle	124
53. Schick deine Zweifel in Urlaub ...	126
54. Das Herzspiel	128
55. Wie du dich auf Glück programmierst	130
56. Vergiss das Wenn	132
57. Egal, was heute passiert – es soll so sein.	134
58. Befreiungszeremonie: Sorgenfeuer	135
59. Schau dir deine Saat an	137
60. Heute ist immer auch schon morgen	139
61. Denk immer vom Ende, von der Erfüllung aus	140
62. So ein Zufall	142
63. Im Grübelmodus	143
64. Hinter verschlossenen Türen	145
65. Trainingspartner	147
66. Gehirnwäsche macht glücklich. Oder: Die Sache mit der Sauberkeit	149
67. Positiv denken?	151

68. Kennst du deinen inneren Dialog?	153
69. Methode: Bilder aussenden	155
70. Chancen sehen, wo andere nichts sehen	157
71. Geldanziehungstipp	159
72. Partner: Finden – nicht suchen	161
73. Wie findest du das richtige Haus/ die richtige Wohnung?	162
74. Perspektivenwechsel	164
75. Im Zeichenmodus. Oder: Hänsel und Gretel	165
76. Schöne Momente sammeln	166
77. Liebes Universum	167
Über die Autorin	169



EINLEITUNG

Hallo, ihr Wunscherfüller!

Immer wieder habt ihr mich gefragt, wie das mit der Wunscherfüllung genau funktioniert. Ihr habt mich gefragt, ob es Dinge gibt, die man unbedingt beachten muss, und vor allem ob es noch mehr Tricks und Tipps für eine schnellere Wunscherfüllung gibt.

Die Antwort ist: Ja, die gibt es.

Es gibt Tricks und Tipps, die, wenn man sie beachtet, ganz automatisch zu einer schnelleren Wunscherfüllung führen.

Und es gibt allerdings auch einige »Fallen«, die du unbedingt vermeiden solltest.

Das alles hat nichts mit Zauberei oder Hokuspokus zu tun, das sind ganz einfach die Grundvoraussetzungen für die Verwirklichung unserer Herzenswünsche. Alles im Leben funktioniert nach bestimmten Gesetzen und Abläufen, und das gilt auch für die Verwirklichung unserer Träume.

Im Moment funktionieren wir noch »irdisch« und stochern oft im Nebel herum, doch sobald du beginnst, die Erfüllungstricks zu beachten, wird sich deine Welt verändern ... und das schneller, als du denkst.

Wenn du diese Dinge beachtest und verinnerlichst, dann steht der Erfüllung deines Herzenswunsches nichts mehr im Weg. Dann kann nichts mehr die Erfüllung deiner Wünsche aufhalten. Nicht mal mehr dein altes Ich, das so gar keine Veränderung wünscht und in Wahrheit auch nicht möchte, dass sich dein Herzenswunsch erfüllt. Denn würde es das wirklich wollen, hätten sich deine Wünsche ja längst erfüllt. Aber das ist jetzt Schnee von gestern!

Schau immer wieder in diesen Wunscherfüller, so lange bis du diese Tricks und Tipps absolut verinnerlicht hast und in keine Falle mehr tappst. Nimm dieses Buch dazu einfach in deine Hände und frage, was du gerade beachten solltest – und dann schlage eine Seite auf.

Heute in drei Monaten sieht deine Welt schon ganz anders aus – rückblickend wirst du dich wundern, wie schnell sich deine Wünsche erfüllt haben.

Es spielt übrigens auch keine Rolle, was genau dein Wunsch ist. Erfüllung funktioniert immer nach den gleichen Prinzipien. Was auch immer dein Wunsch ist, ob

- ★ eine glückliche Partnerschaft,
- ★ eine wunderschöne Familie,
- ★ eine Reise um die Welt,
- ★ ein eigenes kleines Café,
- ★ ein kleines Hotel,
- ★ ein Beruf, der für dich Berufung ist,
- ★ ein wunderschönes Zuhause,
- ★ eine Heirat,

- ★ ein Buch schreiben,
- ★ ein Start-up gründen,
- ★ eine Ausstellung mit deinen Bildern machen,
- ★ dir deinen Traum erfüllen ...

Was immer es ist – es gibt Tricks für eine schnellere Erfüllung. Tricks, die du ganz leicht anwenden kannst. Und hier sind sie!

Fangen wir an mit der Erfüllung deiner Wünsche ...

Wünsche erfüllen sich nicht in der Hektik

79 Prozent der Menschen in der heutigen Welt haben Schwierigkeiten damit, nichts zu tun. Sobald wir zur Ruhe kommen, denken wir daran, was noch alles erledigt werden muss: die Küche, die Wäsche, die Mails, der Sport ...

Aber das Nichtstun und Entspannung sind sehr wichtig für uns. Denn in diesem Seinszustand sind wir der »Wunscherfüllungsebene« sehr nahe. In dieser Zeit ohne Ablenkungen sind wir empfänglich für Möglichkeiten. Unsere Wünsche flüstern uns Botschaften zu, und die können wir jetzt hören. Jetzt endlich fallen uns Lösungen ein oder wir bekommen Geistesblitze und Ideen. Und wir bekommen das auch endlich mit. Sonst gehen diese nämlich oft im Lärm und Getöse des Alltags unter.

Nicht umsonst sagte schon Laotse:

»Im Nichtstun bleibt nichts ungetan.«

Öfter mal nichts tun – gewissermaßen als wichtiger Auftrag. Bewusstes Anhalten, das Alltagsgeschehen ausbremsen, das ist der erste Schritt zur Wunscherfüllung.

Trick: Entschleunigung – und zwar richtig. Wege und Lösungen kommen immer nur jenseits der lauten Welt zu uns. Wenn es ruhig ist, können wir auch die leisen Antworten hören – und die verraten uns oft wichtige Geheimnisse.

Am besten du beginnst gleich jetzt damit. Setz dich aufs Sofa und tue nichts – ganz offiziell. Die laute Welt hat Pause.

Achtung: Irdisch!

Mögliches bisheriges Hindernis bei der Erfüllung:

Im Alltag rennen wir von Erledigung zu Erledigung, von To-do zu To-do: Mails beantworten, Wäsche waschen, XY anrufen. Stopp! Dein *altes Ich* will das, aber so kommen wir nicht weiter.

UNIVERSUMSTRICK:

Ruhe!

In der Ruhe kommen dir Ideen, Geistesblitze, in der Ruhe fallen dir Lösungen für Probleme ein.

Dein *neues Ich* weiß das.

Wenn du das Bedürfnis nach etwas Ruhe hast, dann nicht weil du faul bist, sondern weil dein *neues Ich* dir etwas sagen möchte.



Wünsche definieren – deine To-be-Liste

Wir haben lange genug To-do-Listen erstellt. Jetzt machen wir mal eine To-be-Liste. Sehr hilfreich ist es nämlich, eine Liste von all den Dingen zu erstellen, die wir haben möchten und wie wir sein möchten.

Mach das mal. Wenn diese Liste fertig ist, überprüfe jede einzelne Position und frage dich, ob diese Dinge wirklich wichtig für dich sind. Fang an zusammenzustreichen. Es bleiben ein paar Punkte übrig – und um genau diese Dinge werden wir uns kümmern.

Um herauszufinden, was du wirklich willst, denke daran, was du in deinem Leben erschaffen möchtest ...

Was möchtest du haben?

Wie möchtest du sein?

Trick: Vergiss heute alle To-do-Listen und beschäftige dich mit deiner To-be-Liste. Erstelle ganz in Ruhe deine persönliche To-be-Liste.

P. S.: Mach dir klar, welches deine eigenen Wünsche sind und bei welchen Wünschen es sich eher um die Erwartungen anderer Menschen an dich handelt.

Es geht hier um dich. Also: Was willst **du**?

Achtung: Irdisch!

Mögliches Hindernis bei deiner To-be-Liste:

Deine wahren Herzenswünsche sind im Laufe der Jahre etwas verschüttet worden.

Dein *altes Ich* wollte die anderen nicht enttäuschen und alle Erwartungen erfüllen.

Dein *altes Ich* wollte gelobt werden und hat es allen recht gemacht.

Dein *altes Ich* ist dazu erzogen worden, brav zu sein.



UNIVERSUMSTRICK:



Du sollst vor allem dich selbst nicht enttäuschen.
Dein *neues Ich* kennt den Weg zu deinem wahren Kern.
Dein *neues Ich* will die Komfortzone verlassen und freut sich auf die Zeit nach der Erfüllung. Deinem *neuen Ich* ist es egal, was die anderen denken.
Dein *neues Ich* will nur, dass DU glücklich bist – und zwar richtig glücklich.
Lass dein *neues Ich* die To-be-Liste schreiben.



Dein Seelenplan. Oder: Folge der Freude

Wir wurden nicht geboren, um unsere Zeit hier auf der Erde einfach nur abzusetzen. Wir hatten einen Plan – unsere Seele hatte einen Plan. Die Frage ist: Leben wir diesen Plan?

Es sind unsere Wünsche, die uns an diesen Plan erinnern. Es sind unsere sehnlichsten Wünsche, die uns die Richtung zeigen, denn diese Wünsche kommen direkt aus unserer Seele.

Jeder von uns hat seinen eigenen Seelenplan. Kennst du deinen?

Überlege mal: Welche Dinge machen dir besonders viel Freude? Wann und in welchen Situationen bist du glücklich und fühlst dich erfüllt? Die Freude und das Gefühl der Erfüllung sind dein Kompass. Die Freude und die Erfüllung führen dich direkt zu deinem Seelenplan. Wenn wir das finden, was uns überaus erfüllt und glücklich macht, dann haben wir unseren Lebenssinn gefunden.

Trick: *Beantworte diese beiden Fragen:*

Was macht dir Freude?

Wann bist du glücklich?

Und nun folge den Antworten auf diese Fragen. Fange an, Dinge zu tun, die dir Freude bereiten und die dich glücklich machen.

Es gibt nur einen einzigen richtigen Weg – und das ist der Weg der Freude. Der führt dich auf direktem Weg zu deinem Lebensglück.

Was macht DIR Freude?

Wann bist DU glücklich?

Erkenne deine Wünsche

Wunsch ist nicht gleich Wunsch. Es gibt zwei unterschiedliche Arten von Wünschen: Verstandeswünsche und Herzenswünsche.

Verstandeswünsche sind die Wünsche, die aus unserem Verstand heraus entstehen, z. B. wenn in uns der Wunsch entsteht, das Gleiche haben zu wollen, was unsere Freunde haben, oder Wünsche, die die Werbung in uns weckt. Da flüstert oder schreit unser Verstand uns manchmal zu: »Das will ich auch haben!« Weitere Verstandeswünsche sind Wünsche, die wir aufgrund unserer Erfahrung meinen haben bzw. erleben zu müssen.

Unsere Herzenswünsche dagegen, das sind die Wünsche, die nicht vom Verstand, sondern mitten aus unserem Herzen kommen. Unser Herz ist mit unserer Seele verbunden und es weiß ganz genau, was für uns wirklich gut ist.

Einer der wichtigsten Ratschläge, die ich je bekommen habe, war dieser: »Schließe einen Moment deine Augen und fühle, was dein Herz will. Und dann tue das, was dein Herz dir sagt.« Diesen Ratschlag kann ich nur an dich weitergeben.

Trick: *Tue immer, was dein Herz dir sagt.*

Unser Herz ist mit einer höheren Ebene verbunden und kennt unseren richtigen Weg. Deshalb ist unser Herz unser wichtigster und bester Ratgeber

überhaupt. Fühle bei jedem Wunsch, ob dieser Wunsch auch wirklich ein Herzenswunsch ist.



Herzenswünsche machen langfristig glücklich. Verstandeswünsche nur relativ kurze Zeit.

★ Achtung: Irdisch!

Mögliches bisheriges Hindernis:

Dein wahrer Wunsch versteckt sich hinter der Fassade.

Wir zeigen der Welt ein bestimmtes Gesicht und vergessen darüber unser wahres Ich.

Dein *altes Ich* beschäftigt sich viel mit der Fassade.

Dein *altes Ich* will die Dinge, die die anderen auch haben.

Dein *altes Ich* fragt deinen Verstand.



**TUE, WAS DEIN HERZ DIR SAGT.
IMMER! ♥**



TRICK ZUR SCHNELLEREN VERWIRKLICHUNG:

Wenn du nur dein Herz wärest,
was würdest du dir dann wünschen?

Dein *neues Ich* hat keine Lust auf Fassade.

Dein *neues Ich* fragt bei allem zuerst das Herz.

Dein *neues Ich* wird glücklich sein.



Wer wartet hinter der Erwartung?

Wer bist du in Wirklichkeit? – Oft wissen wir gar nicht mehr, wer wir in Wahrheit sind. Von Kind an wurden wir mit Erwartungen konfrontiert und haben diese verinnerlicht. Mit der Zeit haben wir gelernt, dass wir besonders geliebt werden, wenn wir Erwartungen erfüllen. Bei jeder Erwartungserfüllung wurde uns übers Köpfchen gestreichelt und gesagt: »Gut gemacht.« Und wir haben uns gefreut und mit dem »Schwanz gewedelt«, wie ein Hündchen.

Zu allem Überfluss handelt es sich aber nicht nur um die Erwartungen von anderen Menschen, nein, es kommt noch besser: Wir selbst haben auch noch jede Menge Erwartungen an uns selbst.

Jetzt nimm dir mal ein paar Minuten Zeit und schau nach, was da übrig bleibt, wenn du alle Erwartungen, auch deine eigenen, von dir nimmst. Was für eine Persönlichkeit verbirgt sich hinter bzw. unter diesen ganzen Erwartungen? Wer wärest du, wenn niemand etwas von dir erwarten würde? Was würdest du dann tun?

Trick: *Finde deinen wahren Kern. Beantworte die Frage aller Fragen: Was würdest du machen, wenn niemand etwas von dir verlangen oder erwarten würde?*

Dein Herz liebt diese Frage, spürst du das auch sofort?

Der Tipp zur Herzenswunschfindung ist die Kernfindung: Erwartungen erkennen, zur Seite legen und den eigenen Kern finden. Denn nur dann sind deine Wünsche auch wirklich deine und bereichern dein Leben.

UNIVERSUMSWEGWEISER:

Was würdest du tun, wenn niemand etwas von dir erwarten würde?

Nicht einmal du selbst.



Achtung: Irdisch!

»Das hast du gut gemacht!«

Wenn wir gelobt werden, haben wir meist fremde Erwartungen erfüllt. Unser *altes Ich* liebt diesen Satz und freut sich: »Oh, das habe ich gut gemacht.«

Doch das ist trügerisch. Denn dieses gute Gefühl ist abhängig vom Lob der anderen.

Unser *neues Ich* braucht kein Lob.

Es weiß, dass du gut bist.

Wir müssen niemandem etwas beweisen.

Warum sollten wir auch?!

Mögliches bisheriges Hindernis:

Wir haben von Kind auf gelernt, die Erwartungen anderer zu erfüllen.

Lob = richtiges Verhalten. Das steckt tief in uns.

Aber wir müssen raus aus diesem alten Glaubensmuster.

Dein *altes Ich* ist immer noch dieses Kind, das es allen recht machen möchte.

Dein *neues Ich* braucht das nicht mehr.

Also:

Was würdest du tun, wenn niemand etwas von dir erwarten würde:
