

Affirmationen & Manifestation

Der Unterschied

Affirmationen und Manifestation sind zwar eng miteinander verbunden, trotzdem verschiedene Dinge. Affirmationen sind ein mächtiges Werkzeug, das uns dabei hilft, unser Unterbewusstsein nach unseren Wünschen umzuprogrammieren. **Manifestation** ist der Prozess, durch den wir unsere Wünsche und Ziele in die Realität umsetzen. Dabei spielen unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen eine entscheidende Rolle.

Affirmationen

Definition und Einordnung

Affirmationen sind gezielte, positive Aussagen in der Gegenwart, die wir wiederholt verwenden um unser Unterbewusstsein zu beeinflussen.

Sie helfen uns dabei, negative Gedankenmuster zu durchbrechen und positive Gedanken zu Überzeugungen zu machen.

Beispiele für Affirmationen:

"Ich bin erfolgreich und erreiche meine Ziele."

"Ich ziehe Liebe und Glück in mein Leben."

"Ich bin gesund und voller Energie."

Affirmationen sind also ein **Werkzeug**, das uns dabei hilft, zu der **Version** unserer selbst zu werden, die **im Stande ist das Ziel zu erreichen**, das wir manifestieren wollen.

Manifestation

Definition und Einordnung

Manifestation geht weit über Affirmationen hinaus.

Wir manifestieren grundsätzlich in jedem Moment unseres Lebens.

Ob wir **positive oder negative** Gedanken manifestieren, damit entsprechende Gefühle kreieren und im nächsten Schritt eben diese Dinge, Menschen und Situationen in unser Leben ziehen, liegt ganz und gar in unserer **eigenen Verantwortung**.

Es geht darum, unsere Gedanken und Gefühle mit unseren Zielen und Wünschen **in Einklang** zu bringen, um sie in der physischen Welt zu verwirklichen. Der Prozess der Manifestation umfasst mehrere Schritte:

Klarheit über das Ziel:

Sei dir im Klaren darüber, was du manifestieren möchtest.

Visualisierung:

Stelle dir lebhaft vor, wie es sich anfühlt, wenn dein Ziel erreicht ist. Visualisiere es in allen Details.

Gefühle intensivieren:

Versetze dich in das Gefühl, das du haben wirst, wenn dein Ziel erreicht ist. Diese Emotionen sind der Schlüssel zur Manifestation.

Handeln:

Werde zu der Version von dir selbst, die dieses Ziel erreichen kann. Ergreife die notwendigen Schritte und handle entsprechend.

Vertrauen und Loslassen:

Vertraue darauf, dass das Universum dein Ziel unterstützt. Lass los und sei offen für das, was kommt.

Dankbarkeit

Das wichtigste Grundelement

Es ist enorm wichtig, absolute Gewissheit zu haben, dass man auf nichts warten muss.

Alles, was wir uns wünschen, ist jetzt da, und es gibt nichts, das fehlt. **Diese Dankbarkeit unterstützt die Manifestation massiv.**

Es geht darum, der Mensch zu werden, der das Ziel erreichen kann, und jeden Moment des Weges zur Gänze zu lieben – aufgeregt zu sein, freudig zu sein, gespannt zu sein auf das, was als nächstes kommt, und gleichzeitig jeden Moment in seiner ureigenen Schönheit zu genießen.

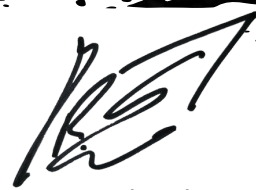
Sobald wir die Kontrolle über das **Wann?** und das **Wie?** aufgeben und durch **Vertrauen ins uns selbst, unsere Fähigkeiten und den Prozess ersetzen**; sobald wir uns vollständig darauf konzentrieren, in jedem Moment unseres Lebens unser allerbestes zu geben, die **beste Version unserer selbst zu sein und gleichzeitig jeden Moment genießen und feiern**, beginnen die Wunder in unser Leben zu treten.

Wenn du Fragen dazu hast, komm gerne auf mich zu.
Nutze dafür Instagram, WhatsApp oder schreib mir eine kurze E-Mail.

[MAIL](#)

[WHATSAPP](#)

[INSTAGRAM](#)



Michael

motivationsmammut.com