



GILL THACKRAY



# MANIFESTIEREN

Lass deine Wünsche  
Wirklichkeit  
werden

mvgverlag 



GILL THACKRAY

# MANIFESTIEREN



# Für Murphy und Hamish, die jeden Morgen den allerbesten Tag manifestieren.

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

## **Für Fragen und Anregungen**

[info@mvg-verlag.de](mailto:info@mvg-verlag.de)

2. Auflage 2023

© 2023 by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Die englische Originalausgabe erschien 2022 bei Michael O'Mara Books Limited unter dem Titel *How to Manifest*. © Copyright © Michael O'Mara Books Limited 2022. All rights reserved.

## **Wichtige Hinweise**

Ausschließlich zum Zweck der besseren Lesbarkeit wurde auf eine genderspezifische Schreibweise sowie eine Mehrfachbezeichnung verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Wir behalten uns die Nutzung unserer Inhalte für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor.

Übersetzung: Sabine Zürn

Redaktion: Ariane Novel

Umschlaggestaltung: Isabella Dorsch

Umschlagabbildung: Jade Mosinski licensed by Jehane Ltd 2022

Illustrationen: © Jade Mosinski licensed by Jehane Ltd 2022

Layout: Ana Bjezancevic

Satz: Bernadett Linseisen (schere.style.papier), München

Druck: Florjancic Tisk d.o.o., Slowenien

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-7474-0511-6

ISBN E-Book (PDF) 978-3-96121-909-4

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-96121-910-0



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

**[www.mvg-verlag.de](http://www.mvg-verlag.de)**

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

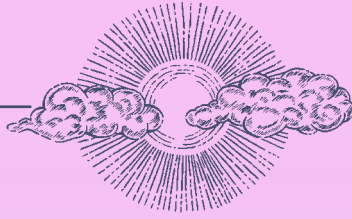
The background is a vibrant purple and pink illustration. It features a large, stylized sun with a human-like face (eyes, nose, mouth) and radiating lines, positioned at the bottom left and right. Above the suns are fluffy, stylized clouds. The entire scene is filled with various star shapes, including four-pointed and six-pointed stars, and small dots. A large, thin, dashed purple circle frames the central text. The overall aesthetic is whimsical and magical.

GILL THACKRAY

# MANIFESTIEREN

Lass deine Wünsche  
Wirklichkeit  
werden

mvgverlag 



# Inhalt

Einleitung: Was ist Manifestieren?  
**7**

Eine Vision erschaffen  
**17**

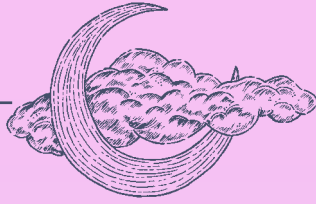
Überprüfe dein Mindset  
**24**

Eine Intention setzen  
**31**

Mit dem Universum zusammenarbeiten  
**41**

Arbeite an deinem Manifestationsmindset  
**44**

Die 3-6-9-Methode  
**48**



Tarot

**51**

Verbinde dich mit deinem Seelenbegleiter

**60**

Vollmondrituale

**67**

Manifestieren mithilfe der Chakren

**75**

Der keltische Jahreskreis

**85**

Dankbarkeit kultivieren

**95**

Achtsam manifestieren

**99**

Mit Kristallen manifestieren

**105**

Energetische Grenzen setzen

**119**



# Einleitung: Was ist Manifestieren?



Nichts geschieht, bis sich irgendetwas bewegt. Sobald etwas in Schwingung gerät, gehen die Elektronen des gesamten Universums in Resonanz. Alles ist miteinander verbunden.

ALBERT EINSTEIN

Manifestieren ist nichts Neues. Seit Tausenden von Jahren wird es von alten Weisheitstraditionen auf der ganzen Welt praktiziert. Wenn du manifestierst, beginnst du, das Gesetz der Anziehung in dein Leben einzuladen. Dir wird bewusst, wie das Universum wirkt – und dass jeder Mensch das Potenzial hat, seine eigene Realität zu erschaffen.



Im Kern beruht Manifestieren auf der Theorie, dass wir mit dem Universum zusammenarbeiten können, um unsere Welt zu kreieren. Es müssen dafür nur einige Regeln beachtet werden. Durch die Intention, unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen zu verändern, werden wir zu Architekt\*innen unseres eigenen Lebens. Durch Manifestieren kannst du dein Leben verändern und die Realität erschaffen, die du dir wirklich wünschst.

Wir bewegen uns in die Richtung, auf die wir uns fokussieren. Wenn wir manifestieren, wird uns erst bewusst, wie unsere Glaubenssätze über uns selbst, die Welt und das, was wir verdient haben, unser Leben grundlegend verändern können. Unser Mindset beeinflusst maßgeblich, wie sich unser Leben entwickelt. Hast du eine festgefahrene, negative Einstellung und hältst es für ausgeschlossen, dein Leben zu ändern, wirst du genau das erleben. Deine Energie folgt deiner Aufmerksamkeit. Alles, was du wahrnimmst, sind nur Hindernisse, Blockaden und Einschränkungen. Manifestieren ist eine Möglichkeit, eine neue Sichtweise auf die Welt zu entwickeln – du kannst sie dir neu erschaffen.

Ein positives Mindset empowert dich. Es bewirkt eine kraftvolle Schwingung, die positive Erfahrungen anzieht. Durch Manifestieren bringst du deine Ziele in Einklang mit der kosmischen Alchemie. Mit dem richtigen Mindset fürs Manifestieren lässt du die Vergangenheit los und erschaffst eine

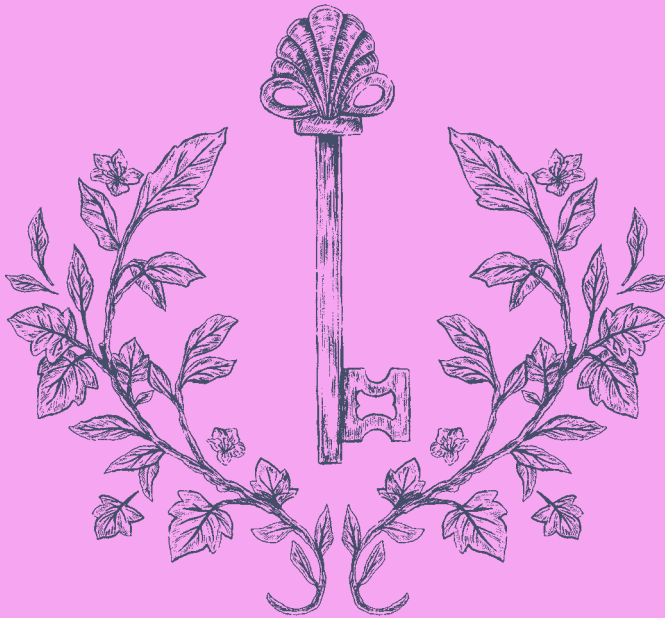
neue, wunderschöne Realität. Wenn du ins Handeln kommst, strömt dir die liebevolle Energie des Universums entgegen.


Du kannst dein Leben und dein Mindset aber auch dann ändern, wenn du noch sehr negativ ausgerichtet bist. Hier kommt die Magie des Manifestierens ins Spiel. Du erträumst dir eine neue Realität. Du glaubst mir nicht? Egal, das musst du auch noch nicht! Schalt trotzdem mal deinen kritischen Verstand aus und lass dich auf diese Transformationspraxis ein. Du hast nichts zu verlieren. Betrachte es als eine Art Neuanfang, um alle Ziele, die du bisher nicht erreicht hast, wieder in Angriff zu nehmen und zu sehen, was passiert.

Umgehe ich einen spirituellen Weg, wenn ich meine Ziele manifestiere? Verpasse ich dann wertvolle Lebenslektionen? Nein. Manifestieren ist deine Chance, dein Potenzial auszuschöpfen und mit deiner überwältigenden Kraft Veränderungen in der Welt zu bewirken. Nutze dieses unglaublich mächtige Instrument zum Heil unseres Planeten und der gesamten Menschheit.



Manifestieren bedeutet nicht, egozentrisch oder narzisstisch zu sein. Hier geht es um Erneuerung und Transformation. Darum, die Richtung zu bestimmen, statt passiv zu bleiben. Du kannst damit ganz uneigennützig und mit deiner ganzen Kraft eine weltweite Veränderung mitgestalten. Setz deinen Fokus, deine Zeit und deine Ressourcen für andere ein. Vielleicht liegt es dir am Herzen, die Gemeinschaft zu stärken, der Umwelt zu helfen, zu heilen oder etwas zu bewegen, was einen kollektiven Wandel bewirkt. Manifestieren ist eine konkrete Möglichkeit, um die Probleme unseres Planeten anzugehen. Es kann die Welt verändern. Es liegt an dir, wie du es einsetzen willst.





Glaub daran, dass du es kannst,  
und schon hast du den halben  
Weg geschafft.

THEODORE ROOSEVELT