

Affirmationen wirksam formulieren

Bereits seit Jahrhunderten werden Affirmationen mit großem Erfolg eingesetzt. Sie haben vielen ganz normalen Menschen geholfen, außergewöhnliche Ergebnisse zu erzielen. Affirmationen haben aus Versagern herausragende Persönlichkeiten gemacht und dennoch ...

sind viele Leute der Meinung, dass sie bei ihnen nicht funktionieren würden.

Warum diese Diskrepanz?

Was haben diese Leute übersehen?

Im E-Book „Erfolgswissen für Fortgeschrittene“ werden die einzelnen Schritte umfassend beschrieben.

Hier die wichtigsten Voraussetzungen:

Der Zweck der Affirmation

Vor dem Wie müssen wir kurz auf das Was eingehen. Was können wir mit Affirmationen, also **Zielanweisungen an das Unterbewusstsein**, erreichen? Was bezwecken wir?

Vereinfacht ausgedrückt, geht es darum, vom Tagesbewusstsein (Normalbewusstsein, Alltagsbewusstsein, Verstand – es gibt hierfür viele Bezeichnungen) eine Anweisung an das Unterbewusstsein zu senden. Das Unterbewusstsein ist in der Lage, alles, was es als wahr übernimmt, zu verwirklichen. Bei der Affirmation geht es somit darum, dem Unterbewusstsein eine Nachricht zukommen zu lassen. Dabei sind bestimmte Faktoren zu beachten, damit das Unterbewusstsein davon ausgeht, dass es sich hierbei auch um die Wahrheit handelt.

Das bringt uns zur ersten Voraussetzung für Affirmationen:

1. Die Affirmation muss für das Unterbewusstsein glaubhaft sein

Die meisten Affirmationen nehmen nicht einmal diese erste Hürde. Die Leute reden sich etwas Unrealistisches ein, an das sie selber nicht glauben und hoffen dann darauf, dass ihr Unterbewusstsein auf diese abwegigen Botschaften reagieren möge. Sie sagen sich zum Beispiel vor:

Ich verdiene € 15.000 im Monat

Wenn es sich hier um das 8- bis 10-fache des jetzigen Verdienstes handelt, ist dies nicht glaubhaft. Oder sie affirmieren:

Ich bin sehr attraktiv

... und grämen sich über jedes Fältchen, das sich neu gezeigt hat. Das wird Ihnen Ihr Unterbewusstsein nicht abnehmen!

Affirmationen wirksam formulieren

