


Modul 8, 10 steg för att manifestera snabbare

En av de vanligaste frågorna är hur lång tid tar det att manifestera det man önskar med Attraktionslagen. Det är en väldigt relevant fråga som är lite komplicerad att svara på eftersom det är många faktorer som spelar in. Några av de faktorerna är: hur starkt motstånd du har, hur viktigt det är för dig, ditt självvärde, dina känslor kring din önskan, ditt fokus. Så som ni kan se så är det väldigt individuellt. Tack och lov så finns det vissa saker man kan göra för att snabba upp manifestationen och här hittar du en metod i 10 steg för att hjälpa dig att manifestera det du önskar snabbare.

10 steg för att manifestera snabbare:

1. Ta papper och penna och skriv ner det du önskar.
2. Släpp din önskan! I det här steget så river en del sitt papper i småbitar, en del eldar upp pappret, en del knölar ihop pappret och kastar det. Gör det som känns bäst för dig själv. Anledningen till att göra det här steget är att när vi säger att vi vill ha något så säger vi egentligen att vi inte har det vi önskar oss och då är det vad vi sänder ut och attraherar. Så gör dig av med ditt papper på det sätt som känns bäst för dig själv för det du gör dig av med är känslan av att behöva.
3. Ta nu ett nytt papper och skriv din lista igen men den här gången skriver du som om du redan har det du önskar. Om du till exempel söker en partner så skriv; Jag älskar att ha kärleksfull relation. Eller om du söker jobb: Jag njuter av att ha ett intressant och utvecklande jobb. Hitta formuleringar som känns bra för dig. Bra formuleringar fyller dig med positiva känslor och förväntan.
4. Utifrån en skala från 1-10 ska du nu känna efter var du är just nu i förhållande till dina önskningar. 1 betyder att du känner att du är långt ifrån din önskan och 10 betyder att du redan har det du önskar. Det här gör du för att kunna mäta dina framsteg i den här processen. Så sätt nu en siffra vid varje önskan som du har.
5. Avsluta din lista med några ord av uppskattning och tacksamhet. Personligen så föredrar jag uppskattning för tacksamhet kan ge en känsla av att man står i tacksamhetsskuld till "någon". Experimentera själv med vad som känns bäst för dig, uppskattning eller tacksamhet. Känslan av uppskattning är en väldigt viktig nyckel till att attrahera mer av det du önskar.



Modul 8, 10 steg för att manifestera snabbare

6. Läs igenom din lista två gånger om dagen under de kommande 3 veckorna. Schemalägg det gärna för när du planlägger något så är det troligare att du faktiskt genomför det. Du kan gärna bära med dig listan så att du även kan läsa igenom den när du oväntat får lite dötid.

7. När du läser igenom listan så är det också väldigt effektivt om du samtidigt visualiserar din önskan och känner känslan av hur det är att ha det du önskar. Visualisera och känn det som om du redan har din önskan för då sänder du ut vibrationen av det du önskar. Anledningen till att det här fungerar är för att din hjärna inte kan skilja på fantasi och verklighet. Hjärnan reagerar bara på dina känslor och det spelar ingen roll om känslorna triggats igång av något som händer nu eller om känslorna triggas igång av ett minne eller en tanke.

8. Släpp taget om det önskade resultatet och var istället öppen för nya möjligheter. Ha ditt fokus öppet för att nya saker, människor, erbjudanden och idéer kommer till dig under dagen. Vet att vad som än händer dig under dagen så är det helt i linje med det allra bästa för dig. Rätt saker kommer alltid till dig vid rätt tillfälle. Och det bästa av allt är att du behöver inte räkna ut hur din önskan ska komma till dig så var nyfiken på att få se hur det levereras till dig.

9. Redan efter ca 2 veckor av att visualisera, läsa din lista och känna känslan så kommer du märka att det har skett en förändring i ditt fokus och din medvetenhet om dina önskningar. Vissa önskningar har blivit klarare och vissa har förändrats eller försvunnit helt för att ge plats åt andra önskningar som är mer i linje med det som är det bästa för dig. Tillåt dessa förändringar och se hur du utvecklas och växer som människa.

10. Nu har det gått 3 veckor och det är dags att ta fram din lista för att se var du idag befinner dig i förhållande till dina önskningar. I steg 4 så poängsatte du dina önskningar utifrån hur nära de kändes. Nu är det dags att göra om steg 4 för att se vilka förändringar som har skett de här veckorna. Vad har manifesterats? Hur mycket närmare dina önskningar har du kommit? Belöna dig själv för de framsteg du gjort och uppskatta alla de bevis som kommit till dig under den här tiden.