



Die KRAFT DER INNEREN
EINSTELLUNG

MAC ANDERSON
GRÜNDER VON *Successories*®

Copyright © 2009 by Mac Anderson

Published by Simple Truths 2520 Diehl Road, Aurora, IL 60502

Exklusivvertrieb der deutschen Ausgabe durch
Life Success Media GmbH
6020 Innsbruck/Austria

Alle Rechte vorbehalten. Es dürfen keine Teile dieser Publikation reproduziert,
in Informationssystemen gespeichert oder verteilt werden. Weder elektronisch, mechanisch, kopier-
oder aufnahmetechnisch, noch in irgendeiner anderen Form. Ausgenommen kurze schriftliche
Zusammenfassungen – allerdings nicht ohne die vorherige schriftliche Genehmigung des Verlegers.

Sofern nicht anders vermerkt, stammen die in diesem Buch verwendeten Bibelzitate aus der
deutschsprachigen Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift © 1980 Katholische Bibelanstalt, Stuttgart.

Projektredaktion: F. Heigl / B. Stöckl

Übersetzung: ConText Johannes Molthan, Bodenheim

Design: Koechel Peterson and Associates, Inc., Minneapolis, MN, USA.

ISBN 978-3-902114-82-2

Gedruckt in der Europäischen Union

www.lifesuccessmedia.com

Inhaltsverzeichnis

8	EINLEITUNG	66	BEFREIEN SIE SICH VON IHRER EMOTIONALEN LAST
10	LEIDENSCHAFT SCHAFFT BEGEISTERUNG	70	ERREICHEN SIE MEHR MIT WENIGER
14	ES IST NIEMALS ZU SPÄT	76	FOLGEN SIE DER SANDKASTENWEISHEIT
18	BEGREIFEN SIE DIESES LEBENSVERÄNDERNDE GESETZ	78	BEGREIFEN SIE DIE KRAFT DER DEMUT
24	DER BINDESTRICH	82	BAUEN SIE VERTRAUENSVOLLE BEZIEHUNGEN AUF
26	DAS MÄDCHEN MIT DEN GUTEN NACHRICHTEN	86	UNSER STREBEN BESTIMMT UNSERE MÖGLICHKEITEN
32	JÄTE DAS UNKRAUT	90	NUTZEN ODER VERLIEREN SIE IHRE MURMELN
34	DIE KRAFT DER ZIELSETZUNG	94	DIE 30-MINUTEN-THEORIE
38	LACHEN SIE LAUT UND OFT	98	ICH WÜNSCHE IHNEN LIEBE
42	BEWAHREN SIE DEN GLAUBEN	102	DIE WAHL LIEGT BEI IHNEN
46	DENKEN SIE AN DIE REGEL NR. 1 SIE IST GOLDEN	108	SUCHEN SIE EINEN MENTOR
50	SEIEN SIE FÜR ANDERE DA	110	ERKENNEN SIE SICH SELBST
56	BEWÄLTIGEN SIE DEN STRESS, BEVOR ER SIE ÜBERWÄLTIGT	114	FESTIGUNG, FESTIGUNG, FESTIGUNG
58	LEBEN SIE IN EHRFURCHT	118	DANKSAGUNGEN
64	NUTZEN SIE EMOTIONALE ZÜNDER		



CAPRI

ALLES IST



EINSTELLUNGSSACHE

Einleitung



*Das Schicksal ist
keine Sache des
Zufalls, sondern der
Entscheidungen.
Es ist nicht etwas,
auf das man wartet,
sondern etwas, das
man erreichen muss.*

WILLIAM
JENNINGS BRYAN

AUF VIELERLEI ART UND WEISE ÄHNELN WIR UNS. Doch ein kleiner Unterschied macht fast immer einen großen Unterschied. Der kleine Unterschied ist die innere Einstellung.

William James sagte vor mehr als einem Jahrhundert: „Die größte Entdeckung dieser Generation ist, dass der Mensch sein Leben verändern kann, indem er seine Einstellung ändert.“ Ich glaube von tiefstem Herzen daran und über die Jahre habe ich auch es unzählige Male selbst erlebt. Was die meisten Menschen nicht erkennen, ist, dass die eigene Geisteshaltung nicht nur das eigene Glück und den eigenen Erfolg beeinflusst, sondern dass sie auch Glück und Erfolg aller Menschen in unserer Umgebung beeinflussen kann ... Familie, Bekannte, Kollegen. Die innere Einstellung ist wirklich ansteckend und von Zeit zu Zeit müssen wir uns fragen: „Ist meine es wert, dass sich andere daran anstecken?“

Man kann die Bedeutung einer positiven Geisteshaltung im Leben gar nicht genug betonen. Allerdings darf auch niemand die Schwierigkeit unterschätzen, eine solche Einstellung zu wahren. Es ist nicht leicht und es ist eine sehr persönliche Angelegenheit, aber es lässt sich bewerkstelligen.

Mit diesem Gedanken im Hinterkopf wurde *Die Kraft der inneren Einstellung* geschrieben. Ich kann Ihnen nur das mitteilen, was bei mir funktioniert, wenn ich versuche, eine positive Einstellung zum Leben zu entwickeln und aufrecht zu erhalten. Mein Ziel ist es, dass einige der Ideen und Geschichten, die ich mit Ihnen teile, Sie dazu inspirieren, das Leben zu leben, von dem Sie träumen und einen positiven Unterschied im Leben anderer zu bewirken.

Ich hoffe, dieses Buch wird Ihnen dabei helfen:

- Ihren Energielevel zu verwalten
- Ihre Seele am Leben zu erhalten
- neue Wege einzuschlagen
- Stress zu mindern
- eine „menschliche Note“ zu entwickeln
- Ihre Ängste zu bekämpfen
- in Ehrfurcht zu leben
- auch kleine Erfolge zu genießen
- hell zu leuchten, ohne sich auszubrennen
- in stürmischen Zeit nicht aufzugeben

Vor allem aber möchte ich Sie anregen, dieses Buch griffbereit zu halten, damit Sie es, wann immer Sie sich ein wenig niedergeschlagen fühlen, zur Hand nehmen und ein paar Seiten darin lesen können. Ich garantiere Ihnen, dass Sie sich danach besser fühlen. Ich wünsche Ihnen das Allerbeste!



A scenic landscape of rolling green hills and mountains under a sunset sky. The foreground shows a valley with a river on the right. The word "LEIDENSCHAFT" is overlaid in white serif font.

LEIDENSCHAFT



WO DU AUCH HINGEHST,
GEH MIT GANZEM HERZEN.

LEIDENSCHAFT SCHAFFT *Begeisterung*



*Nichts Großes ist je
ohne Begeisterung
geschaffen worden.*

RALPH WALDO
EMERSON

KÜRZLICH HAT EIN HOTELANGESTELLTER MEINEN TAG GERETTET. Ich hatte gerade in einem Hotel in Atlanta eingchecked und Sam (so stand es auf seinem Namensschild) nahm meine zwei Koffer, schenkte mir ein strahlendes Lächeln und sagte: „Ist das nicht ein phantastischer Tag heute?“ Ich nickte und antwortete: „Ja, sicher.“ Er fuhr fort: „Ich habe gerade das ganze Wochenende mit meinen zwei Enkeln verbracht und ich kann mich nicht erinnern, dass ich jemals mehr Spaß hatte. Sind Kinder nicht etwas Großartiges?“ Ich meinte zu ihm: „Sam, es scheint, als hätten Sie einen wunderbaren Tag heute.“ Da schaute er mich mit einem Strahlen an, das ich niemals vergessen werde und sagte: „Mr. Anderson, jeder Tag, den wir leben, ist ein großartiger Tag!“

Während ich mein Zimmer betrat, fühlte ich, dass Sam`s Enthusiasmus mich angesteckt hatte. Offenbar

hatte er sich entschlossen, das Leben voll auszukosten und ich bin sicher, dass er jede Gelegenheit ergreift, das Leben eines Menschen in positiver Weise zu berühren.

Wir haben jeden Tag die Gelegenheit, einen positiven Unterschied im Leben anderer Menschen zu bewirken. Wir können uns dafür entscheiden, über unser Los im Leben zu jammern, oder wir können beschließen, mit Begeisterung zu leben und währenddessen die Herzen anderer Menschen zu berühren.

Oh ja ... wir alle kennen diese schnatternden Enten, die sich lautstark über ihre Probleme im Leben beschweren. Und dann gibt es noch die Adler, die nicht klagen, sondern handeln und beständig hoch über der breiten Masse schweben.

Vielen Dank, Sam, dass du mein Leben bereichert hast.

*Wenn wir uns entschließen,
uns nicht mit dem zu beschäftigen, was in unserem Leben fehlt,
sondern uns entschließen für die gegenwärtige Fülle dankbar zu sein ...
dann erleben wir den Himmel auf Erden.*

SARAH BREATHNACK



AUCH DIE LÄNGSTE REISE BEGINNT
MIT DEM ERSTEN SCHRITT.
CHINESISCHES SPRICHWORT

TRÄUME



ES IST *niemals* ZU SPÄT

UNSERE INNERE EINSTELLUNG hängt unmittelbar von unserer „inneren Stimme“ ab, die ewig die Frage stellt: „Bewegst du dich auf deinen Traum zu?“ Wenn Ihre Antwort „Ja“ lautet, dann erzeugt Hoffnung Zufriedenheit. Wenn Sie jedoch antworten: „Nein, es ist zu spät“, dann kann sich in Ihrem Unterbewusstsein die Verzweiflung festsetzen. Vielleicht begreifen Sie gar nicht, warum es Ihrem Leben an Freude fehlt.

Ich kann mit Überzeugung behaupten: „Es ist niemals zu spät, das zu sein, was man hätte sein können.“ Träume sind frei und sie zu haben, kann Ihr Leben lebenswert machen.

Ray Kroc ist einer meiner unternehmerischen Vorbilder. Er gründete McDonald's, als er 52 Jahre alt war, nachdem er zwei Jahre lang herum-

probiert und mit über hundert Menschen gesprochen hatte, um das Kapital aufzutreiben. Vor fünfzehn Jahren hatte ich das Glück, mich mit Tom Seay zu unterhalten, einem der potentiellen Investoren, die Ray angesprochen hatte. Tom erzählte mir, wie Ray an einem Freitagnachmittag mit seinem Geschäftsplan für die „verrückte Idee“ namens McDonald's in sein Büro gekommen war. Für eine Investition von 100.000 Dollar bot er Tom dreißig Prozent des Unternehmens an. Tom sagte, er habe gerade nicht die Zeit, sich die Unterlagen anzusehen, aber er nähme sie übers Wochenende mit nach Hause.

Der Montagmorgen kam und Ray wartete schon am Eingang, als Tom ins Büro kam. Tom bat ihn herein und sagte: „Ray, ich habe diesen Plan dreimal durchgelesen und ihn sogar mit einem Bekannten besprochen. Und wir sind beide zu der Ansicht gelangt, dass du niemals auf der Welt durch den Verkauf von Hamburgern Geld verdienen kannst.“

Wir alle wissen, dass Ray die Sache anders sah. Und der Rest ist natürlich Geschichte.

Die einzigen Dinge, die zwischen einem Menschen und dem, was er im Leben erreichen will, stehen, sind der Wille, es zu versuchen und das Vertrauen darauf, dass es möglich ist.

RICH DeVOS



*Unvollkommene Taten sind besser
als vollkommene Tatenlosigkeit.*

HARRY TRUMAN

TUE ES JETZT

RECHNE MIT DEM BESTEN

A large, rugged rock formation, possibly a cliff or a large rock outcrop, dominates the foreground. The rock is a mix of brown, tan, and grey tones, showing signs of weathering and fracturing. Atop the rock, a small, vibrant green tree stands prominently. The background is a deep, dark blue-grey, suggesting a canyon or a steep, shadowed cliffside. The overall lighting is dramatic, with strong highlights on the rock's surface and deep shadows in the crevices and the background.

DAS IST DAS KOMISCHE AM LEBEN:

WENN MAN SICH WEIGERT,

IRGENDETWAS AUSSER DEM BESTEN ZU AKZEPTIEREN,

DANN BEKOMMT MAN ES SEHR HÄUFIG.

W. SOMERSET MAUGHAM

BEGREIFEN SIE DIESES *lebensverändernde Gesetz*

EIN KLEINER INDIANERJUNGE unterhielt sich mit seinem Großvater.

„Wie denkst du über die Lage in der Welt?“ fragte er. Der Großvater antwortete: „Ich habe ein Gefühl, als kämpften Wölfe in meinem Herzen. Einer ist voller Wut und Hass, der andere voller Liebe, Vergebung und Frieden.“ „Wer wird siegen?“ fragte der Junge. Darauf antwortete ihm sein Großvater: „Derjenige, den ich füttere.“ (Quelle unbekannt)

Diese schlichte kleine Geschichte enthält die Kernaussage eines lebensverändernden universellen Gesetzes: *Du wirst zu dem, woran du denkst*. Diese Worte sind fast zu einfach, um „wichtig zu erscheinen“. Wenn Sie sie jedoch begreifen, wenn Sie wirklich ihre Bedeutung verstehen, dann können Sie sich für alle Zeiten die Kraft einer positiven Einstellung nutzbar machen.

Einfach ausgedrückt: Wenn wir positive Gedanken denken, dann erhalten wir positive Ergebnisse – wenn wir negative Gedanken denken, dann erhalten wir negative Ergebnisse. Stellen Sie sich einfach einmal vor, jeder Ihrer Gedanken sei ein Saatkorn im

fruchtbaren Nährboden Ihres Geistes. Daher gilt, wie ich jemanden einmal sagen hörte: „Wenn man Wildäpfel pflanzt, kann man nicht erwarten, Golden Delicious zu ernten.“ Sie ernten die Früchte jener Gedanken, die Sie säen.

In seinem Bestseller-Klassiker *Die Kraft positiven Denkens* schrieb Dr. Norman Vincent Peale:

„Lerne zu erwarten, nicht zu zweifeln. Wenn du dies tust, dann bringst du alles in den Bereich des Möglichen ... Es ist erstaunlich, wie eine fortwährende Erwartung des Besten Kräfte in Bewegung setzt, die dafür sorgen, dass sich das Beste tatsächlich einstellt.“

*Ob du glaubst, du kannst,
oder glaubst, du kannst nicht ... du hast recht.*

HENRY FORD



*Zuerst bestimmen wir unsere Einstellung.
Dann bestimmt unsere Einstellung uns.*

DENIS WAITLEY

INNERE EINSTELLUNG