

Jeffrey Gitomer

DAS KLEINE GOLDENE BUCH
für eine

POSITIVE EINSTELLUNG



Wie Sie mit einem JA!
erfolgreicher durchs Leben gehen

REDLINE | VERLAG

© des Titels »Das kleine goldene Buch für eine positive Einstellung«
(ISBN 978-3-86881-004-2)
2009 by Redline Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.redline-verlag.de>

JA!
Einstellung

ERKENNTNISSE ÜBER IHRE INNERE EINSTELLUNG

Ihre Laune, Ihr inneres Glaubenssystem, Ihr Wunsch, ein guter, besserer, der beste Mensch zu sein, Ihre Fähigkeit, Gedanken zu verarbeiten und zu reagieren, Ihre Fähigkeit, mit anderen zu harmonisieren, Ihre Fähigkeit, Ihre eigenen Gefühle zu verstehen, Ihre Fähigkeit, Dinge aus einer anderen Perspektive zu betrachten ...
der **JA!**-Perspektive.

Wie wichtig ist eine positive Einstellung für Erfolg?

1

EINSTELLUNG IST
ALLES

– UND –

EINSTELLUNG IST
DIE GRUNDLAGE
FÜR
ALLES

1 Woher kommt eine positive Einstellung?

Eine positive Einstellung kommt von innen.

Eine positive Einstellung
hat nichts damit zu tun,
was Ihnen widerfährt.
Sie hat damit zu tun,
wie Sie auf das,
was Ihnen widerfährt, reagieren.

Eine positive Einstellung resultiert aus Ihrer Fähigkeit, Gedanken auf positive Weise zu verarbeiten, unabhängig von den äußeren Umständen. Und die sind nie hundertprozentig positiv. Aus diesem Grund erleben Sie Hochs und Tiefs, je nach Ihrem gedanklichen Verarbeitungsprozess und Ihrer Verwundbarkeit durch andere Menschen – trotz Ihrer Entschlossenheit, in jedem Moment positiv zu sein.

HIER DIE GUTE NACHRICHT: Je mehr Sie an Ihrer Einstellung arbeiten, desto weniger angreifbar werden Sie für deren negative Aspekte.

Der interessanteste Aspekt der Einstellung ist, dass „augenblicklich“ nur für deren negative Anteile gilt. Jemand kann Sie in Sekunden auf die Palme bringen (negativ), aber es kann Jahre dauern, eine positive Einstellung aufzubauen. Eine positive Einstellung ergibt sich aus Ihrem Denkprozess in Kombination mit Ihrer Entschlossenheit, sich die richtige mentale Verfassung anzueignen. Das ist nicht leicht zu erreichen, aber es lohnt sich, darauf hinzuarbeiten.

Der **JA!**-Faktor



Stellen Sie sich das Gefühl vor, Sie würden als Erster eine Ziel-
linie erreichen, ein Turnier gewinnen, eine große Aufgabe be-
wältigen oder einen Verkauf abschließen und am Ende eine
Siegergeste machen, zum Beispiel die Faust in den Himmel
recken und „**JA!**“ schreien.

Können Sie sich das vorstellen? Das ist ein glücklicher Moment,
ein freudiger Moment, ein triumphaler Moment, ein Siegermo-
ment, ein positiver Moment – und deswegen schreien Sie „**JA!**“.
Wäre es nicht cool, wenn jeder Augenblick Ihres Lebens so wä-
re? Wer oder was hält Sie davon ab? **ANTWORT:** Sie!

Der Grund dafür, dass **JA!** leichter zu verstehen ist als das Wort
„positiv“, liegt darin, dass **JA!** eine Erfahrung ist, die Sie schon
viele Male gemacht haben. Sie haben ein Rennen gewonnen,
eine Gehaltserhöhung durchgesetzt, Ihr Team hat das Turnier
gewonnen, Sie haben einen Kunden gewonnen – und Sie ha-
ben **JA!** geschrien.

Um eine positive Einstellung zu erreichen, muss man sie visua-
lisieren. Es ist leichter, **JA!** zu visualisieren, als „positiv“ zu
visualisieren. Wenn sich etwas Großartiges ereignet, schreit
niemand: „Positiv!“ Jeder schreit **JA!** Das ist der Unterschied.
Das ist der **JA!**-Faktor.

Kostenloser Red  Bit: Sie haben Ihr ganzes Leben lang
JA! geschrien. Brauchen Sie eine Auffrischung Ihres Gedäch-
nisses, um sich an diese *Ich-hab's-geschafft-Momente* zu erin-
nern? Rufen Sie die Website www.gitomer.com auf, registrieren
Sie sich bei Ihrem ersten Besuch als Nutzer, und geben Sie
I DID IT in die GitBit-Box ein.

1 Es gibt nichts Neues über Einstellung ... außer Ihre Einstellung

Schon in der Bibel wird positive Einstellung gepredigt. Jeder große Philosoph, jeder große Theologe und vor allem jeder große Experte in persönlicher Entwicklung predigt seit Jahrhunderten die Tugend des positiven Denkens, des positiven Handelns und der positiven Einstellung. Millionen Worte wurden über dieses Thema geschrieben (und werden erneut geschrieben).

Man sollte denken, bei dieser Fülle an Information, die zum Greifen nah liegt, würde jeder (auch Sie) eine positive Einstellung haben. Da lägen Sie aber falsch.

Sie können noch so viel lesen und anhören – bevor Sie nicht aktiv *beschließen*, dass Sie ein positiverer Mensch werden wollen, ein Mensch, der positiv denkt, handelt und spricht (proaktiv und reaktiv), wird Ihre Einstellung nicht positiv sein.

Nun haben Sie eine neue Chance,
sich mit der Lektüre dieses Buches
Ihrer Einstellung zu widmen.

Und Sie wollen natürlich sofort wissen: „Was habe ich davon?“

Also, Sie kluges Kerlchen, das ist ein negativer Gedanke. Warum nicht einfach denken: „Hey, ich bin in der Lage, mir als Ergebnis der Lektüre, des Studiums und der Anwendung der Prinzipien dieses Buches eine positive Einstellung und eine **JA!-Einstellung** anzueignen und all die wunderbaren Dinge zu erleben, die mir widerfahren werden.“



Sie werden sich in Ihrer Haut wohler fühlen, sich mit Ihrer Familie, Ihren Arbeitskollegen, Freunden, Ihrem Job, Ihrer Karriere und Ihrem Leben wohler fühlen. Sie werden Wahlmöglichkeiten deutlicher erkennen, und Sie werden eine Anziehungskraft auf Menschen und das Glück entwickeln, das Sie nie mehr verlassen wird.

ZUERST müssen Sie „es schaffen“. Und das erfordert **STUDIUM, ARBEIT** und **HINGABE**.

Ich habe mir im Alter von 26 Jahren eine **JA!-Einstellung** zugelegt. 34 Jahre später habe ich sie immer noch. Sie steht im Zentrum meines Seins, und das kann sie bei Ihnen auch.

Alles, was dazu nötig ist, ist ein **AHA!** Und das wird Ihnen eine ganz neue Denkweise eröffnen.

Wenn Sie einmal entdeckt haben, dass eine positive Einstellung Sie nichts kostet, müssen Sie sie studieren (von anderen Experten), sie erleben (positive Dinge und Menschen) und sie üben (mit Hingabe), bis Sie den Bogen raushaben. Verstehen allein reicht nicht; Sie müssen sich ganz darin versenken, bis die positive Einstellung ein Teil Ihres Seins ist, Ihren Körper, Ihren Geist und Verstand durchtränkt – und Sie mit Ihrer Einstellung verschmelzen.

Und dann ist es eine lebenslange Aufgabe, diesen Prozess täglich zu wiederholen. Das macht aber Spaß. Eine kurze tägliche Bekräftigung oder morgendliche Lektüre ist alles, was Sie tun müssen.

EINSTELLUNG IST EIN GESCHENK – das Sie sich selbst machen.
EINSTELLUNG IST EIN SEGEN – den Sie sich selbst erteilen.

Wenn Sie sich einmal eine positive Einstellung angeeignet haben, segnen Sie sich und andere, mit denen Sie in Kontakt kommen, für immer.

Das haben Sie davon, Sie kluges Kerlchen!

© des Titels »Das kleine goldene Buch für eine positive Einstellung«
(ISBN 978-3-86881-004-2)
2009 by Redline Verlag, FinanzBuch Verlag GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.redline-verlag.de>

1

Was ist eine positive Einstellung?

Die einfache Definition lautet: *Das ist die Art und Weise, wie Sie Ihre Denkweise bestimmen.* Interessanterweise ist das auch die Definition für eine negative Einstellung.

Die komplexere Definition lautet: *Es ist Ihre Entscheidung in Bezug auf Ihre Denkweise, eine positive Einstellung und positive Reaktionen zu zeigen.* Und: Ihre Entscheidung muss konsistent sein.

Die meisten Menschen haben gelegentlich eine positive Einstellung. Das bedeutet, dass einige Menschen immer negativ sind. Nur wenige Menschen sind immer positiv gestimmt. Und Sie wissen, wer diese positiven Menschen sind. Man erkennt das an ihrem Auftreten, der Art und Weise, wie sie sich geben und auf Ereignisse reagieren.

Aber wir wollen zu Ihrer Person zurückkehren, weil es letztlich Sie sind, für den Sie sich interessieren. Positiv ist eine Geisteshaltung, und alle Dinge, die darum kreisen, können diese Geisteshaltung entweder verstärken, auf die Probe stellen oder zerstören. Das ist eine andere Entscheidung.

Welche Entscheidungen haben Sie getroffen, und von welchen Dingen werden sie verstärkt?

Herausforderungen, welche die positive Einstellung auf die Probe stellen, gibt es überall. Und je mehr diese Sie betreffen, desto angreifbarer werden Sie. Eltern, Geschwister, Ehepartner und enge Freunde – sie alle beeinflussen Ihr Denken. Oft werden deren Probleme zu Ihren Problemen. Oft wird der Müll in deren Leben Ihr eigener Lebensmüll. Und oft senden Ihnen diese Bemitleidenswerten eine gedruckte Einladung, und Sie Narr nehmen sie an.



Ich? Ich gehe einfach weg. Ich reihe mich nicht in die Mitleidsparty ein. Ich konzentriere mich auf mich selber. (Wenn ich diese Party in einem Wort beschreiben müsste, würde dieses Wort ganz klar lauten: mitleiderregend.)

Ich? Ich studiere jeden Tag Einstellung. Dadurch wird mein positives Denken automatisch verstärkt.

Ich? Ich achte darauf, wie ich eine Situation in einen Sieg verwandeln kann – selbst wenn das bedeutet, dass ich mitten in das Negative hineinspringen und ein wenig kämpfen muss – um positiv daraus hervorzugehen.

Eine der schlimmsten Fehleinstellungen von Menschen besteht darin, Konflikte anzuheizen statt zu löschen. Großer Fehler. Mitarbeiter, die wegen Bagatellen nicht miteinander sprechen, Ehepartner, die sich gegenseitig voller Hass Worte an den Kopf werfen, die sich niemals zurücknehmen lassen, und Reaktionen in konfrontativen Situationen, die das Negative nur verstärken.

Denken Sie über Ihren letzten hitzigen Schlagabtausch nach. Wie war Ihre Reaktion auf die Situation? Wie sind Sie aus dieser Situation gegangen? Analysieren Sie die Abläufe, und Sie gewinnen Klarheit über die Diskrepanz zwischen Ihrer derzeitigen und einer positiven Einstellung.

Gibt es eine Formel? Selbstverständlich! Aber wie so viele andere Formeln ist auch diese abgedroschen. Und an der Oberfläche erscheint sie viel zu simpel, um als Motor einer so wichtigen Sache dienen zu können wie Ihrer Einstellung. Ich nenne Sie Ihnen später im Buch, wenn die Zeit zum Handeln gekommen ist.

Aber ich will Ihnen mit einem alten Zitat von Aldous Huxley einen Hinweis zu der Formel geben: „Es geht nicht darum, was Ihnen widerfährt, sondern wie Sie mit dem, was Ihnen widerfährt, umgehen.“