



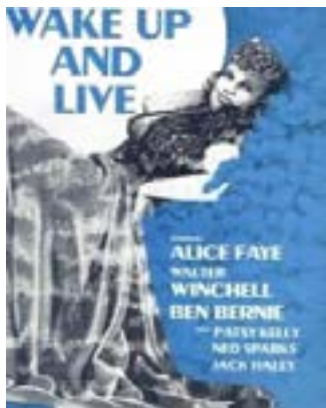
Ab jetzt GELINGT'S

Abgespeicherte Fehlschläge erfolgreich
ausblenden und konsequent auf
Erfolgskurs schwenken

DOROTHEA BRANDE

Diese Datei enthält eine Zusammenfassung des Buches „**Ab jetzt gelingt's - Abgespeicherte Fehlschläge erfolgreich ausblenden und konsequent auf Erfolgskurs schwenken**“ von **Dorothea Brande**.

Die Originalfassung „*Wake Up And Live*“ erschien 1936 und wurde über 1 Million Mal verkauft. Das Buch bildete 1937 auch die Vorlage zu einem Film. →



Dorothea Brande (1893 bis 1948) war eine US-amerikanische Schriftstellerin und Verlegerin mit Wohnsitz in New York City.

Sie stammte aus Chicago.

Bezugslinks:

[Paperback \(Taschenbuch\)](#)

[Hardcover \(Gedrucktes Buch mit Lesebändchen\)](#)

[E-Pub](#)

[PDF](#)

[Blick ins Buch](#) (Buch Nr. 4, ab Seite 43)

Selbsterkenntnis

Falscher Energieeinsatz:

Passivität oder gelegentliche unproduktive Spontanhandlungen.

Richtiger Energieeinsatz:

Nutzung unserer Energie im Dienste unserer reifsten und umfassendsten Idealvorstellungen.

Idealvorstellung: („Erfolg“)

Jeder Mensch versteht darunter etwas anderes. Das muss jeder Mensch für sich selbst entscheiden.

Beispiele:

Die Schauspielerin, welche international bekannt sein will, ist in diesem Sinne ebenso „erfolgreich“, wie die Mutter, deren Ziel gesunde und verantwortungsbewusste Kinder sind.

Der Erfolgsbegriff eines anderen Menschen kann von unseren eigenen Idealvorstellungen so stark abweichen, dass wir eventuell nicht nachvollziehen können, warum sich dieser Mensch für seinen Weg entschieden hat.

Erfolgsvoraussetzung:

Handeln Sie immer so, als wäre ein Scheitern ausgeschlossen!

Positiv formuliert:

**Handeln Sie immer so,
als wäre das Gelingen
garantiert!**

Das ist die Erfolgsformel,
welche Misserfolge in Erfolge
verwandelt.

Erfolgsüberzeugtheit:

Wenn wir in uns die Geisteshaltung aufbauen können, welche wir hätten, sobald die Verwirklichung unseres Wunsches bereits Tatsache ist, ist die erste Folge ein Mehr an Vitalität und Zuversicht.

Langfristige Folgen:

Als Nächstes öffnen sich die inneren Schleusen: Unser Denken und Handeln wird in die richtige Richtung gelenkt; wir gelangen in den „Flow“.

*Wie würden Sie sich fühlen,
wenn Sie absolut überzeugt wären,
dass alles, was Sie anfassen, unweigerlich gelingen wird?*

Wie würden Sie sich verhalten?

Sobald Sie diese innere Einstellung gewonnen haben, halten Sie sie eine Zeitlang aufrecht, so als würden Sie auf eine Aufforderung warten. Sie werden einen Energieschub bemerken.

Mit dieser Einstellung der Erfolgsüberzeugtheit brauchen Sie sich zu nichts mehr zu „zwingen“ oder zu „überwinden“.

Die fehlgeleitete Kraft bremste Sie bisher aus

Denn diese bisher unnötigerweise für das „Überwinden“ aufgewendete Kraft hat Sie bisher zurückgehalten. Diese Kraft hat Ihnen Zweifel und Ängste beschert, und Sie im Dunkeln tappen lassen.

Übertragen Sie diese Erfolgssequenz nun in Ihrer Vorstellung auf die aktuell anstehende Arbeit!

Räumen Sie den vor Ihnen liegenden Weg frei, indem **Sie die Eventualität des Scheiterns kategorisch ausschließen!**

Dann arbeiten Sie so lange, bis echte Müdigkeit einsetzt. Ein vorzeitiges Nachlassen der Konzentration ist lediglich der Versuch Ihres bisherigen Bewusstseinszustands, Sie wieder auf den Weg des Scheiterns zu lenken.

Sollte dies eintreten, halten Sie kurz inne, und sagen ein deutliches „*Nein! Das will ich nicht!*“

Dann arbeiten Sie weiter.

Tun Sie jeden Tag etwas, das Sie Ihren Zielen näherbringt. Die erste Frage, die Sie sich selbst stellen sollten, lautet immer:



„Wie würde ich mich jetzt verhalten, wenn das Gelingen hundertprozentig garantiert wäre?“

Im letzten Kapitel des Buches gibt Dorothea Brande noch zwölf Übungen, um den Geist zu schärfen und flexibler zu werden.