

Kapitel 1

Warum und wie ich eine gute Meinung von mir haben sollte

Ich flöße anderen so viel Vertrauen ein, wie ich mir selbst vertraue. Dieses Vertrauen ist einer der Schlüssel zum Erfolg.

Selbstvertrauen zu bekommen, ist einfach, wenn man sich einige Grundüberzeugungen zu eigen machen möchte.

Zunächst muss ich verstehen, dass wertvolle Menschen – mehr als andere – anfällig für Minderwertigkeitsgefühle sind. Dieses Minderwertigkeitsgefühl ist in Wirklichkeit ein gutes Zeichen, ein Zeichen dafür, dass man eine hohe Werteskala besitzt.

In Bezug auf die Vorstellung, die man sich von einem perfekten Menschen macht, neigt man dazu, sich selbst zu unterschätzen, sich selbst zu kritisieren, an sich selbst alle möglichen Defekte zu entdecken.

Doch es gibt nicht den geringsten Grund dafür, dass der kritische Geist zu Entmutigung führt. Er soll sich hingegen vorteilhaft auswirken: einerseits, weil dies zeigt, dass man einen Sinn für Werte besitzt, und andererseits, weil jede angenommene Kritik mir einen Verbesserungsspielraum bietet und mir Kraft und Mut gibt, um es zu schaffen.

Im Grunde genommen ist der, der keine gute Meinung von sich hat, oftmals auch derjenige, der Angst davor hat, eine positive Einschätzung von sich selbst zu haben, weil diese entweder zum Handeln oder auch dazu führt, sich als zuständig für die Konsequenzen der Tatenlosigkeit zu betrachten.

Ganz allgemein lässt sich sagen: Eine schlechte Meinung von sich zu haben, ist manchmal ein Anzeichen einer gewissen

Trägheit, die ich mit dem Start einer Tätigkeit überwinden kann.

Indem ich aktiv handle, grübele ich nicht mehr über meine angeblichen Schwachstellen nach. Ich werde mir anhand der Ergebnisse meines Handelns schnell bewusst, wie viele dieser Unzulänglichkeiten nur eingebildet waren – sie waren einfach nur Ausdruck einer Neigung zur geringsten Anstrengung.

Kurz gesagt: Selbstkritisch zu sein, ist ein gutes Zeichen (ein Zeichen für den hohen Perfektionsanspruch, den man an sich selbst stellt) und zugleich ein gutes Mittel, wirklich Großes zu vollbringen – unter der Voraussetzung, dass man vom Impuls zur Tat schreitet.

Wenn ich angesichts der Ergebnisse einer meiner Handlungen zu dem Urteil gelange, dass dieses Ergebnis nicht gut ist, dann gibt es für mich noch zwei mögliche Reaktionen:

- die träge Reaktion: Das Resultat ist nicht gut, also bin ich dafür nicht geeignet – es ist zwecklos, weiterzumachen.
- die Reaktion, die zum Erfolg führt: Das ist noch nicht das, was ich wollte, ich muss besser werden, noch einmal von vorne anfangen, wenn nötig, doch dann wird es so, wie ich es will.

Wichtig ist, zu betonen, dass der Reflex zu denken »das ist nicht gut« sehr häufig auftritt, wenn ein wertvoller Mensch sich über das Ergebnis seiner Tätigkeiten befragt. Sehr große Geister haben ihr Werk auf diese Weise mit einer zunächst gewissen Enttäuschung überprüft. Es war nicht das, was sie wollten – sie stellten hohe Anforderungen an sich selbst. Doch sie korrigierten sich, arbeiteten hart und verbesserten sich und gaben sich niemals geschlagen.

Unsere Unzufriedenheit zeigt nämlich, dass man zu einer zusätzlichen Anstrengung imstande ist, die zum Erfolg führt.

Kein Werk von Wert hätte jeweils das Licht der Welt erblickt, wenn sein Urheber nicht seinen kritischen Geist zur Vervollkommnung des Werkes eingesetzt hätte.

Es gibt Menschen, die, bevor sie eine Tätigkeit begonnen haben, glauben, weder die Begabung noch die nötigen Fähigkeiten zu besitzen, einfach weil sie diese Begabung oder diese Fähigkeiten überschätzen.

Es kommt darauf an, wem man eine Stelle, eine Funktion oder eine Beförderung anbietet. Es gibt diejenigen, die sie ängstlich ablehnen, weil sie sich nicht für bereit oder kompetent halten, während doch die Tatsache, dass ein anderer sie für geeignet hält, sie zum Nachdenken bringen sollte.

Tatsächlich sollte man stets seine Chance ergreifen, die Gelegenheit packen. Man sollte sich immer für geeignet halten, selbst auf die Gefahr hin, seine Anstrengungen verstärken zu müssen, um wirklich »bereit« zu sein.

Glauben Sie wirklich, dass Sie kein Talent und keine Fähigkeiten haben? Ach was! Jeder Mensch hat viele Talente und die vielfältigsten Fähigkeiten. Im Normalfall treiben ihn seine Begabungen und Fähigkeiten auf den richtigen Weg.

Talent und Fähigkeit fehlen nur selten – was jedoch am meisten fehlt, das ist der Glaube an dieses Talent und diese Fähigkeit. Das heißt, das Bewusstsein, getragen zu werden aufgrund des Vorhandenseins dieses Talents, um die nötigen Anstrengungen zu unternehmen, um es zum Ausdruck zu bringen, um es weiterzuentwickeln und um aus ihm den größtmöglichen Nutzen zu ziehen.

Fähigkeiten verpflichten! Ist das vielleicht der Grund, warum manche es nicht wagen, ihre Fähigkeiten unter Beweis zu stellen?

Demjenigen, der den Mut hat, seine Begabung unter Beweis zu stellen, gelingt es allein dadurch, sie weiterzuentwickeln.

Diejenigen, die Erfolg haben, sind nicht unbedingt jene, die das meiste Talent oder die meisten Fähigkeiten haben, sondern jene, **die sich trauen, zuzugeben, dass sie Talent haben**, das heißt die zu ihrem Talent stehen und solange keine Ruhe geben, bis sie ihm nicht in irgendeiner Form zum Durchbruch verholfen haben.

Und die sich niemals geschlagen geben!

Ein einfaches Beispiel: Der französische Schriftsteller Hervé Bazin erzählt, dass er in seiner Jugend zwei Bücher veröffentlicht hat, deren Titel er niemals verraten wird, weil er alle beide hat einstampfen lassen. Er erklärt: »Ich kämpfte damals um den Durchbruch. Ich habe es erst 15 Jahre später geschafft.«

In Wirklichkeit sind die, die scheitern, diejenigen, die sich – trotz ihrer Fähigkeiten – nicht trauen, diese Fähigkeiten unter Beweis zu stellen oder jedenfalls nicht mit genügender Ausdauer.

Wie kann ich eine schlechte Meinung von mir haben? Es kann sich dabei nur um ein Missverständnis oder einen Vorwand handeln.

So, wie sich die Bewegung im Gehen zeigt, **so zeigt und erhält sich die Bedeutung und der Wert eines Menschen beim Handeln.**

Der Zweifel soll mich also nicht entmutigen, sondern mich zum Handeln anregen. Er soll mein stärkster Anreiz werden.

Ich tue das, was mich »reizt«, zu tun – was mich ausreichend reizt, um dafür große Anstrengungen aufzuwenden.

Dem, zu dem mich meine Fähigkeiten anspornen, gebe ich mich ganz hin – ununterbrochen und ohne meinen Aufwand zu messen.

Wenn ich mit dem Ergebnis unzufrieden bin, beginne ich, falls erforderlich, von Neuem. **Ich schöpfe alle meine Handlungsmöglichkeiten aus, bevor ich entscheide, dass sie vergeblich waren.**

Meine Meinung und mein Denken über das, was ich geleistet habe, schafft das Resultat. Weil ich an mich und an mein Handeln glaube, dass alles, absolut alles, mir möglich sein wird.

Ich werde von nun an jede fruchtlose Selbstkritik einstellen.

Jedes Mal, wenn ich schlecht von mir dachte, nistete sich ein negatives Denken in mir ein, das nicht nur mein Handeln lähmte, sondern sich danach auch in meinen Haltungen, meinen Taten und meinem ganzen Sein widerspiegelte.

Ich verbiete mir ausdrücklich, mich zu kritisieren, nicht nur in Gedanken, sondern auch in Worten.

Niemals werde ich gegenüber anderen eine negative Meinung über mich selbst äußern, so belanglos diese Ansicht auch sein mag. Solche negativen Worte wirken sich nicht nur nachteilig auf andere aus, sondern beeinflussen in negativer Weise auch und vor allem mich selbst.

Die Kritik hat nur dann Sinn, wenn sie konstruktiv ist. Ich werde also nicht sagen: »Ich hätte dies oder das tun müssen«, ich werde es bei der nächsten Gelegenheit tun.

Ich unternehme die nötigen Anstrengungen und sage und denke daher: »Ich werde dies, ich werde das sein.«

Ich verbanne aus meinen Gedanken jede Negierung und ersetze sie durch die Bestätigung dessen, was dank meines Handelns verwirklicht werden wird.

Indem ich so nur positive, bejahende Gedanken, Gedanken über die künftige Entwicklung aufnehme, werde ich nicht nur meine

Persönlichkeit behaupten und immer mehr Selbstvertrauen bekommen, sondern mich dazu zwingen, meine positiven Gedanken zu realisieren.

Kapitel 1: Das Wichtigste auf einen Blick ...

- Der »Minderwertigkeitskomplex« ist ein gutes Zeichen.
- Wer keine gute Meinung von sich hat, ist im Allgemeinen der, der Angst hat, diese gute Meinung zu haben (weil diese zum Handeln drängt oder dazu, sich verantwortlich zu fühlen).
- Eine schlechte Meinung von sich zu haben, kann manchmal ein Anzeichen einer gewissen Trägheit sein, die man mit der Aufnahme einer Tätigkeit überwinden kann.
- Selbstkritisch zu sein, ist ein gutes Zeichen und zugleich eine gute Sache – unter der Voraussetzung, dass man vom Impuls zur Tat schreitet.
- Wenn man mit den ersten Ergebnissen einer Handlung nicht zufrieden ist, zeigt das, dass man zu einer zusätzlichen Anstrengung imstande ist, die zum Erfolg führt.
- Man sollte stets seine Chance ergreifen, die Gelegenheit packen. Man sollte sich immer für geeignet halten, selbst auf die Gefahr hin, seine Anstrengungen verdoppeln zu müssen, um wirklich »bereit« zu sein.
- Jeder Mensch hat viele Talente und Fähigkeiten, die ihn auf den richtigen Weg bringen, wenn er gut vorankommen möchte.
- Fähigkeiten verpflichten! Ist das vielleicht der Grund, warum manche es nicht wagen, ihre Fähigkeiten unter Beweis zu stellen?
- Der Zweifel soll mich also nicht entmutigen, sondern mich zum Handeln anregen. Er soll mein stärkster Anreiz werden.
- Diejenigen, die Erfolg haben, sind nicht unbedingt jene, die das meiste Talent oder die meisten Fähigkeiten haben, sondern jene, die sich trauen, zuzugeben, dass sie Talent haben, das heißt die zu ihrem Talent stehen und so lange keine Ruhe geben, bis sie ihm in irgendeiner Form zum Durchbruch verholfen haben.
- Und die sich niemals geschlagen geben!