

NAPOLEON HILL'S

*Sleutels
tot*

POSITIEF DENKEN

*10 stappen naar gezondheid,
welvaart en succes*

NAPOLEON HILL
MICHAEL J. RITT JR.



SLEUTELS TOT POSITIEF DENKEN

Napoleon Hill & Michael J. Ritt Jr.

Oorspronkelijke titel:
Keys to positive thinking
10 steps to health, wealth and success

Copyright © 1998 by Napoleon Hill Foundation, USA
All Rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, internet of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Copyright © 2009 voor deze uitgave:
Belfra Publishers for Success BV
The Netherlands
www.succesboeken.nl
email: info@succesboeken.nl
Vertaling: G. Hidde
Redactie: Eline Trentelman

ISBN: 9789079872121
NUR: 740

Trefw.: economie, bedrijf algemeen
persoonlijke en financiële ontwikkeling, psychologie, succes

De Bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan De Nieuwe Bijbelvertaling © Nederlands Bijbelgenootschap, Haarlem, 2004/2007

Inhoud



Dankbetuigingen

Inleiding

1	<i>Wat zal een Positieve Instelling voor je doen?</i>	1
2	<i>Stap één: neem met overtuiging bezit van je eigen gedachten</i>	19
3	<i>Stap twee: houd je gedachten op de dingen die je wilt en af van de dingen die je niet wilt</i>	31
4	<i>Stap drie: leef de Gulden Regel</i>	47
5	<i>Stap vier: verwijder alle negatieve gedachten door zelfonderzoek</i>	59
6	<i>Stap vijf: wees vrolijk! Maak anderen vrolijk!</i>	71
7	<i>Stap zes: creëer een gewoonte van verdraagzaamheid</i>	85
8	<i>Stap zeven: geef jezelf positieve suggesties</i>	97
9	<i>Stap acht: gebruik de kracht van gebed</i>	109
10	<i>Stap negen: stel doelen</i>	123

11	<i>Stap tien: studeer, denk en plan dagelijks</i>	135
12	<i>Iemand die zijn Positieve Instelling iedere dag aan het werk zette</i>	147
13	<i>Hoe nu verder?</i>	187
	<i>Aanbevolen literatuur</i>	189

*Met alle respect heb ik de vrijheid genomen u te tutoyeren.
Dit boek is in de mannelijke vorm geschreven. Uiteraard heb ik respect en bewondering voor de vrouwelijke lezer van dit boek.*

de auteur

Enkele Engelse woorden en uitdrukkingen zijn bewust niet vertaald; ze zijn in het Engels krachtiger dan in het Nederlands.

de uitgever

Dankbetuigingen



In een brief aan de Engelse wetenschapper Robert Hooke schreef Sir Isaac Newton: “Als ik verder heb gezien (dan Hooke en Descartes), komt dat doordat ik op de schouders van reuzen sta.”

Dat geldt ook voor mij. Als ik me permitteer om je over principes en gewoontes te vertellen die jouw leven kunnen veranderen, komt dat doordat mijn eigen leven veranderd is door reuzen die me toegestaan hebben de wereld vanaf hun schouders te bekijken.

Allereerst wil ik refereren aan William James, M.D., de psycholoog en filosoof. Hoewel ik de man niet kende, was hij het die een sterke theoretische basis verschaftte voor een *Positieve Instelling*. Ten tweede verwijs ik je naar Napoleon Hill, de buitengewone onderzoeker naar de geheimen van succes, die de eerste was om de principes van een *Positieve Instelling* vast te stellen en zijn bevindingen in zelfhulpboeken te onthullen.

Ik heb Napoleon Hill gekend en heb bijna twintig gedenkwaardige jaren met hem samengewerkt.

Ten derde heb veel te danken aan W. Clement Stone, reus onder de reuzen, die er onvermoeibaar naar gestreefd heeft anderen te leren wat hij zo succesvol zelf in praktijk heeft gebracht: de verbazingwekkende kracht van een *Positieve Instelling*.

—Michael J. Ritt Jr.

Inleiding



Je kunt je leven veranderen met dit boek. Het bevat de sleutel naar jouw succes: *Positieve Instelling*. Je kunt een *Positieve Instelling* bereiken en je dromen verwezenlijken, wanneer je de bewezen principes volgt, die in dit boek stap voor stap op een eenvoudige en duidelijke manier worden samengevat.

Een blik op het beloofde land

In de Bijbel wordt ons verteld dat Mozes, vlak voor het einde van zijn leven, door God naar de top van de berg Nebo werd geleid en daar liet Hij de grote leider het land zien dat aan de Israëlieten zou toebehoren.

Voordat je deze reis gaat beginnen om je leven onder controle te krijgen, verdien jij ook een blik op waar je naar toe gaat.

Je bent aan het einde gekomen van een oude manier

van leven en je zult al snel scheep gaan naar een nieuw begin.

Vanaf nu zul je de oude, energievretende, negatieve kijk op de wereld van je af gooien en vervangen door het onweerstaanbare, versterkende leven, dat met een *Positieve Instelling* samengaat.

Houd dit beeld van hoop vast – de hoop op wat een *Positieve Instelling* voor jou zal doen. Stel je vanaf nu voor:

- Dat je zult merken dat je een door God gegeven creatieve kracht in je hebt.
- Dat je controle over je emoties gaat krijgen, zodat je de creatieve kracht ervan altijd in jouw voordeel kunt laten werken.
- Dat je alle negatieve houdingen zult afschaffen die het gevolg waren van jouw ondoeltreffende reactie op ervaringen in het verleden.
- Dat je je angsten zult overwinnen, in het besef dat, als je ze toestaat om je gedachten te overheersen, ze een verwoestende invloed op je creatieve kracht hebben.
- Dat je in gedachten alleen maar goede dingen met je zult zien gebeuren, zodat deze creatieve kracht uitsluitend binnen een goed en positief raamwerk tot uiting komt.
- Dat je zult stoppen met het piekeren over je vroegere mislukkingen en tragedies en dat je ervoor zorgt dat ze zich in de toekomst niet zullen herhalen.

- Dat je je sterkste gevoelens en verlangens in de richting zult leiden van de dingen die je echt wilt in je leven.
- Dat je nooit bewust de creatieve kracht van een *Positieve Instelling* zult gebruiken voor zelfzuchtige of slechte doelen, in de wetenschap dat misbruik ervan jou en alles dat voor jou van waarde is, kan vernietigen.

Vanaf nu zal het bereiken van deze voordelen (je geboorterecht als mens) je doel zijn.

Niets kan je stoppen en de enige bron die je nodig hebt is je eigen toewijding om ze te laten gebeuren.

1

Wat zal een Positieve Instelling voor je doen?



Een *Positieve Instelling* stelt je in de gelegenheid om op hoop te bouwen en om wanhoop en ontmoediging het hoofd te bieden. Door het ontwikkelen en bezitten van een *Positieve Instelling*, zul je merken dat je geestestoestand constant heilzaam, gezond en productief is. Dit geldt zowel voor jouw reacties naar andere mensen toe, als bij het kiezen van je acties die je zullen leiden naar alle waardevolle dingen die je maar in je leven wilt. Het is ook geen wonder dat een *Positieve Instelling* de “**ik kan – ik zal**”-filosofie genoemd wordt.

Wanneer je een *Positieve Instelling* hebt, ben je blij met jezelf – en met anderen. Je zult die innerlijke opluchting, dat innerlijke licht, dat innerlijke gevoel hebben dat je in staat stelt om zelfrespect te hebben en je gelukkig te voelen.

Je zult vriendelijkheid en gelukkige omstandigheden aantrekken en de negatieve uitbannen.

De effecten van een *Positieve Instelling* zijn automatisch, maar het bereiken ervan is dat niet. Een *Positieve Instelling* vereist een continu proces van toepassen.

Niets helpt je zo naar succes dan het succes zelf...

Met wie zou je liever tijd doorbrengen?

- Met iemand die pessimistisch is, achterdochtig, nors en die altijd zeker weet dat een wolk in de lucht een voorbode van een storm is?
- Met iemand die optimistisch is, overtuigd van zichzelf, prettig in de omgang en altijd in staat is een probleem aan te pakken, een oplossing te vinden en de voordelen te optimaliseren.

Je ziet waarom een *Positieve Instelling* je in staat stelt om de vriendschap en medewerking te winnen van andere mensen, om alle obstakels te overwinnen en om problemen in kansen om te zetten.

Het is niet iets dat je gebruikt, wanneer het je uitkomt. Het is een onmisbaar onderdeel van je manier van leven. Een *Positieve Instelling* dient een *gewoonte* voor je te worden, die zo ingebed is dat je het altijd ten toon spreidt.

Door het regelmatig toepassen van een *Positieve Instelling* kun je het gebruiken zonder er bewust aan te denken. Net zoals je een knoopje vastmaakt of je schoenveters strikt. Het moet en kan net zo natuurlijk zijn als ademen.

Op een wegwijzer in de staat New York stond eens: "Kies zorgvuldig welk (wagen)spoor je neemt, je zit er de volgende 10 mijl aan vast."

We worden allemaal geregeerd door onze gewoontes. Of je gewoontes en het effect ervan positief of negatief zijn, hangt af van jouw keuzes.

Je kunt kiezen dat je niet toestaat dat je geest door negatieve gedachten overheerst wordt. Je kunt een bewuste keuze maken om wanneer negatieve ideeën en impulsen optreden, ze door positieve te vervangen.

Positieve gewoontes zullen automatisch je geest beïnvloeden om meer alert te zijn, je verbeelding om meer actief te zijn, je enthousiasme om te groeien en je wilskracht om sterker te worden.

Een *Positieve Instelling* trekt voordelen aan, zoals een magneet ijzer aantrekt. Een *Positieve Instelling* zal mensen, succes en rijkdom naar je toe trekken. Een optimistische opvatting is onweerstaanbaar.

Een *Positieve Instelling* behoedt en beschermt je tegen twijfel en wanhoop. Wanneer je tegenslagen krijgt in je leven – en die krijgt iedereen – zul je beschermd zijn tegen wanhoop en wordt voorkomen dat je door de omstandigheden overmand wordt.

Een *Positieve Instelling* stelt je in feite in staat om iedere situatie helderder te bekijken, zodat je tegenslag in een mogelijk succes kunt omzetten, door ervan te leren en die kennis in jouw voordeel te gebruiken.

Een *Positieve Instelling* is het juiste mentale antwoord op elk binnenkomend signaal van je zintuigen. Met een *Positieve Instelling* denk je op de juiste manier over iemand of over een omstandigheid, ga je er op de juiste manier mee om en reageer je er op de juiste manier op. Jouw geest en jouw leven zijn van jou en je kunt ermee doen zoals het jou goeddunkt.

Een *Positieve Instelling* leert je om constructief te denken en te handelen. Je kunt een *Positieve Instelling* gebruiken om je wensen en verlangens tot werkelijkheid te brengen.

Wanneer je leert om het beste te maken van wat je hebt, dan leer je kansen te grijpen waar anderen slechts een probleem zien. Je kunt de filosofie in praktijk brengen van Benjamin Disraeli, de beroemde Britse Eerste Minister: "We zijn niet de schepselen van omstandigheden; we zijn de scheppers van omstandigheden."

Een manier om jezelf te trainen om met een *Positieve Instelling* te handelen is om een *zelfmotivator* te kiezen. Een woord of een zin die voor jou betekenisvol is en die jou herinnert aan je toewijding aan een *Positieve Instelling* en de doelen die je nastreeft.

Door het vaak uit je geheugen op te halen, versterk je je voornemen tot handelen op de meest geschikte manier. Met name wanneer je jezelf geconfronteerd ziet

Het kiezen van een zelfmotivator

Je wilt een zelfmotivator die de belangrijkste kenmerken van een *Positieve Instelling* in je leven versterkt. Als je weet dat je een bepaalde instelling hebt die je wilt overwinnen, kun je je zelfmotivator daarvoor op maat maken.

Omdat jouw zelfmotivator zo'n integraal onderdeel van je leven gaat worden, kies je er een die jouw nobelste overtuigingen weerspiegelt. Op die manier zul je eraan herinnerd worden en geïnspireerd worden om altijd in overeenstemming daarmee te handelen.

Je doel is om een *congruent* persoon te worden: de persoon die je zegt te zijn en de persoon die je werkelijk bent één en dezelfde te maken.

Enige suggesties:

Behandel anderen zoals jij wilt dat anderen jou behandelen.

Ik voel me gezond, ik voel me gelukkig, ik voel me geweldig.

Doe het nu!

Wat ik kan bedenken en geloven, kan ik bereiken. Ieder probleem heeft het zaad van zijn eigen oplossing in zich.

Hoe, niet als.

Overwinning wordt behaald in centimeters, niet in kilometers.

Ik kan. Ik zal.

met een situatie waar in bijzonder een *Positieve Instelling* nuttig is.

Herhaal je zelfmotivator hardop vele malen door de dag heen. Zeg het voordat je naar bed gaat vijftig keer met gevoel en emotie.

Plak het op waar je het kunt zien: op de spiegel in de badkamer, op het dashboard van je auto, op je bureau-agenda, op de deur van de koelkast, in je portemonnee. Hoe meer je het herhaalt hoe meer het en de waarden die het uitdrukt, een gewoonte wordt.

Iemand die een Positieve Instelling gekoesterd heeft

Veel mensen hebben bijgedragen aan de ontwikkeling en de verfijning van het *Positieve Instelling*-concept.

William James (1842 – 1910) heeft geholpen een manier van denken te ontwikkelen die *pragmatisme* genoemd wordt. Hij was afgestudeerd aan de Harvard Medical School en is daarna aan de universiteit verbonden gebleven om anatomie, fysiologie, psychologie en filosofie te doceren. Volgens de ideeën van het pragmatisme tellen alleen de resultaten. Gedachten zijn een leidraad voor actie. Als een gedachte geen praktische acties tot gevolg heeft, is die niet nuttig.

James schreef: “Wees niet bang voor het leven. Gelof dat het leven waard is om geleefd te worden en jouw geloof zal dat feit creëren.”

De mensen uit de tijd van James waardeerden zijn theorieën en hij had veel volgelingen. Hij was ervan overtuigd dat het leven een strijd is tussen pessimisme en optimisme.

James was fel tegen negatief denken. “Het vult mensen met falen en twijfels,” zei hij. Volgens James zat het universum vol met *mogelijkheden*.

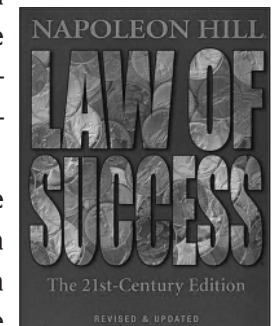
Mensen konden zichzelf enorm verbeteren als ze alleen maar hun ogen openden en op zoek gingen naar de mentale kracht die ze in zich hadden.

James geloofde dat ieder van ons beslist hoe onze toekomst eruit zal zien en dat: “We worden waar we de meeste tijd aan denken. De grootste revolutie van onze generatie is de ontdekking dat mensen het uiterlijk aspect van hun leven kunnen veranderen door de innerlijke instellingen van hun geest te veranderen.”

Napoleon Hill (1883 – 1970) was een ander die het stokje van een *Positieve Instelling* verder droeg. Hill heeft er zijn levenswerk van gemaakt om immens succesvolle mensen te interviewen.

Hij heeft uit die studie zeventien principes gedestilleerd die hij tot de eerste praktische filosofie van persoonlijke prestatie heeft samengesmeed.

Hill heeft deze principes in de diverse boeken die hij geschreven heeft opgesomd, onder meer in *Law of Success**, in een andere



bestseller *Denk groot & word rijk* en vele andere zelfhulpboeken.

Hill ontdekte iedere keer dat de mensen die hij bestudeerde allemaal een *Positieve Instelling* gemeenschappelijk hadden.

Over eentje schreef hij: "Andrew Carnegie had een obsessie. Hij geloofde dat alles in het leven dat het waard was om te hebben, het waard was om voor te werken. Ik geloof dat alles in het leven dat het waard is om te hebben en om voor te werken, het waard is om voor te betalen."

Willye White, een Olympische zilveren medaille winnaar, gelooft dat ook. Zij is de motivator achter Chicago's Robert Taylor Homes Girls Athletic Program.

Dit programma biedt 2500 meisjes, die in sociale huurwoningen leven aan de zuidkant van Chicago (in een achterstandswijk - vert.), de kans om via sport hun gevoel van eigenwaarde te verbeteren.

Wanneer de meisjes aan White vragen hoe ze onder het juk van het leven in een achterstandswijk uitkomen zegt ze: "Er zijn manieren om dat te doen. Maar vertel eens: welke prijs ben je bereid te betalen voor het verwezenlijken van je dromen? Een droom zonder plan is alleen maar een wens!"

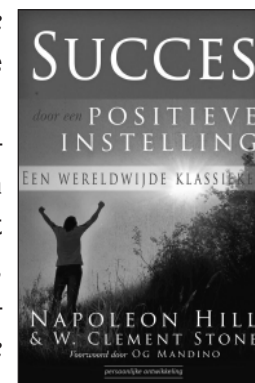
Hun zelfmotivator is: **Believe it, achieve it!** (*Geloof het, bereik het!* - vert.)



W. Clement Stone was een man met wie ik bijna vijftig jaar heb samengewerkt. Hij was een uitstekend auteur en een man die zijn enorme rijkdom verzamelde en deelde door middel van het gebruik en beheersen van deze principes.

Terwijl hij mede-auteur was (met Napoleon Hill) van het boek *Succes door een positieve instelling**, heeft hij een diepzinnige ontdekking gedaan.

De essentie van deze ontdekking was dat de basisprincipes van succes alleen effectief zijn bij het bereiken van waardevolle doelen, als ze constant versterkt en aangevuld worden door een *Positieve Instelling*.



Dat principe werd de hoeksteen van de filosofie van Stone en het thema dat al zijn schrijven tot een geheel maakt. Het decor stond er en een *Positieve Instelling* stond prominent in de spotlights.

Zoals de voorbeelden in dit boek je zullen laten zien, is een *Positieve Instelling* nog steeds het kenmerk van diegenen, die blijvend succes hebben behaald.

Wat is een Positieve Instelling?

Een *Positieve Instelling* is meer dan alleen maar een positieve kijk op het leven. Wanneer je het volkomen

begrijpt en het correct toepast, zul je zien dat het in werkelijkheid een vierledig proces is.

Het bestaat uit:

1. Een eerlijke en uitgebalanceerde manier van denken.
2. Een succesvol bewustzijn.
3. Een allesomvattende filosofie van het leven en
4. Het vermogen om met de juiste acties en reacties te blijven doorgaan.

Napoleon Hill definieerde een *Positieve Instelling* als volgt: het is “een zelfverzekerd, eerlijk en opbouwend denkpatroon, dat een individu creëert en onderhoudt, via methoden van zijn eigen keuze, als gevolg van de werking van zijn eigen wilskracht, gebaseerd op de motieven van zijn eigen aanpassing.”

W. Clement Stone voegde daar aan toe: “Een *Positieve Instelling* is de *juiste*, eerlijke gedachte, actie of reactie op een gegeven situatie of een aantal omstandigheden, voor hen die een *Positieve Instelling* hebben. Dat wil zeggen, gedachten, acties en reacties die de wetten van God of de rechten van je medemens geen geweld aandoen.”

Stone verklaarde verder: “Je bent het product van jouw afkomst, omgeving, fysieke verschijning, bewuste en onderbewuste geest, huidige positie en richting in tijd en ruimte en nog meer, waaronder bekende en onbekende krachten. Wanneer je met een *Positieve Instelling*

denkt, kun je enkele of al deze factoren beïnvloeden, gebruiken, controleren, in harmonie brengen of neutraliseren. Je kunt je gedachten sturen, je emoties controleren en je bestemming dicteren. Je bent een geest met een lichaam.”

Dus wat is een *Positieve Instelling*? Onderzoek de betekenis van de twee woorden die het concept van *Positieve Instelling* vormen:

Positief. Een *Positieve Instelling* is een kracht die verbonden is met “plus”-kenmerken als eerlijkheid, vertrouwen, liefde, integriteit, hoop, optimisme, moed, initiatief, vrijgevigheid, ijver, goedmoedigheid en goed gezond verstand.

Het is een mentale kracht, niet een lichamelijke kracht. Onthoud: “Je bent een **geest** met een lichaam.” Jouw controle ligt binnen je geest.

Instelling. Een *Positieve Instelling* hangt af van de juiste instelling, hetgeen gevoelens of stemmingen zijn. Je instelling houdt verband met je basisgevoel ten opzichte van jezelf, van andere personen, van een situatie, van een omstandigheid of van een ding.

Een *Positieve Instelling* is de lijm die al jouw pluskenmerken bindt. De krachtbron die jou in staat stelt een persoon te zijn die alles kan bereiken, zolang hetgeen je verlangt of doet niet in strijd is met de wetten van God en de rechten van anderen.

Eenvoudig gezegd, is een *Positieve Instelling* het juiste denkpatroon dat onvermijdelijk leidt tot de juiste acties en reacties.

Een *Positieve Instelling* is **de** stabilisator die jij en ik nodig hebben om iedere storm in het leven aan te kunnen. Op een schip is een stabilisator een soort schokbreker, een soort gyroscoop die vaartuigen in zwaar weer stabiel houdt.

Ik herinner me een reis op een ruige zee, maar vanwege de stabilisator van het schip was het een prettige reis en op geen enkele manier onaangenaam.

Jaren geleden, op eenzelfde soort reis, had het schip geen stabilisator en het was ruig, echt ruig weer. Maar iedere stabilisator, of het nu een gyroscoop is of wat anders, is waardeloos als het niet gebruikt wordt.

En zo is het ook met een *Positieve Instelling*. Het moet ontwikkeld en gebruikt worden. Mensen die geen *Positieve Instelling* jegens het leven en werk ontwikkelen worden ongelukkig. Sommigen ontwikkelen zelfs psychosomatische aandoeningen, of raken overspannen, omdat ze overstelpt worden door alle beroeringen in hun leven. En daarbovenop brengen ze allemaal ellende naar hun relaties en hun geliefden.

Door positieve gedachten te ontwikkelen en negatieve gedachten uit te bannen, gebruik je een effectieve, natuurlijke stabilisator die verreweg beter is dan welke mechanische gyroscoop dan ook.

Je hebt de macht om je gedachten te sturen, je emoties te controleren en aldus je bestemming te dicteren.

Hoe moet je het doen: de tien-stappen-ma- nier naar een Positieve Instelling

Wat je hier gaat leren is een eenvoudige, tien-stap-
pen-formule voor het ontwikkelen en onderhouden van
een *Positieve Instelling*.

De tien stappen zullen je niet alleen een *Positieve
Instelling* aanleren, ze zullen je aanmoedigen om het in
praktijk te brengen en door dat te doen, het een onder-
deel van je leven te maken.

Een Chinees gezegde met betrekking tot leren zegt
het volgende: "Ik hoor het en ik vergeet het. Ik zie het en
ik onthoud het. Ik doe het en ik begrijp het."

De tien stappen om een *Positieve Instelling* te ont-
wikkelen en te onderhouden vereisen meer van je dan
dat je ze alleen maar hoort en ziet – ze vereisen jouw
actie! Als je doet wat hier is samengevat, zal een *Posi-
tieve Instelling* van jou zijn.

De tien stappen zijn onderling verweven en iedere stap
versterkt de andere. Bedenk dat alle Nederlandse litera-
tuur uit slechts zesentwintig letters is samengesteld.

Alle muziek is samengesteld uit twaalf noten en alle
kleuren zijn samengesteld uit slechts drie primaire kleu-
ren. Stel je voor! Zo veel vanuit zo weinig.

Als een letter bij het schrijven weggelaten wordt, wat
gebeurt er dan? Wat als je bijvoorbeeld de klinker "a" uit
dit boek zou weghalen?

Als er een noot tijdens een concert consequent weg-

gelaten zou worden, zou je in plaats van harmonie, wan-klanken hebben.

Als een van de drie primaire kleuren, rood, blauw of geel, er niet zou zijn, zou je niet de kleuren hebben die je zoekt.

Als je alle nummers van een combinatie zou hebben behalve een, kun je de kluis niet in. Het is dus noodzakelijk dat je **alle** tien stappen voor een *Positieve Instelling* leert en gebruikt.

Deze tien stappen zijn de kern van de zaak – ze zijn de sleutels van jouw “leren door te doen”. Elke stap bevat een *leren door te doen*-suggestie, die je zal helpen die bewuste stap in jouw mentale opmaak te integreren.

Iedere stap bevat ook een korte *zelftest*. We houden geen score bij met die testen.

Ze zijn namelijk ontworpen om je aan te zetten je manier van denken over een *Positieve Instelling* te onderzoeken en je ideeën over alle manieren waarop een *Positieve Instelling* in je leven toegepast kan worden, uit te breiden.

Aan het einde van iedere stap zul je ook *woorden van wijsheid* aantreffen; inspirerende commentaren van anderen die de waarde van een *Positieve Instelling* hebben geleerd. Een speciale *bonustip* laat jou dan iets concreets zien dat je kan helpen om een *Positieve Instelling* te laten werken.

Hoe je de tien-stappen-manier naar een *Positieve Instelling* gebruikt, is natuurlijk aan jou, maar hier is een methode die je zou kunnen volgen:

1. Lees eerst alle tien stappen.
2. Concentreer je iedere dag, tien dagen lang, op een stap. Daarmee maak je het een onderdeel van je routine.
3. Herhaal dit proces. Herhaling is een belangrijk aspect van leren. Je zou er voor kunnen kiezen om opnieuw door de tien stappen heen te gaan en weer en weer, totdat je ze door en door kent en toepast.

Een andere mogelijkheid zou kunnen zijn om een week per stap te nemen en het in alle onderdelen van je leven toe te passen. Na tien weken zul je goed op weg zijn naar het afstuderen als student van een *Positieve Instelling*, een expert in het toepassen ervan op jezelf en op ieder persoon, omstandigheid en gebeurtenis die op je pad komt.

Bijkomende voordelen van een Positieve Instelling

Met de belofte dat je je een *Positieve Instelling* eigen zult maken, komt een andere belofte – de belofte dat deze formule je zal helpen om een volkomen nieuwe en schitterende persoon te ontdekken die nu slapend in jou aanwezig is.

Je zult een nieuw, gelukkig, opwindend zelf ontdekken. Door deze formule te volgen kun je op ieder moment van je leven een vrolijke en *Positieve Instelling*

krijgen en houden, zelfs al krijg je met problemen of moeilijkheden te maken.

W. Clement Stone zegt: “Wanneer ik een zakelijk probleem heb, of een ander probleem, zeg ik, ‘Dat is goed’, en dan zeg ik, ‘Nu, wat is er dan zo goed aan?’, en dan zoek ik uit hoe ik deze nadelen in voordelen kan omzetten.”

En als iemand een echt probleem heeft, hebben ze veel, heel veel geluk. Dat wil zeggen, ze hebben geluk als ze een *Positieve Instellings*-filosofie aannemen.

Als je problemen hebt en je hebt een *Positieve Instelling* dan bedenk je dat deze problemen wel eens *vermomde zegeningen* zouden kunnen zijn.

Je zult dan weten dat er niemand is die echt succesvol is, die niet kan terugkijken op een periode in zijn leven waarin hij een ernstig probleem had dat hij op een intelligente manier heeft opgelost.

Als je een ernstig probleem hebt zou je op dat moment natuurlijk kunnen denken dat je heel onfortuinlijk bent. Maar een van de beste zelfmotivators – een die ik van harte aanbeveel – is:

“In iedere tegenslag zit het zaad van een gelijkwaardig of groter voordeel.” Anders gezegd: “Ieder nadeel heeft zijn voordeel.”

Je kunt het enthousiasme en de opwinding meemaken door te merken dat een *Positieve Instelling* je helpt ieder waardevol ding dat je in het leven verlangt te krijgen.

Je hebt er alleen maar je toewijding voor nodig om een *Positieve Instelling* voor jou te laten werken.

En, ongeacht hoe vreemd deze manier van denken jou in het begin kan lijken, hoe meer je het in praktijk brengt, hoe meer je de vele beloningen zult oogsten.

Waarom begin je niet *nú*?

2

Stap één: neem met overtuiging bezit van je eigen gedachten



Er is maar een weg naar een *Positieve Instelling*: je zult met *overtuiging* controle over je eigen geest moeten nemen. Jouw geest is een van de grote wonderen van het universum.

Astronoom, wiskundige en natuurkundige Freeman Dyson zegt over de geest:

Het is opmerkelijk dat de geest ons bewustzijn van de natuur op twee gescheiden niveaus binnenkomt.

Op het hoogste niveau, het niveau van het menselijk bewustzijn, is onze geest zich op de een of andere manier direct bewust van de ingewikkelde stroom van elektrische en chemi-