

ANTHONY  
ROBBINS

# Das Prinzip des geistigen Erfolgs

Der  
Schlüssel  
zum Power-  
Programm



ullstein



Anthony Robbins gilt seit Jahren als einer der bekanntesten und wichtigsten Motivationstrainer. In seinem Buch *Das Prinzip des geistigen Erfolgs* beschreibt er in Grundzügen die Strategien, auf denen seine Erfolgs-Seminare beruhen. Robbins verwendet dabei häufig eigene Erlebnisse oder Geschichten und Zitate bekannter Persönlichkeiten zur Illustration. Und damit gelingt es ihm, den Lesern seine Botschaft zu übermitteln. Das Buch ist eine Einstiegslektüre für Menschen, die etwas in ihrem Leben verändern wollen. Es gibt zwar praktische Tipps und Strategien, macht aber Appetit auf mehr, zum Beispiel auf das *Robbins Power Prinzip*. Man kann das Buch aber gut als Startpunkt verwenden, um die eigene Bereitschaft für Veränderungen zu überprüfen und gegebenenfalls auszubauen.

ANTHONY ROBBINS, geboren in Azusa (Californien), ist heute laut Forbes einer der 20 einflussreichsten Persönlichkeiten der USA und anerkanntesten Persönlichkeitstrainer weltweit.

Von Anthony Robbins sind in unserem Hause außerdem erschienen:

*Grenzenlose Energie – Das Power Prinzip*  
*Das Robbins Power Prinzip – Befreie die innere Kraft*

Anthony Robbins

# Das Prinzip des geistigen Erfolgs

Der Schlüssel zum Power-Programm

Aus dem Amerikanischen  
von Thomas Görden

Ullstein

Besuchen Sie uns im Internet:  
[www.ullstein.de](http://www.ullstein.de)

**Wir verpflichten uns zu Nachhaltigkeit**



- Klimaneutrales Produkt
- Papiere aus nachhaltiger  
Waldwirtschaft und anderen  
kontrollierten Quellen
- [ullstein.de/nachhaltigkeit](http://ullstein.de/nachhaltigkeit)



Neuausgabe im Ullstein Taschenbuch

1. Auflage Juli 2023

© für die deutsche Ausgabe Ullstein Buchverlage GmbH,  
Berlin 2004 / Allegria TB

© der deutschsprachigen Ausgabe 1997 by

Willhelm Heyne Verlag GmbH und Co. KG, München

© der Originalausgabe 1991, 1995 by Anthony Robbins

© 1995 der Originalausgabe Simon & Schuster, USA

Titel der englischen Originalausgabe: *Notes from a Friend*,  
erschieden 1995 bei Simon & Schuster Inc., New York.

Umschlaggestaltung: zero-media.net, München

Titelabbildung: © Dave Kotinsky / GettyImages (Foto);

© FinePic®, München

Gesetzt aus der Times Ten

Druck und Bindearbeiten: ScandBook, Litauen

ISBN 978-3-548-06794-0

# INHALT

Über dieses Buch

9

Danke

11

Einleitung: Eine persönliche Geschichte

17

Erste Lektion: Wenn uns alles über den Kopf zu wachsen  
scheint ... wie wir das Steuer herumreißen können

27

Zweite Lektion: Versagen gibt es nicht

35

Dritte Lektion: Der Entscheidungsstarke:  
Nichts kann ihn stoppen

39

Vierte Lektion: Einen starken Glauben aufbauen und ...  
loslegen!

53

Fünfte Lektion: Man bekommt, was man sieht

61

Sechste Lektion: Fragen sind die Antwort

67

Siebte Lektion: Ihr Körper kann Ihnen helfen,  
glücklich zu sein

77

Achte Lektion: Das Vokabular des Erfolgs

85

Neunte Lektion: Stehen Sie »Mit dem Rücken  
zur Wand«? Schaffen Sie den Durchbruch  
mit einer neuen Metapher!

93

Zehnte Lektion: Die richtigen Ziele –  
Fundament für eine glückliche Zukunft

99

Elfte Lektion: Die mentale Herausforderung –  
ein Zehn-Tage-Programm

113

Willkommen in einer Welt des Mitgefühls

117

Epilog

121

Über den Autor

123

Über die Anthony Robbins Stiftung

125

Für all jene, die begriffen haben, daß die Liebe im Leben das größte Geschenk ist, und daß es die größte Freude ist, diese Liebe mit anderen zu teilen.

Ganz besonders für die Helfer und Mitarbeiter der Anthony Robbins Stiftung, deren unablässiges Bemühen das Leben vieler Menschen rettet, verbessert und verwandelt.