

GLÜCKSGESCHENKE
HERMANN SCHERER



ISBN 978-3-86936-905-1

Umschlaggestaltung: Verena Lorenz

Satz und Layout: Christina Pörsch

Druck und Bindung: Salzland Druck, Staßfurt

© 2019 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise,
nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Printed in Germany.

www.gabal-verlag.de

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografi-
sche Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



HERMANN SCHERER

GLÜCKS GESCHENKE

Inspirationen für ein Leben
voller motivierender Momente

GABAL



**„DAS LEBEN IST WIE EINE SCHACHEL PRALINEN.
MAN WEIß NIE, WAS MAN KRIEGT.“** Forrest Gump

Glücksforscher haben den Schlüssel zum Glück gefunden: Es ist die Überwindung. Es gibt sie tatsächlich, die Glücksforscher, sie erforschen die Bedingungen, unter denen Menschen glücklich sind oder sich als glücklich bezeichnen.

Dabei hat das Glück mit dem Deutschen eine besondere Herausforderung: Denn unsere Sprache ist die einzige, die in dem Wort „Glück“ zwei Konzepte vereint, die überall sonst getrennt sind: Das Zufallsglück (luck) und das Lebensglück (happiness). Auch wenn das Zufallsglück oft Einfluss auf das Lebensglück nimmt, so steht es doch nicht im Fokus der Glücksforschung.

Glück kann man – manche mögen es nicht glauben – als Ziel und Sinn des Lebens bezeichnen. Denn letztlich laufen alle anderen Ziele nur auf das eigene Glück oder das Glück anderer (und damit wieder auf das eigene) hinaus.

Die Forschung unterscheidet dabei zwischen passivem und aktivem Glück. Passives Glück ist das Glück aus der Achtsamkeit, wenn ich etwas wahrnehme: Das schöne Wetter, die Natur, die eigene Zufriedenheit und die Fülle des Lebens.

Das schönste passive Glück erlebe ich oft in besonderen Situationen. Wenn ich nachts, längst ist die Stille hereingetreten, im Bett liege und meine Kinder atmen höre, weine ich still vor Glück. Oder so ein Moment wie der jetzt gerade, während ich diese Zeilen schreibe. Ich fliege nach Hause, von Innsbruck nach Frankfurt diesmal. Ich fühle Glück, wenn der Flieger aus dem Tal zwischen den majestätischen Bergen heraus startet, immer höher steigt und ich den Schatten des Flugzeugs an den Bergwänden verfolgen kann. Im Gegensatz zum passiven Glück steht das aktive Glück. Dieses können wir bewusst ansteuern, schließlich ist Glück ja eine Überwindungsprämie. Denn wir Menschen verspüren Glück immer dann, wenn wir etwas erreicht, erschaffen, vollendet haben. Psychologisch gesehen erreichen wir immer dann etwas, wenn wir uns überwunden haben. Sobald wir an einem Ziel ankommen, schließt sich die Lücke zwischen Ist und Soll, für die wir unsere Komfortzone verlassen haben. Deshalb gilt es – neben dem Glück der Achtsamkeit –, sich immer wieder zu überwinden und so immer wieder glücklich zu sein. Wer morgen glücklicher sein wird, überwindet sich heute, immer neu. Denn Glück ist kein Dauerzustand, sondern ein – manchmal recht flüchtiger – Moment.

„ERFOLG IST EINE ÜBERWINDUNGS

Jetzt wissen wir also, warum wir Erfolg wollen: Erfolg macht glücklich! Genau genommen nicht der Erfolg selbst, sondern der Weg dahin, auf dem wir Hürden überwinden müssen. Je höher diese Hürde, die nötige Überwindung, desto größer das Glücksgefühl, wenn Du es geschafft hast.

Dabei sind diese Hürden sehr individuell. Wenn ein guter Läufer einen Kilometer läuft, dürfte dies sein Glücksgefühl nur marginal steigern. Ganz anders ein ungeübter Anfänger, der – zu Recht – auf den einen Kilometer sehr stolz sein wird. Ein anderer, der gerade erst eine Krankheit oder die Folgen eines Unfalls überwunden hat, wird mit 500 Metern glücklich. Ein Athlet dagegen, der zu den Olympischen Spielen will, muss ganz andere Strecken überwinden.



PRÄMIE”

JE HÖHER DIE

D

M

FÜHR

A photograph of a young man and woman sitting on a rocky cliff edge at sunset. The man is on the left, wearing a white cap and a dark shirt, looking out over the horizon. The woman is on the right, wearing a grey sweater, looking towards the man. The sky is a mix of orange, yellow, and blue, and the landscape below is a vast, hazy expanse. The text 'DESTO GRÖßER DAS GLÜCKSGEFÜHL.' is overlaid in white, stylized font across the lower half of the image.

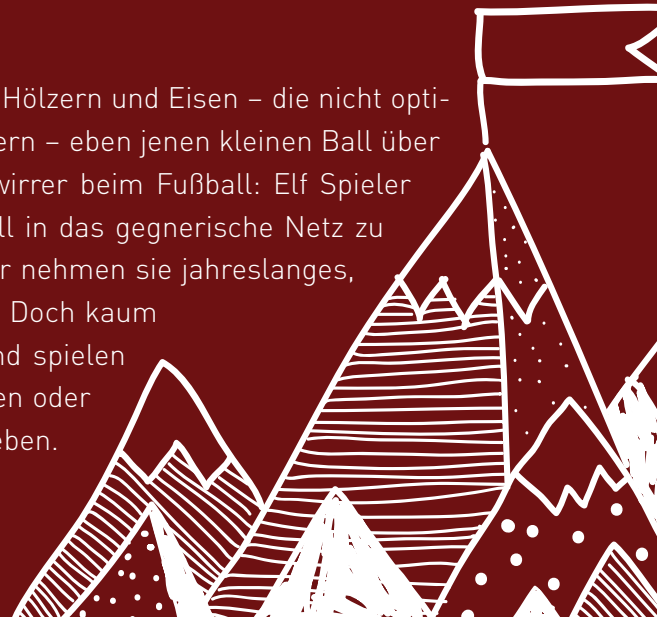
DESTO GRÖßER DAS
GLÜCKSGEFÜHL.

BANANA

Vielleicht ist das ja der Grund, warum so viele Menschen Dinge tun, die bei nüchterner Betrachtung sehr banal sind: Viele Freizeitbeschäftigungen sind Überwindungsprämien. Nehmen wir das Bergsteigen. Es kostet schon Überwindung, die Höhen hinaufzusteigen oder gar zu erklettern. Und was machen die Menschen, wenn sie oben sind? Eine kurze Brotzeit, dann gehen sie wieder runter. Nüchtern betrachtet hätten sie auch unten bleiben können, doch wo wäre dann die Überwindung und damit das Glück geblieben?

Glücklos.

Ähnlich beim Golf: Menschen versuchen mit vielen Hölzern und Eisen – die nicht optimal sind, um einen Golfball zielgerichtet zu befördern – eben jenen kleinen Ball über 17 Löcher in das 18. Loch zu bekommen. Noch wirrer beim Fußball: Elf Spieler versuchen unter großen Anstrengungen, einen Ball in das gegnerische Netz zu bringen, um das dann ausgelassen zu feiern. Dafür nehmen sie jahreslanges, hartes Training und schwere Verletzungen in Kauf. Doch kaum ist der Ball im Netz, holen sie ihn wieder raus und spielen weiter. Als wollten sie noch einmal glücklich werden oder dem Gegner eine Chance auf sein eigenes Glück geben.



LITÄT

Denn Fußball bietet die Möglichkeit, in 90 Minuten viele Glücksmomente zu schaffen. Glück ist schließlich eine Überwindungsprämie. Darum gibt es einen riesigen Markt für Überwindungsmöglichkeiten. Es gibt unzählige Anbieter und Vermarkter von Abenteuern und Abenteuerchen. Manche sind eher „Teuerchen“, wenn Gutscheine nicht eingelöst werden. Es ist eine schwer verständliche Besonderheit, sein Leben gegen Gutscheine einzutauschen, die sich oft genug nicht wie Gutscheine, sondern wie Schlechtscheine anfühlen. **Das Leben selbst sollte die Sahneschnitte sein**, doch „Erlebnisgutschein“ klingt für mich eher nach Magerquark und damit Ersatzbefriedigung für alle, deren Leben so gar kein Rummelplatz ist. Warum auch immer ...

Wer auch ohne dieses perfide System der Überwindungsmöglichkeiten noch glücklicher werden will, steigt aus der Komfortzone aus, **stürzt sich ins tägliche Leben und macht sein Leben zu einem (kleinen) Abenteuer**. Das muss keine Weltreise sein. Das können Mikro-Abenteuer, kleine Erlebnisse, Änderungen im Leben direkt vor der Haustür sein.



GLÜCK IST EINE ENTSCHEIDUNG

Glück ist eine Entscheidung, eine Entscheidung, sich zu überwinden, sich zumindest ein bisschen ins Leben zu stürzen. Manchmal ist es eine einzige Entscheidung, die über unser Leben entscheidet. Und was kostet es schon, Träume wahr werden zu lassen?

Es kostet Mut.

Dieses Buch will beides. Mit der grafisch schönen Gestaltung kann man sich im Glück der Achtsamkeit üben und die schönen Dinge, die andere geschaffen haben, einfach genießen. Hingegen die Zitate, Sprüche und Geschichten sollen Dich inspirieren, aus Deinem Leben ein Abenteuer mit vielen neuen Überwindungen zu machen – **und damit Dein Glück zu erobern.**



DELAND

MANDALAY BAY

Herzlich willkommen
im
Abenteuer Leben



MACH
JEDEN MORGEN
DEIN BETT !


Rituale machen glücklich. Ich selbst habe einige wenige Rituale, zum Beispiel dass ich meinen Laptop erst dann zuklappe, wenn der Posteingang-Ordner meiner E-Mails leer ist, oder mein kurzes In-mich-Gehen, kurz bevor ich für einen Vortrag auf die Bühne trete. Dieses Ritual von William H. McRaven, einem ehemaligen Admiral der United States Navy Seals, hat mich besonders beeindruckt:

Jeden Morgen in der Navy-Seal-Grundausbildung tauchten unsere Lehrer, die zu dieser Zeit alle Vietnam-Veteranen waren, in unserer Kaserne auf und inspizierten als Erstes unser Bett. Wenn du es richtig gemacht hast, mussten die Ecken quadratisch sein, die Bezüge festgezogen, das Kissen direkt unter dem Kopfteil zentriert und die zusätzliche Decke ordentlich zusammengelegt am Fuß des Bettes. Es war eine einfache Aufgabe – bestenfalls banal. Jeden Morgen mussten wir unser Bett perfekt machen. Es erschien mir damals ein wenig lächerlich, vor allem angesichts der Tatsache, dass wir echte Krieger sein wollten, harte, kampferprobte Seals, aber die Weisheit dieses einfachen Aktes hat mich viele Male bestärkt.

Wenn Du jeden Morgen Dein Bett machst, hast Du die erste Aufgabe des Tages erledigt. Es gibt Dir ein kleines Gefühl des Stolzes, und es wird Dich ermutigen, eine weitere Aufgabe und eine weitere und eine weitere zu erledigen. Am Ende des Tages haben sich aus dieser einen Aufgabe viele Aufgaben ergeben. Wenn Du Dein Bett machst, wird Dich dies bestärken, dass kleine Dinge im Leben keine kleine Rolle spielen. Wenn Du die kleinen Dinge nicht richtig machen kannst, kannst Du niemals die großen Dinge richtig machen.

Und wenn Du einen miserablen Tag hast, wirst Du nach Hause zu einem ordentlichen Bett kommen, das jeden Tag ordentlich gemacht wird – das Du gemacht hast. Und Du wirst daraus neuen Mut schöpfen, dass morgen alles besser wird.

Wenn Du also die Welt verändern willst, mach Dein Bett.



Viele Menschen, insbesondere die, die andere Menschen motivieren wollen, sagen: „So wie Du eine Sache machst, so machst Du alles im Leben.“ Oftmals wird diese Aussage in Motivationsseminaren als Grundlage genommen, um Leidenschaft und Exzellenz einzufordern. Natürlich stimme ich dem zu. So viele Menschen machen alles im Leben mit einer solchen Mittelmäßigkeit, geradezu einer Lebenslähmung, dass man daran ersticken könnte. Man kann am Verhalten antizipieren, dass ein neues Projekt – mit der alten Haltung – kaum bessere Ergebnisse bringt als die Vergangenheit. **So wie Du eine Sache machst, so machst Du alle.** Andererseits: So sehr die Aussage stimmen mag – so verkehrt ist sie für mich. Ich strebe gerne die Weltmeisterschaft an. Ich liebe Exzellenz, Leidenschaft und Spitzenleistung. Und dennoch bin ich mir meines beschränkten Potenzials bewusst, mit dem ich es in meinem Leben – wenn überhaupt – in nur einer Klasse zur Olympiade bringe. Ich habe nicht die Fähigkeit, in jeder Disziplin des Lebens zu gewinnen. Darum bin ich in vielen Dingen nicht exzellent, nur Durchschnitt, einfach nur Mittelmaß und manchmal weniger als Mittelmaß, wissend um den Fokus, den ich benötige, um in den Bereichen des Lebens, jenseits vom Mittelmaß, outstanding zu sein, für die ich angetreten bin.

A hand holding a pen, with a textured surface in the background and a bright light source in the upper left corner. The word 'Fokus' is written in a white, cursive font, and 'Jenseits vom Mittelmaß' is written in a white, sans-serif font below it.

Fokus

Jenseits vom Mittelmaß

WÄHREND

sich manche nach Jahren immer noch die Frage stellen,

ob sie auf dem richtigen Weg sind,

haben die **ERFOLGREICHEN**

den Weg, auf dem sie gehen,

einfach zum richtigen gemacht.



WENN DU IMMER DEN
ÜBERBLICK BEHÄLTST,
IMMER HERR DER LAGE BIST,
DANN DÜRFTES DEIN LEBEN
LANGWEILIG SEIN.

ORANGEN KAUFEN FÜR PROFIS

Ein junger Mann wollte für ein angesehenes Unternehmen arbeiten. Er bewarb sich und wurde zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen, er bekam den Job. Ehrgeizig wie er war, setzte er sich sein nächstes Ziel: eine Beförderung. Er wollte Abteilungsleiter werden. Er erledigte immer alle seine Aufgaben. Er begann früh am Morgen und blieb lange im Büro, damit sein Chef auf jeden Fall mitbekam, dass er Überstunden machte. Jahre später wurde eine Stelle als Abteilungsleiter frei. Zu seiner Bestürzung erfuhr der junge Mann, dass ein anderer Mitarbeiter, der erst sechs Monate im Unternehmen war, befördert worden war. Er stürzte zu seinem Chef und verlangte eine Erklärung. Der kluge Vorgesetzte entgegnete: „Bevor ich Ihre Frage beantworte, würden Sie mir einen Gefallen tun?“ „Ja, natürlich“, erwiderte der Angestellte. „Würden Sie in den Supermarkt gehen und ein paar Orangen kaufen? Meine Frau braucht welche.“ Der junge Mann erklärte sich einverstanden und ging in den Laden. Als er wiederkam, fragte der Chef: „Nun, welche Sorte haben Sie gekauft?“ „Orange“, erwiderte der junge Mann er-

staunt. „Sie wollten doch, dass ich Orangen kaufe, und das habe ich gemacht. Hier sind sie.“ „Wie viel haben sie gekostet?“, fragte sein Chef. „Das weiß ich nicht genau“, gab er zur Antwort. „Sie hatten mir 30 Dollar gegeben. Hier sind der Beleg und das Wechselgeld.“ „Vielen Dank“, erwiderte sein Chef. „Jetzt setzen Sie sich bitte.“

Der Vorgesetzte rief nun den Mitarbeiter herein, den er befördert hatte, und stellte ihm die gleiche Aufgabe. Auch dieser erklärte sich einverstanden und ging in den Supermarkt. Als er kurz darauf wiederkam, fragte der Chef: „Welche Sorte haben Sie gekauft?“ „Nun ja“, erwiderte er. „Es gab ziemlich viele Sorten – Navelorangen, Blondorangen, Blutorangen, Mandarinen und noch mehr. Ich wusste nicht, welche ich kaufen sollte. Sie hatten ja gesagt, dass Ihre Frau welche brauche, und so habe ich sie angerufen. Sie erzählte mir, dass sie eine Party plane und Orangensaft machen möchte. Also habe ich den Verkäufer gefragt, welche Sorte den besten Saft gibt. Er erklärte mir, dass die Blondorangen besonders süß und saftig seien, also habe ich diese Sorte genommen. Ich habe sie auf dem Rück-

ORANGEN

weg bei Ihnen zu Hause abgeliefert. Ihre Frau hat sich sehr darüber gefreut.“

„Wie viel haben sie gekostet?“, fragte sein Chef. „Tja, das war auch so eine Sache. Da ich nicht wusste, wie viele ich kaufen soll, habe ich Ihre Frau gefragt, wie viele Gäste sie erwartet. Zwanzig, erfuhr ich. Dann habe ich den Verkäufer gefragt, wie viele Orangen man braucht, um Saft für zwanzig Leute zu machen. Es waren ziemlich viele. Daraufhin habe ich um einen Mengenrabatt gebeten, und diesen auch bekommen. Eigentlich kostet so eine Orange 75 Cent, aber ich habe nur 65 Cent bezahlt. Und bitte nicht wundern, ich habe dem Verkäufer erlaubt, noch ein kleines Stückchen Ingwer beizulegen, denn mit einer hauchfeinen Note Ingwer soll der Orangensaft noch etwas besser schmecken und gesünder sein. Hier sind das Wechselgeld und der Beleg.“ Der Chef sagte lächelnd: „Danke, Sie können gehen.“

Er sah zu dem jungen Mann, der das alles beobachtet hatte. Dieser sagte: „Ich verstehe, was Sie meinen.“

nach Randall L. Ridd



HAST DU VERGESSEN, WOVON DU ALS KIND
GETRÄUMT HAST? WIE SEHR DU DIE
WELT VERÄNDERN WOLLTEST? ☀️
DAS WAR, BEVOR DIE WELT DICH
VERÄNDERT HAT. DU HAST DIR SELBST
ALS KIND VERSPROCHEN, ETWAS AUS
DEINEM LEBEN ZU MACHEN.



Es gibt Menschen, die langweilen sich und treffen sich mit Menschen, von denen sie gelangweilt sind, und langweilen sie, indem sie sich von Menschen erzählen, von denen sie gelangweilt sind, um sich nun gemeinsam zu langweilen.



DABEI HAT DAS JAHR

31.536.000

SEKUNDEN

FÜR MAGISCHE MOMENTE!

Was
WAS
Was
Was WAS
Was



„Was muss ich tun, um zu erreichen, was ich will?“ ist eine häufig gestellte Frage, und meine Antwort lautet: „Dazu musst Du überhaupt nichts tun. Du musst nur aufhören, das zu tun, was Dich daran hindert, es zu erreichen.“

Viele fragen auch: „Was tue ich, wenn etwas schief läuft?“ – Doch das ist die falsche Frage. Die richtige Frage lautet: „Was tue ich, damit nichts schief läuft?“

ZWEIFLE NIEMALS

DARAN, DASS EINE PERSON ODER KLEINE GRUPPE VON MENSCHEN DIE WELT VERÄNDERN KANN.

ES IST DAS EINZIGE, WAS BISHER FUNKTIONIERT HAT.

ES WAREN IMMER EINZELNE MENSCHEN, DIE DIE WELT VERÄNDERTEN. MENSCHEN, DIE IDEEN, STRATEGIEN,

PROJEKTE UND UNTERNEHMEN BEWEGEN UND DAMIT

ALS WEGBEREITER UND INSPIRATOREN POSITIVEN

EINFLUSS AUF WELT UND WIRTSCHAFT NEHMEN.

DU KANNST EINER DAVON SEIN.

ZWEIFEL

Zwei Jahre durfte ich rund 70 Mentees in meinem Mentoren-Programm betreuen. Wie am Anfang schon vermutet, zeigten sich bald die Erfolge und auch Misserfolge deutlich. Das Feld zog sich immer weiter auseinander: vorne die Siegfahrer, hinten die Bummler, die nur noch knapp vor dem Besenwagen waren. Die Abstände wurden riesig. Drei der 70 Mentees gingen geradezu durch die Decke. Sie waren nicht nur ein paar Prozent, sondern um ein Vielfaches erfolgreicher als alle anderen. Und alle anderen schauen mittlerweile ganz begeistert oder neidvoll – je nach Einstellung – auf diese drei. Die Frage war: Was haben diese drei anders gemacht?

Waren sie schlauer? Nein.

Waren sie besser? Nein.

Waren sie intelligenter? Nein.

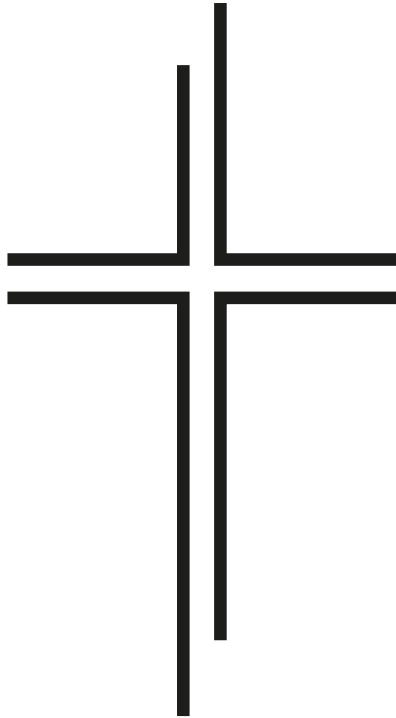
Waren sie fleißiger? Ja!

Waren die anderen nicht fleißig?

Doch, fleißig waren alle, auch die weniger erfolgreichen. Aber gehemmter. Es fällt deutlich auf, dass die Top-Erfolgreichen keine Opportunitätskostenrechnung machen. Sie stellen sich nie die Frage, ob

»Unsere Zweifel sind Verräter
und führen häufig dazu,
dass wir das Gute,
das wir häufig erreichen könnten,
nicht bekommen,
weil wir den Versuch,
es zu erreichen, gar nicht wagen.«

William Shakespeare



Ich nehme Abschied vom Zweifel

eine Handlung sich wirklich lohnt. Oder ob es sich rechnen wird. Sie fragen nicht schon im Voraus, was sie für eine Belohnung bekommen werden, sondern sie geben bedingungslos alles – auch wenn die Chance, dafür eine Rendite zu erhalten, gering ist. Sie machen einfach, obwohl sie den Erfolg ihres Tuns nicht im Vorhinein berechnen können. Vollkommen egal, ob es Sinn macht oder keinen Sinn macht. Und dabei zeigen sie absolute Entschlossenheit. Selbstzweifel sind ihnen fremd. Sie geben alles, und zwar sofort. Das macht den Unterschied! Während manche nach Jahren immer noch die Frage stellen, ob sie auf dem richtigen Weg sind, haben die Erfolgreichen den Weg, auf dem sie gehen, einfach zum richtigen gemacht. Ob sie sich lieber ein wenig nach rechts oder lieber nach links positionieren sollten, war für sie nie ein Thema. Es war von Anfang an klar: Das machen wir jetzt so, und los! Mussten sie den Weg korrigieren? Ja. Mussten sie das Vorgehen anpassen? Ja. Sind sie gestolpert? Ja. Hatten sie Schwierigkeiten? Ja.

Aber sie waren unterwegs, on the go, on the run. Ich bewundere sehr, wie groß die Entschlossenheit dieser Menschen ist. Und wie gering ihre Selbstzweifel sind. Und ich glaube, dass es nur so geht. Und nicht anders. Den ersten Schritt, bei dem noch völlig unbewiesen ist, ob irgendetwas dabei herauskommt, den gehen die Erfolgreichen mit Entschlossenheit und mit geringen Zweifeln. Und den zweiten. Und den dritten. Und immer weiter. **Glück ist eine Belohnung.**

Wir haben viele Gegner, unsere Angst, unsere Mutlosigkeit und vieles mehr, doch unser größter Feind sind unsere Selbstzweifel. Der Zweifel ist wie ein Krebsgeschwür mitten in unserem Herzen. Der Zweifel will genährt werden, er frisst uns auf. Je größer der Zweifel ist, desto stärker wächst er. Und der Zweifel zerstört

unseren Fokus. „Unsere Zweifel sind Verräter, und oft genug verspielen wir den möglichen Gewinn, weil wir den Versuch nicht wagen“, sagt Lucio in Shakespeares „Maß für Maß“.

Wir zweifeln unweigerlich: an unseren Fähigkeiten, ob es richtig ist, was wir getan haben oder was wir tun, ob wir die Herausforderungen bewältigen können, ob wir gut genug sind, ob wir das richtige Alter haben, ob wir am richtigen Ort sind, ob nicht alles falsch ist, was wir gesagt und getan haben. Die meisten Visionen, Träume und Wünsche erfüllen sich nicht deswegen nicht, weil die äußeren Bedingungen nicht gut waren, sondern weil wir uns selbst nicht vertraut haben, dass wir das Ziel erreichen können.

Auch ich habe immer wieder Zweifel. Deshalb habe ich mir – in Zeiten mentaler Stärke – genau diese Zeilen, meine Anti-Zweifel-Botschaft, für mich für zweifelhafte Zeiten geschrieben: „Du kannst immer wieder neu entscheiden, denn Du bist ein freier Mann. Aber eines kannst Du nicht: Immer hin und her entscheiden. Zieh es durch oder gib auf. Wenn Du aufgeben willst, dann tu es heute, hier, jetzt, sofort, beende, was Du beenden willst, und fertig. Wenn Du es durchziehen willst, dann mach weiter, jammere nicht rum, heul nicht rum, belüge Dich nicht mit solchen Worten wie ‚Das kann ich nicht‘. Außerdem bist Du Angestellter des Universums und sowieso – auch Deinen Kindern gegenüber – verpflichtet, das Beste zu geben. Dein Satz für Dich lautet: „Du bist unaufhaltbar und Du bist fähig, zu gewinnen!“

Es kann ja sein, dass Du Deinen Weg noch nicht kennst, aber dann wirst Du ihn nur durch Gehen – auch in die falsche Richtung – kennenlernen. Übe Deine Selbstvergessenheit!

Was würdest Du Dir raten, wenn Du Dich selbst beraten würdest: Du würdest sagen „Hey, hau rein, gib Gas, hör auf zu heulen, Du hast alles, was Du brauchst – und sollte Dir doch etwas fehlen, dann hole es Dir, mach es, tu es – JETZT!“

Und wenn all das noch nicht hilft, dann ...



www.zweifelfrei-akut.com

DAS GEGENTEIL VON ZWEIFEL IST
COMMI

COMMITMENT



DIE SCHÄDLICHKEIT VON PLAN B

Ich hatte das große Glück in meinem Leben, mit 23 Jahren genau zu wissen, wer ich sein wollte und was ich machen wollte. Ich wollte nie etwas anderes sein oder etwas anderes machen. Ich kannte auch Zweifel, aber trotz großer Rückschläge habe ich meine Zweifel glücklicherweise nie ernst genommen. Wann immer Angebote abseits des Weges oder die üblichen Sonderangebote des Lebens kamen: Es war nie ein Thema. Ich habe nur ein einziges Mal gewählt – und den Rest meines Lebens musste ich nur noch abwählen. Eine Zusage von mir selbst zu meinem Plan, danach nur noch Absagen zu allen anderen Alternativen. Ich habe mein Leben als alternativlos betrachtet. Und das funktioniert ganz gut. Ein Plan B kann schädlich sein, denn jeder Plan trägt den Reiz der Umsetzung in sich.

INTELLIGENZ IST UNSER FEIND

Wer Gründe dafür oder dagegen sucht,
der wird sie auch finden.

Wir sind intelligent genug dazu.



ZU ZÖGERN UND ZU ZWEIFELN IST
Verrat.

VERRAT AN SICH SELBST,
VERRAT AN SEINEN FÄHIGKEITEN,
VERRAT AN GOTT,
DER UNS ALLE DIESE FÄHIGKEITEN GEGEBEN HAT,
VERRAT AN DER MENSCHHEIT,
DIE DADURCH OHNE UNSERE FÄHIGKEITEN LEBEN MUSS.

Welch ein
Verlust.

Beginne Jetzt

➤ In dem Augenblick, in dem man sich endgültig einer Aufgabe verschreibt, bewegt sich die Vorsehung auch. Alle möglichen Dinge, die sonst nie geschehen wären, geschehen, um einem zu helfen. Ein ganzer Strom von Ereignissen wird in Gang gesetzt durch diese Entscheidung, und sie sorgt zu den eigenen Gunsten für zahlreiche unvorhergesehene Zufälle, Begegnungen und materielle Hilfen, die sich kein Mensch vorher je erträumt haben könnte. Was immer Du kannst oder Dir vorstellst, dass Du es kannst, beginne es. Kühnheit trägt Genie, Macht und Magie in sich. Beginne jetzt! < Goethe



DU BRAUCHST EINE

Vision

DAMIT DAS LEBEN WEIß,
WO ES DICH HINBRINGEN SOLL



**JEDER
VERLIERER
WIRD AUTOMATISCH ZUM
GEWINNER**

– im Handtuchwerfen



Erfolgreich sein
ist nicht
erfolgreich werden

Noch nie in der Geschichte der Menschheit war es so realistisch, seinen eigenen Wünschen und Träumen zu folgen. Entwicklungsgeschichtlich kämpften die meisten bis vor nicht allzu langer Zeit ums Überleben, wenn auch auf hohem Niveau.

Um so mehr stellt man sich heute Sinnfragen, die Fragen nach dem „Warum“, dem „Why“, nach der Erfüllung, und sucht Antworten auf die Fragen „Wofür bin ich angetreten?“ oder „Welche Spuren, welchen Fußabdruck will ich auf diesem Planeten hinterlassen?“.

Während diese Fragen früher unrealistisch waren und geradezu ein stillschweigendes Übereinkommen darin bestand, solche Fragen nicht zu stellen, nicht zu äußern und am besten gar nicht zu denken, hört man diese heute immer lauter.

Selbstbestimmten und selbstverantwortlichen Menschen dürfte es leichtfallen, Antworten auf die Fragen nach den eigenen Wünschen und Träumen zu bekommen. Bewusst oder unbewusst spüren viele eine nebulöse Sehnsucht in ihrem Herzen nach der Heldenreise durch das eigene Leben.

Doch was nützen die buntesten Träume, wenn sie nicht die Farbe des Geldes tragen? Erfolg und gleichzeitig Erfüllung zu haben, ist für viele ein Widerspruch, ein Paradoxon, Träumerei. Soll ich meine Träume realisieren und dabei verhungern, oder soll ich ein sicheres Leben führen und meine Träume an den Sargnagel hängen? Dabei haben wir eine einzige Sicherheit im Leben: den Tod. Doch was würde das Leben sagen, wenn es nicht gelebt werden würde. Was würde die Würde sagen, wenn man sein ganzes Leben nur würde – und nie täte. Es braucht kluge, intelligente Köpfe, die es schaffen, ein solches, tief in der Menschheit manifestiertes Paradoxon aufzulösen – und damit dem einzelnen Menschen eine Handlungsanleitung zu geben, das scheinbar Unmögliche möglich zu machen, den beruflichen und persönlichen Erfolg mit der Kraft der Visionen und Träume zu verbinden. Und damit Großartiges zu erreichen. Denn das, was für den Einzelnen im Makrokosmos Erfolg und Erfüllung bedeutet, bedeutet auf der Metaebene für die Menschheit, einen Schritt in eine neue Dimension zu gehen. Also ein großer Schritt für jeden Einzelnen und ein noch größerer Schritt für die Menschheit, die damit – auch auf spiritueller Ebene – eine neue Ära, eine neue Entwicklungsstufe erklimmen wird.

Deshalb sollten wir allen dankbar sein, die die Welt veränderten, die die Welt ein wenig verbessert haben, sie zu einem besseren Ort gemacht haben. Oder einfach „nett“ waren.

VIELE MENSCHEN PLANEN DEN URLAUB SORGFÄLTIGER ALS IHR LEBEN

Liegt das daran, dass wir lieber flüchten,
statt uns zu verändern?





Wenn Du Dir genauer anschaust, was Du das ganze Leben lang tust, egal ob Du gerade etwas tust oder ob Du nichts tust, dann ist das immer tauschen. Du tauschst, ich tausche, wir tauschen permanent – solange wir leben, mit allem, was wir tun, in jeder Sekunde.

Alles ist ein Tausch, ein Deal.

Jeder Deal erfordert eine Leistung und eine Gegenleistung. Und jeder Deal in Deinem Leben geht zurück auf die einzige Grundwährung, die wir von Haus aus geschenkt bekommen haben und über die wir frei verfügen können: Zeit. Etwas anderes haben wir nicht.

WOLLEN WIR tauschen?

Du tauschst Zeit gegen Wissen, Zeit gegen Vergnügen, Zeit gegen Nahrung, Zeit gegen Status, Zeit gegen Fähigkeiten, Zeit gegen Macht, Zeit gegen Liebe, Zeit gegen Emotionen und so weiter. Wenn Du keine Zeit investierst, um zu lesen und Fragen zu stellen, kannst Du nichts lernen, Du kannst Dir dann kein Wissen ertauschen. Wenn Du keine Zeit investierst, um in die Aufführung von Verdis Aida in der Arena von Verona zu gehen, erlebst Du den damit verbundenen Sturm an Emotionen nicht und hast später keine Erinnerung an dieses Erlebnis. Wenn Du keine Zeit in die Beziehung zu einem Menschen investierst, wirst Du niemals

tiefe Liebe erfahren, keinen Lebenspartner und keine eigene Familie mehr haben. Wenn Du keine Zeit mit Deiner Arbeit verbringst, wirst Du Dir kein Ansehen und keinen gesellschaftlichen Status ertauschen können. Und ohne die Investition von Zeit wirst Du kein Geld ertauschen können. Geld ist das Wechselmedium, um unterschiedliche Tauschergebnisse zu wechseln wie verschiedene Währungen. Geld ist ein Zwischenspeicher für Zeit. Mehr nicht.

Die in den Job investierte Zeit wird in Geld getauscht, das Geld wird ein halbes Jahr später in einen Flug nach New York getauscht. Wenn Du Dir das bewusst machst, weißt Du, wofür Du gearbeitet hast. Ja, wer gute Deals macht, hat mehr Geld zur Verfügung, was er wiederum in mehr Geschichten, in mehr Abenteuer, in mehr Erlebnisse tauschen kann. Wer ist nun reich, der Geld hat oder der Zeit hat? Wir im Westen haben uns für das Geld entschieden – und noch gilt das. Aber es geht nicht nur um Geld, Du kannst auch einen guten Tausch machen, indem Du auf Geld verzichtest, vielleicht während eines Sabbat-Jahres, also dem bewussten Aussetzen Deines Jobs, um mehr Zeit zu haben, die Du wiederum in etwas anderes als Geld tauschen möchtest. Zeit gegen Gesundheit wäre so ein Deal. Ein guter Deal, denn er bringt eine Rendite in Form von mehr Lebensjahren. Und die kannst Du wieder gegen Geld tauschen – oder auch nicht.

Du kannst nicht nicht tauschen.

Selbst wenn Du mit Deinem Kind spielst, ist das ein Deal. Eine Entscheidung. Du setzt damit eine Priorität. Denn wenn Du Zeit mit Deinem Kind verbringst, kannst Du sie nicht mit Deiner Steuererklärung verbringen. Du triffst immer eine Entscheidung. Die wichtige Frage dabei ist doch, wie gut Du tauschst. Wer bessere Tauschgeschäfte machen kann als andere, tauscht sich ein erfüllteres Leben zusammen.

Du hast auch nicht mehr oder weniger Zeit zum Tauschen zur Verfügung als andere. Es kommt darauf an, ob Du dank all der Tauscherei ein langweiliges, eintöniges, stumpfes, enttäuschendes, in Grautönen gemaltes Leben führst. Oder ob es bunt, lebendig, vor Abenteuern und Erlebnissen strotzend ist. Ob Dein Leben das eine oder das andere wird, entscheidet sich in jeder Sekunde neu. Mir fällt auf, dass viele Menschen heutzutage große Schwierigkeiten beim Tauschen haben. Sie tauschen gotterbärmlich schlecht. Im Deutschen ist das Wort „tauschen“ mit dem Wort „täuschen“ eng verwandt, vielleicht ist das ein Hinweis darauf, dass wir beim Tauschen oft haarsträubenden Täuschungen unterliegen, Selbsttäuschungen wohlgemerkt.

Dass wir schlecht tauschen, sieht man an den mittelmäßigen Ergebnissen der Tauschkaskaden. Mittelmaß ist vor allem die Folge von zu wenig Tauschhandel. Wir schaffen es oft nicht, gute Tauschgeschäfte im Leben zu machen und unser Tauschpotenzial zu vervielfachen. Wir tauschen zu wenig, haben zu wenig zu geben und bekommen darum auch zu wenig. Dass die Ergebnisse viel zu häufig sehr mittelmäßig sind, liegt vermutlich daran, dass die meisten Menschen sich überhaupt nicht im Klaren darüber sind, dass man jede Sekunde nur einmal tauschen kann. Tauscht man sie gegen belanglosen Zeitvertreib wie Fernsehglotzen, ist sie genauso weg, wie wenn man sie gegen heißen Sex mit einem begehrten Menschen tauscht. Oder gegen das Final-Erlebnis der Fußballweltmeisterschaft live im Stadion. Oder gegen einen Spaziergang im Central Park in New York. Oder gegen einen Flug im eigenen Düsenjet. Oder für eine wunderschöne Zeit mit den Kindern im Sandkasten. Oder, oder, oder. Ich staune immer wieder, wie wir uns im Büro anstrengen, zeiteffizienter zu werden, um dann abends vor dem Fernseher Stunde um Stunde zu vergeuden. Wir tauschen zu wenig bewusst und gewollt.

Stattdessen passieren uns die Tauschgeschäfte meistens mehr oder weniger unbedarft. Doch es bleibt dabei: Auch wenn wir nicht bewusst tauschen, tauschen wir trotzdem, nur eben schlechter. Tauschen ist eine Frage des Wirtschaftens. Wer gut tauscht, erzielt hohe Tauschumsätze. Je höher der Tauschumsatz, desto größer die Wirkung, die ich erziele. Und je größer die Wirkung, desto größer mein Leben.

Es ist wie im Business: Ein hoher Tauschumsatz ist die Voraussetzung für einen hohen Tauschgewinn. Aber wenn die Kosten zu hoch sind, können sie den Gewinn auffressen. Es ist möglich, mit einem irre hohen Aufwand kleinste Ergebnisse im Leben zu produzieren. Deshalb kommt es darauf an, immer zu einem möglichst guten Kurs zu tauschen. Und nicht zu früh in das zu tauschen, was das Ziel all der Bemühungen ist. So wird aus dem kleinen Glück ein großes Glück.

ES GEHT JEDERZEIT UM

alles
ODER
nichts

VIELE

großartige

PROJEKTE SIND NICHT

WEGEN EINER GENIALEN IDEE

SO ERFOLGREICH GEWORDEN,

SONDERN WEGEN DES

hutes.

DIE IDEE UMZUSETZEN.



Verschenken schüttet so viele Endorphine im Körper aus wie Beschenktwerden. Wer also glücklich sein will, lässt sich nicht nur beschenken, sondern verschenkt auch viel – nicht nur im materiellen Sinne. Dieser Gedanke wurde schon von Jesus von Nazareth aufgegriffen. Er wäre fast verloren gegangen, denn in den vier Evangelien ist er nicht enthalten. Dafür hat ihn der Apostel Paulus aufgeschnappt und in einer seiner Predigten zitiert. Er wurde protokolliert und fand Eingang in die Apostelgeschichte, die bis heute gelesen wird. Luther übersetzte ihn dann so: „Geben ist seliger denn Nehmen.“ Das ist schön formuliert. In heutiger Sprache würde er etwa so lauten: „Menschen etwas zu geben, ist viel cooler, als nur was zu bekommen.“ Oder noch besser: „Wahre Hilfe ist es nicht, den Reichtum zu teilen, sondern den Menschen ihren eigenen Reichtum zu zeigen.“



Living ist giving – und macht glücklich

Living ^{is} giving

ARBEIT IST SICHTBAR GEMACHTE LIEBE

Und wenn ihr nicht mit Liebe, sondern nur mit Widerwillen arbeiten könnt, ist es besser, dass ihr eure Arbeit hinter euch lasst und am Tor des Tempels sitzt und dort Almosen von denen nehmt, die mit Freude arbeiten. Denn wenn ihr mit Gleichgültigkeit Brot backt, dann backt ihr ein bitteres Brot, das den Hunger des Menschen nur halb stillt. Und wenn ihr die Trauben mit Groll quetscht, destilliert ihr Groll als Gift in den Wein. Und wenn ihr auch wie Engel singt und dabei euren Gesang nicht mit Liebe füllt, dämpft ihr die Ohren des Menschen für die Stimmen des Tages und für die Stimmen der Nacht.

Khalil Gibran

ICH VERSTEHE NICHT,
WARUM UNS DER
TOD ÜBERRASCHT —
ES IST DIE EINZIGE
SICHERHEIT, DIE
WIR IM LEBEN
HABEN.

GOTT ERSCHUF MENSCHEN
WIE DICH, UM UNS AUF DAS
PARADIES VORZUBEREITEN.





WIR HABEN UNS SELBST
AUF DER REISE UNSERES
LEBENS ZURÜCKGELASSEN
UND EMPFINDEN UNSERE
ZIELE ALS ZUFÄLLIGE
ÜBERBLEIBSEL EINES
LEBENSPLANS WIE
ANGESPÜLTES STRANDGUT.

Ein
Ein



VIEL WICHTIGER
ALS ZEUGNIS, ABITUR
ODER DIPLOM IST EIN LEBEN,
DAS NICHT EINEM LEHRPLAN,
SONDERN DEM HERZEN FOLGT.



HABE ICH DAS POTENZIAL DAZU?

Oft wird mir von Menschen, die vor der Entscheidung stehen, einen neuen Lebensweg zu gehen, folgende Frage gestellt: „Habe ich das Potenzial dazu?“

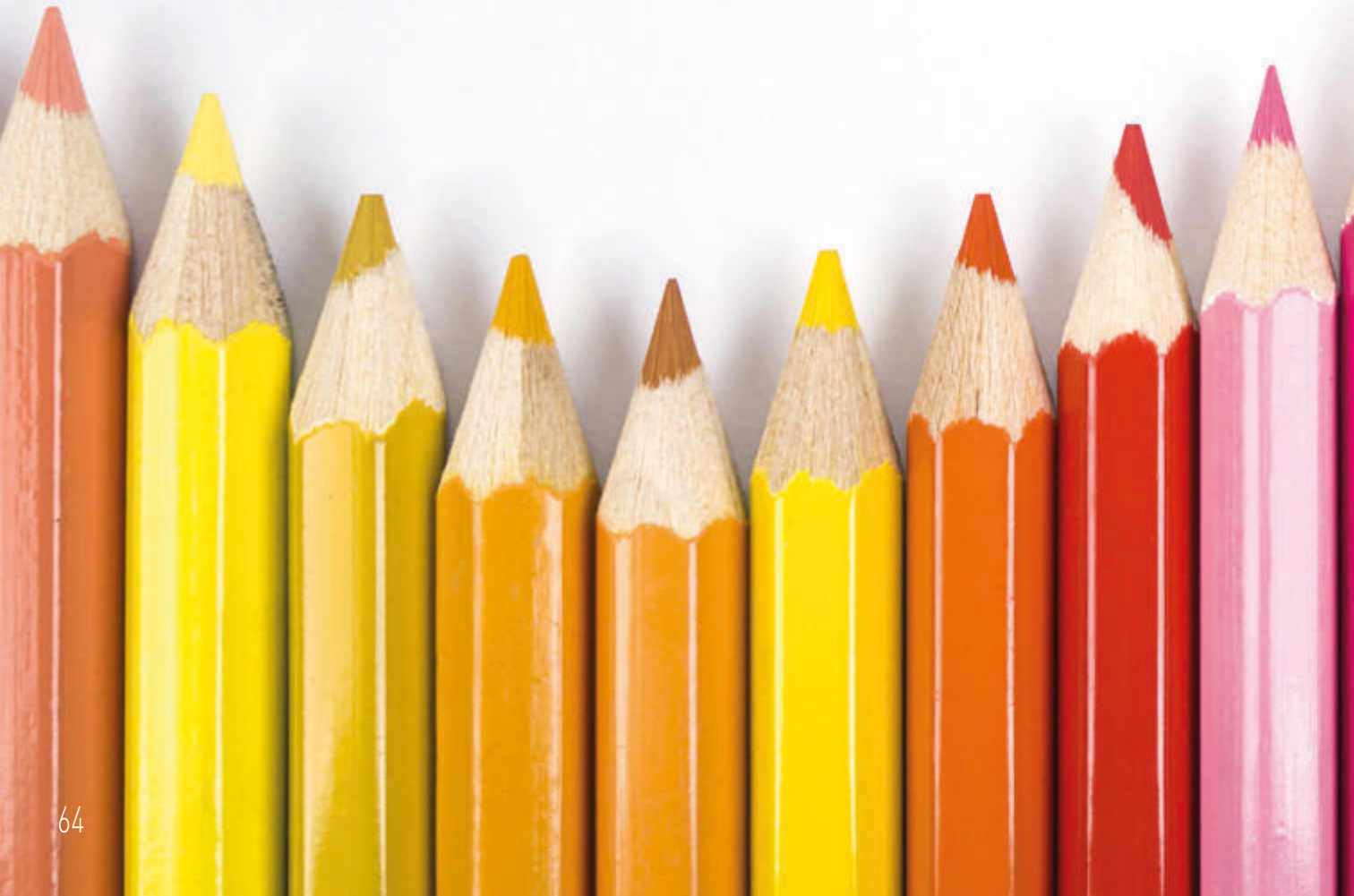
Diese Frage bereitet mir große Schmerzen – aus mehreren Gründen:

Persönlich glaube ich fest daran, dass wir Menschen alle ein großes, ein sehr großes Potenzial in uns tragen – und wesentlich mehr können, als wir uns selbst zutrauen. Deshalb ist die Frage selbst ein unberechtigter Zweifel, der nicht ausgesprochen, noch nicht einmal gedacht werden sollte. Wenn wir unseren Blick zu sehr nach außen richten, dann bekommen wir ein Fremdbild oder Fremdvertrauen, aber damit immer noch kein gesundes Selbstbild oder Selbstvertrauen. Es stimmt mich traurig, dass Menschen anderen die Frage nach dem eigenen Potenzial stellen. Das ist im schlimmsten Fall ein Wegdelegieren der Verantwortung für diese Entscheidung. Damit können Lebensentscheidungen in eine falsche Richtung gehen, nur weil wir anderen mehr vertraut haben als uns selbst.

Mein Finger, der auf andere Menschen zeigt, ist mittlerweile sehr klein geworden, auch wenn es darum geht, Potenzial zu bewerten. Es gab Menschen in meiner Beratung, deren Potenzial unendlich groß war und die dennoch – zumindest in Relation zur Ausgangslage – wenig daraus gemacht haben. Und es gab Menschen, deren Potenzial eindeutig unterhalb des Mittelmaßes lag und denen ich manchmal heimlich hoffnungslos die Daumen gedrückt habe.

Nicht selten haben die Menschen mit einer schlechteren Ausgangslage andere um Lichtjahre überholt, **denn das größte Potenzial besteht darin, an das eigene Potenzial zu glauben.**

DIE GRÖSSTE HERAUSFORDERUNG IST DOCH, DASS WIR
HABEN, IN DEN VORGEGEBENEN LINIEN



VON KINDHEIT AN BEIGEBRACHT BEKOMMEN
ZU MALEN.





**DU MUSST
TANZEN,
ALS WÜRD DIR
KEINER
ZUSEHEN**

- wissend, dass alle glotzen!

WUNDERBARER REGENTAG

Die Welt
schaut Dich so an,
wie Du sie anschaust.



Paul ist Busfahrer. Jeden Morgen steuert er einen Schulbus mit vielen lauten Kindern durch seine Stadt. Danach fährt Paul Frauen und Männer zur Arbeit. Oder zum Einkaufen. Oder zum Besuch bei Freunden. Viele würden sagen: Was für ein langweiliger Beruf. Aber Paul liebt seine Arbeit. Er liebt es, den Menschen zuzuhören. Nicht, weil er so neugierig ist. Nein, Paul mag einfach lächelnde Gesichter. Lächeln denn alle Menschen, die in Pauls Bus steigen? Ganz im Gegenteil! Die meisten sind eher mies gelaunt, ziehen die Stirn in Falten, beschweren sich über so gut wie alles. Wenn jemand einen Nachbarn oder Bekannten trifft, dann geht es los: Das Wetter ist schlecht, im Fernsehen läuft nur Unsinn, die Kinder haben sich schon lange nicht mehr gemeldet, die Welt ist auch nicht mehr das, was sie einmal war. Paul hört dann immer aufmerksam zu. Und er wundert sich: Warum stimmt der Nachbar oder der Bekannte sofort in das Lamento und Klagelied ein? Offenbar scheinen allen

Menschen ständig nur schlimme Geschichten zu passieren. Ja, es scheint einen Wettkampf zu geben, wer es gerade am schlechtesten getroffen hat.

Paul findet das ziemlich seltsam. Bei ihm gehen auch die dummen Sachen meist irgendwie gut aus. Gestern zum Beispiel hatte er vergessen, einzukaufen. Dabei wollte er für ein paar Freunde kochen. So beschlossen alle spontan, essen zu gehen. Es wurde ein toller Abend beim Italiener! Oder der Tag, als Paul die U-Bahn verpasst hatte, mit der er meist zur Arbeit fährt. Es blieb ihm nichts anderes übrig, als das Fahrrad zu nehmen. Seitdem macht er das öfter – und freut sich über seine neue Fitness. Tja, es kommt immer darauf an, wie man die Dinge betrachtet, sagt sich Paul oft, wenn es mal völlig ruhig ist in seinem Bus. Manchmal hatte sich Paul schon vorgestellt, einen ganz besonderen Spiegel zu erfinden. Der sollte aussehen wie ein normaler Spiegel, aber magische Kräfte haben. Wenn man vor Pauls Zauberspiegel steht



und die neueste Horror-Story aus dem eigenen Leben erzählt, dann geschieht Fantastisches: Die Figur im Spiegel antwortet mit derselben Geschichte, aber doch ganz anders. Wenn das Spiegelbild erzählt, wird golden, was vorher grau war. Zornesfalten verschwinden und machen einem Lächeln Platz. Leider ist es Paul nie gelungen, einen solchen Spiegel zu bauen. Tatsächlich hatte er es gar nicht erst versucht, denn er hatte einen ganz anderen Plan. Paul hatte sich vorgenommen, selbst der Zauberspiegel für seine mies gelaunten Fahrgäste zu sein. Seitdem steigen lächelnde Menschen aus Pauls Bus. Menschen, die noch eine halbe Stunde vorher griesgrämig gewesen waren. Eine wundersame Verwandlung. Und die geht so: Lamentiert jemand über den Regen, zeigt Paul ihm den Regenbogen über der Stadtkirche. Schimpft einer über das grauenhafte Fernsehprogramm, berichtet Paul von dem spannenden Buch, das er gerade gelesen hat. Und die alte Dame, die sich über ihre

Tochter beschwert, die seit einem Monat in der Welt unterwegs ist? Die beglückwünscht Paul zu ihrem wissbegierigen, aktiven Kind.

Paul ist jedes Mal von Neuem fasziniert, was ein anderer Blickwinkel auslösen kann. Es ist, als würde man das Objektiv einer altmodischen Kamera wechseln. Mit dem Weitwinkel-Objektiv sieht man einen Wald, mit dem Tele-Objektiv ein Vogelnest! Jeden Abend erzählt Paul seiner Familie, was er tagsüber in seinem Bus so erlebt hat. Immer beginnt er seinen Bericht mit dem berühmten Zitat aus dem Film Forrest Gump: „Das Leben ist wie eine Schachtel Pralinen, man weiß nie, was man bekommt.“ Und fügt selbst hinzu: Aber man kann das Beste daraus machen.

Wir können nicht immer kontrollieren, was uns passiert. Aber wir können unsere Einstellung zu dem, was passiert, kontrollieren.



A hand holding a lit sparkler over water at night. The sparkler is lit, and its sparks are falling into the water, creating a shimmering effect. The background is a dark blue sky with some light clouds.

REALITÄT IST VERHANDELBAR

Was wir erleben, ist für jeden Menschen subjektiv. Deshalb scheint es schwer verständlich, wenn Menschen behaupten, objektiv zu sein. Doch diese subjektive Wahrnehmung können wir zu unserem Vorteil nutzen. Denn alles im Leben ist eine Entscheidung:

Angst ist eine Entscheidung

Gefühl ist eine Entscheidung

Erfolg ist eine Entscheidung

Liebe ist eine Entscheidung

Zustand ist eine Entscheidung

Wir Menschen haben eine Macht, die sonst keinem Lebewesen auf diesem Planeten zu eigen ist. Wir können zwischen einem Reiz und der dazugehörigen Reaktion eine Pause setzen und entscheiden, wie wir reagieren. Jemand ist unfreundlich zu uns – wir haben die Wahl, selbst unfreundlich oder eben doch freundlich zu reagieren. Denn in Wirklichkeit ist jedes Ereignis in unserem Leben ein Dreiklang, den wir selbst beeinflussen können.

- A)** Wir erleben etwas, ein **Ereignis**, eine Situation, einen Gedanken oder eine Erinnerung.
- B)** Wir bewerten dieses Ereignis oder diesen Gedanken, das ist eine **Reaktion**. (Und das ist eine Entscheidung!)
- C)** Es entstehen die dazugehörigen Gefühle (je nachdem, welche Entscheidung ich getroffen habe, dementsprechend sind meine Gefühle und damit mein Leben).

Angenommen, Du kommst zu spät zur Arbeit, Dein Chef schimpft. Damit hast Du schon mal eine klare Situation. Die Frage ist, wie Du mental damit umgehst. Du könntest Dich geißeln, Dir Vorwürfe machen, Ängste pflegen, zu Hause anrufen, um davon zu berichten, und Deinen Arbeitsplatz in Gefahr wännen. Die daraus resultierenden Gefühle sind selbsterklärend. Du könntest aber auch denken: „Ui, der Chef hat heute aber einen schweren Tag, dem koche ich jetzt erst einmal einen Kaffee.“ Und wirst wohl eine andere Realität haben.

Du stehst auf der Waage und siehst, dass Du zehn Kilo zu viel wiegst (Situation). Du kannst Dich als Opfer sehen und Dir noch einmal versichern, dass Du keine Chance hast, diesen Kilos entgegenzutreten. Verzweifelt gehst Du – da es eh keinen Sinn mehr macht – an den Kühlschrank.

Du kannst auch auf der Waage stehen, Deine Kilos sehen und damit glücklich sein.

Du kannst auch auf der Waage stehen, Deine Kilos sehen, zum Telefon greifen und einen Personal Trainer engagieren.

Alles ist eine Entscheidung, und alles hängt von Deinen Entscheidungen ab. Auch die Entscheidung, etwas nicht oder nicht richtig zu bewerten. Meist ist es eine einzige Entscheidung, ein einziger Moment, der über unser Leben entscheidet.

Alle Ereignisse – selbst die schlimmsten – sind in Wirklichkeit neutral.

**„AN SICH IST NICHTS WEDER GUT NOCH BÖSE,
DAS DENKEN MACHT ES ERST DAZU.“**

William Shakespeare





„WAS WERDEN DIE LEUTE DENKEN?“
KEIN SATZ HAT MEHR TRÄUME ZERSTÖRT ALS DIESER!

WIR SIND DOCH ALLE FÜR IRGENDETWAS ANGETRETEN ...


... dachte ich zumindest. Und wir sind alleine verantwortlich dafür, das, wofür wir angetreten sind, auch zu erreichen – wenigstens ein bisschen –, dachte ich zumindest. Commitment bezeichnet die Summe der Strategien und Maßnahmen, die den Grad der Autonomie und Selbstbestimmtheit erhöhen.

Warum um Himmels willen bringen so wenige Menschen das Commitment auf, die angefangenen Abenteuerreisen im Leben auch tatsächlich zu vollenden?

Und wenn wir mit uns selbst in ein Zwiegespräch gehen und uns fragen, was wir so mit unserem Leben anfangen wollen, dann ist das, was wir uns als Antwort geben, sofern wir uns eine sinnvolle Antwort geben, ein Leistungsversprechen an uns selbst. Ich bin mein Wort. Anderen gegenüber. Und mir selbst gegenüber.

Das ist eine Art von Manipulation, ein positiver Selbstbetrug.



A white pickup truck is driving on a paved road through a dry, open landscape. The truck's bed is filled with several llamas, some looking out the back. The truck has a license plate that says "BOLIVIA". The text is overlaid on the right side of the image.

WENN DIR EINE SITUATION
IN DEINEM LEBEN NICHT GEFÄLLT,
DANN ERINNERE DICH BITTE DARAN,
DASS DU ES SELBST WARST,
DER DIE TÜR DORTHIN GEÖFFNET HAT.

ÜBER DEN SINN VON NARBEN

Als 5-Jähriger fand Jay in den 20er-Jahren seinen Vater tot im Bad. Er hatte sich das Leben genommen. In der finanziellen Not begann die Mutter, Hutkrempe im Akkord anzunähen, für 2 Cent pro Stück, 18 Stunden täglich, 7 Tage die Woche. So wurde Jay von einem irischen Hausmädchen großgezogen – bis die Mutter Jahre später eine Zweckehe einging. Der Anfang der Ehe war zugleich der Rauswurf des Hausmädchens. Diese war bis zu diesem Zeitpunkt die einzige Person, zu der Jay eine Beziehung aufgebaut hatte. Er wurde sonst nie in den Arm genommen, nie geküsst, nie geknuddelt, nie geliebt. Nur geschimpft, wenn er die Milch für 5 Cent statt für 4 Cent gekauft hatte. Mit 9 Jahren bekam er eine Mandelentzündung, sah zum ersten Mal einen Arzt und damit zum ersten Mal einen Mann mit Krawatte. Damals beschloss Jay, selbst einmal Arzt zu werden. Und so kam es: Jay wurde Arzt in der Leukämie-Abteilung für Kinder. Leukämie bedeutete damals, dass die Kinder aus allen Körperöffnungen bluteten: Blut kam in den Stuhl, war im Urin, kam aus den Ohren, aus der Nase, aus der Haut, dazu noch innere Blutungen. Die Schwestern kamen morgens in weiß gekleidet ins Krankenhaus und gingen abends blutrot nach Hause. 90 Prozent aller Kinder waren nach sechs Wochen tot. Die Einlieferung ins Krankenhaus, die Diagnose Leukämie kam einem Todesurteil gleich. Die Ärzte waren am Ende. Nur Jay Freireich nicht, denn als Mensch, der nie das Gefühl des Geliebtwerdens erleben durfte, konnte er kaum Empathie entwickeln. Er arbeitete wie besessen, ging aber nie zu den traurigen oder trauernden Eltern, hatte diesen nie Gefühle entgegengebracht, sie unterstützt, getröstet oder gar verstanden. Würdevolle Behandlung durch einen Arzt setzt jedoch – sollte man zumindest in der Kinder-Abteilung meinen – ein Mindestmaß an Empathie voraus, die Jay nie geben konnte. Er, der es gewohnt

war, dass jede Beziehung im Tod oder im Verlassenwerden endete. Das hatte er als Kind eindrücklich gelernt. Leukämie war die reinste Hölle, in den damals üblichen Bluttransfusionen mit Stahlnadeln und Gummischläuchen aus Glasflaschen blieben die Blutplättchen hängen, die man so dringend brauchte, um die Blutungen zu stoppen. Man benötigte dickere Schläuche, doch diese Schläuche und Nadeln waren für die Kinder viel zu groß, so dick, als würde man einen Feuerwehrschauch zum Blumengießen verwenden – Herzinfarkte bei den Kindern schienen vorprogrammiert. Jay war das egal, die Kinder starben doch so oder so – ob an Leukämie oder an einem möglichen Herzinfarkt. Die anderen Ärzte wollten Jay diese Methode verbieten. Doch dank seiner gefühllosen Behandlungsmethode konnten tatsächlich Blutungen gestoppt werden und weitere Behandlungen mit Chemiecocktailexperimenten beginnen. So hat er – gerade weil er so gefühl- und empathielos war – ein Wunder vollbracht und die entscheidenden Weichen gestellt, dass aus der 90-prozentigen Todesgefahr eine 90-prozentige Überlebenschance wurde. Wäre das alles möglich gewesen, wenn er die seelischen Narben in seiner Kindheit nicht bekommen hätte? Wohl kaum. Manchmal müssen wir Menschen Dinge erleiden, die wir kaum tragen und kaum ertragen können und die uns häufig als sinnlos erscheinen. Die vielen Prüfungen, die Jay bestehen musste, halfen ihm jedoch, Großartiges zu vollbringen. Manchmal dauert es Jahre, Jahrzehnte oder fast ein ganzes Leben, um zu erfahren, warum wir manches Leid erleben mussten, welchen Sinn wir daraus ziehen dürfen oder – wie im Leben von Dr. Jay Freireich – wie sehr wir damit der Menschheit helfen können, Menschenleben zu retten und damit die Welt ein wenig besser zu verlassen, als wir sie vorgefunden haben.

DIE MEISTEN MENSCHEN
ODER UNTERNEHMEN
GESTALTEN
DIE ZUKUNFT ALS EINE
HOCHRECHNUNG DER
VERGANGENHEIT, ABER
GENAU DAS IST MORD
AN DER FANTASIE.

DAS
HAMSTERRAD
SIEHT NUR VON
INNEN AUS
WIE EINE
KARRIERELEITER

Wie oft

HAST DU SCHON DEINE TRÄUME AUF REISEN GESCHICKT UND
BIST SELBST NICHT MITGEGANGEN?





DU BIST ANGESTELLTER DES UNIVERSUMS: ES
GIBT KEIN GESTERN UND KEIN MORGEN.
GIB HEUTE DEIN BESTES UND DEN REST
MACHT DEIN ARBEITGEBER, DAS UNIVERSUM.

Du bist
ein Geschenk
für die Welt

RETTET GARCÍA

Während des spanisch-amerikanischen Krieges im Jahre 1899 wurde auf der Insel Kuba einer der Generäle der Vereinigten Staaten, García, mit seinen Truppen umzingelt. García war gezwungen, in den Tiefen des Dschungels unterzutauchen. Kein Mensch kannte den Ort. García hatte keinerlei Verbindung mit der Außenwelt. Kein Brief, kein Telegramm konnte ihn erreichen. Der Präsident der Vereinigten Staaten, McKinley, musste aber unter allen Umständen mit ihm Verbindung bekommen – und zwar rasch. Was tun? Einer der Mitarbeiter des Präsidenten wusste Rat: „Ich kenne einen Mann, der García finden wird. Sein Name ist Rowan.“ Der Präsident ließ diesen Rowan kommen und überreichte ihm einen Brief mit den Worten: „Übergeben Sie dieses Schreiben an General García und bringen Sie mir seine Antwort zurück.“ Rowan erwiderte: „Ja, Herr Präsident, wird gemacht.“ Wie Rowan das Schreiben in Ölseide einschweißte und es sich auf die Brust band, wie er nach vier Tagen bei Nacht und Nebel mit einem offenen Boot an der kubanischen Küste landete und im Dschungel verschwand, wie er nach dreiwöchigem

Fußmarsch durch Feindesland die Aufgabe erfüllte, die Botschaft überbrachte ... Das sind Dinge, auf die wir hier im Einzelnen nicht einzugehen brauchen. Wichtig zu wissen ist für uns, was Rowan sagte, als er den Brief in Empfang nahm. Er sagte: „Ja, Herr Präsident, wird gemacht!“ Das war alles. Er stellte keine dummen Fragen wie: Wo ist García? Wie komme ich auf die Insel? Soll ich ein Boot mieten oder eins kaufen? Wie muss man vorgehen, wenn man einen Mann im Dschungel sucht, der nicht gefunden werden will? Wie komme ich durch die feindlichen Linien, ohne dass ich erwischt werde? Wo bekomme ich das Geld her, um diese Reise zu bezahlen? McKinley hatte Rowan eine Aufgabe gestellt und es ihm überlassen, Antworten auf auftauchende Fragen zu finden, da er genau wusste, dass er ohnehin nicht alle Situationen voraussehen könnte, denen Rowan begegnen würde.

Jeder, der ein größeres Projekt leitet, ist häufig entsetzt über die mangelnde Initiative seiner Mitarbeiter, ihre Sperrigkeit, Unfähigkeit und den Unwillen, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren und sie zu

zu bewältigen. Du kannst das ja mal ausprobieren. Du sitzt vielleicht in einem Büro, andere Menschen um Dich herum. Gib einem von ihnen einen Auftrag: „Ich brauche einen kurzen Auszug über das Leben von Correggio.“ Wie wird Dein Gegenüber reagieren? Wird er sagen: „Okay“, und an seine Arbeit gehen? Oder wird er Dich ratlos anstarren und eine oder mehrere der folgenden Fragen stellen: Wer war Correggio? Wo soll ich gucken? Ist das überhaupt meine Aufgabe? Lebt Correggio noch? Ist die Sache eilig? Warum wollen Sie das eigentlich wissen? Sicherlich, ein wenig mehr Informationen könnten von Vorteil sein. Nachdem Du alle Fragen beantwortet und ihm erklärt hast, wo die Information zu finden ist und warum Du sie benötigst, wird dieser Mensch losgehen und womöglich weitere Kollegen einbinden, damit sie helfen, Correggio zu finden. Vielleicht wirst Du Dir aber auch nicht die Mühe machen, zu erklären, dass Correggio unter C zu finden ist und nicht unter K, sondern wirst freundlich lächeln und abwinken: „Ach, es ist nicht so wichtig“, und selbst losziehen.

**DIE WELT BRAUCHT MENSCHEN, DIE EINE
BOTSCHAFT AN GARCÍA AUSRICHTEN!**



ES
GIBT EINEN
UNTERSCHIED
ZWISCHEN



ABSICHTSERKLÄRUNG

UND

VOLLZUGSMELDUNG



DURCHGEFALLEN

Jedes Jahr zum Schulanfang erschrecke ich mich, wenn in unserer Grundschule kleine Kinder die Klasse wiederholen müssen. Es mag ja sein, dass ich meine Grundschulzeit mit rosaroter Brille wahrgenommen habe – schließlich war ich in meine Lehrerin verliebt und durfte erst im Gymnasium die Härte des Schulsystems mit aller Wucht spüren. Aber ich frage mich heute: Ist das richtig? Darf ein 8-jähriger Zwerg schon durchfallen? Sollte der nicht erst einmal gelehrt, entwickelt und lebensstauglich gemacht werden – statt jetzt schon eine Lektion erteilt zu bekommen, von der er sich möglicherweise ein Leben lang nicht erholt? Ist das nicht sowieso total verquer? Ein Kind kann schlechte Zeugnisse bekommen! Ein Kind kann durchfallen – auch wenn es heute „wiederholen“ heißt, da keiner wahrhaben will, dass es durch das System gefallen ist! Ein Jahr umsonst. Ein Kind wird vollkommen ergebnisorientiert beurteilt – ist das im späteren Leben auch so? Kann ein Arbeitnehmer schlechte Zeugnisse bekommen? Ein Anwalt sagte einmal zu mir: Nirgends wird so viel gelogen wie in Arbeitszeugnissen, denn kein Arbeitgeber will verklagt werden. Kann man bei einem Arbeitsplatz durchfallen? Nun, irgendwie mag das sein, dennoch war das Jahr dann nicht umsonst. Die Vergütung hat man bekommen. Werden Erwachsene so ergebnisorientiert beurteilt wie die Kinder in der Schule? Meiner subjektiven Empfindung nach nicht. Auch signifikante Fehler werden in der Regel verziehen und sind kein Kündigungsgrund. Diese Thesen sind weder vollständig, noch argumentationsfest – im Gegenteil, sie sind ein Impuls, der uns nachdenklich machen sollte ... Prof. Gerald Hüther stellte einmal fest: „98 Prozent unserer Kinder sind hochbegabt – nach der Schule sind es noch 2 Prozent.“

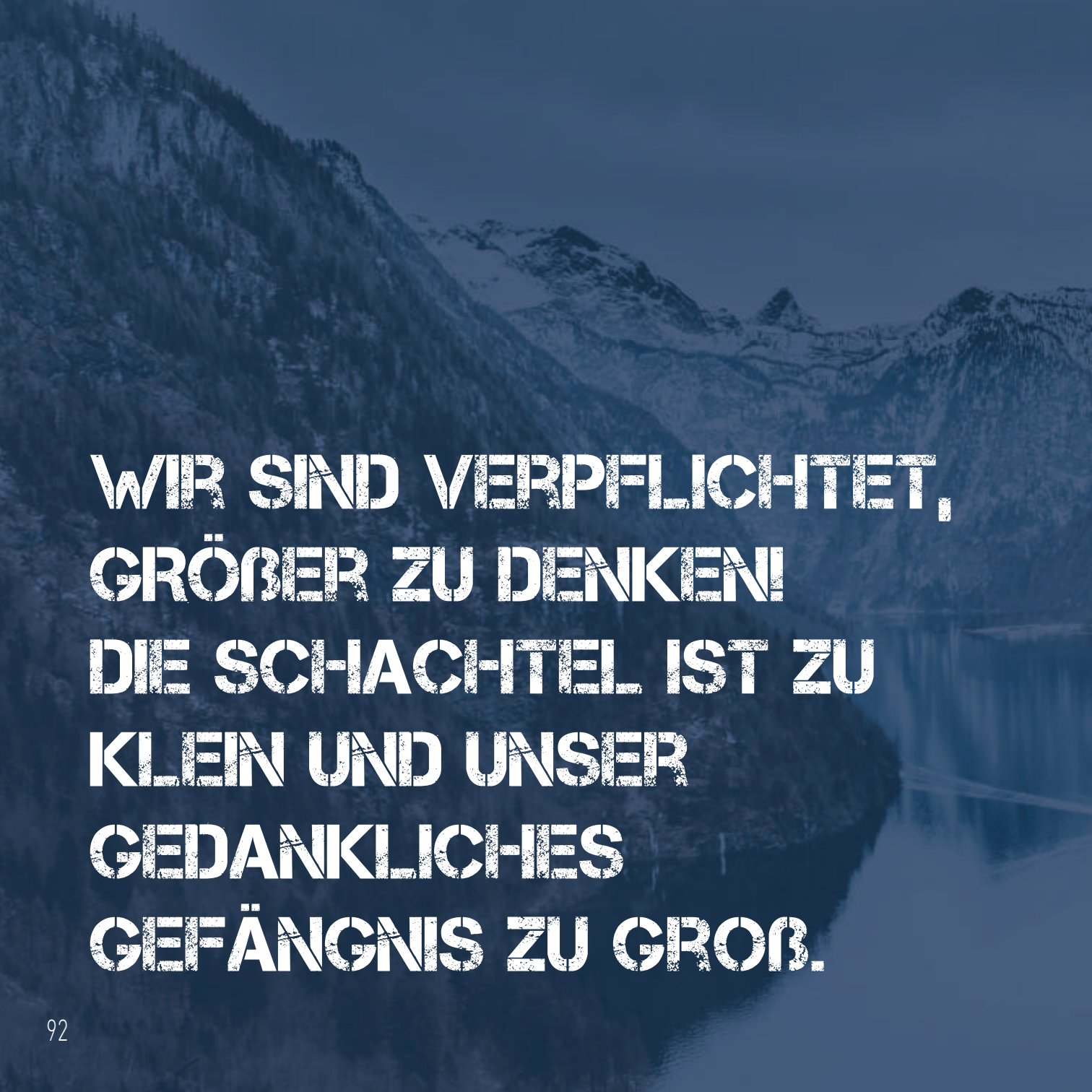
Und wie werden unsere Kinder dann glücklich?

JEDE
ENSCHIEDUNG
VERLANGT EINEN
PREIS VON UNS
AM
KASSENHÄUSCHEN
DES LEBENS




Jede Entscheidung verlangt einen Preis von uns am Kassenhäuschen des Lebens. Aber jede Entscheidung nötigt uns auch Respekt vor uns selbst ab. Gerade weil wir den Preis bezahlen! Das macht uns zu Recht stolz. Getroffene Entscheidungen erhöhen die Selbstachtung. Menschen, die keine Entscheidungen treffen, verlieren nicht nur die Optionen, sondern vor allem die Selbstachtung. Wir tun uns mit den Preisen, die wir im Leben zu zahlen haben, schwer, weil wir nie gelernt haben, Preise zu bezahlen. Mit dem Preis ist nicht das Preisschild eines Produktes gemeint, sondern der Preis, den wir für alle Entscheidungen zahlen müssen. Wir zahlen für alles einen Preis. Wenn wir schlafen, zahlen wir den Preis dafür, nicht wach zu sein. Wenn wir wach sind, zahlen wir den Preis, nicht schlafen zu können. Wenn wir uns entscheiden, faul zu sein, zahlen wir wahrscheinlich den Preis, nicht erfolgreich zu sein. Wenn wir uns entscheiden, viel zu arbeiten, viel Geld zu verdienen, entscheiden wir uns wahrscheinlich dafür, zumindest in dieser Zeit, wenig Freizeit zu haben. Jede Entscheidung im Leben fordert am Kassenhäuschen des Lebens einen Preis. Deswegen sind Menschen erfolgreich, die die Korrelation zwischen Entscheidung und Preis kennen und damit das Gesetz von Ursache und Wirkung bzw. Konsequenz und deren Opportunitätskosten.

Man zahlt immer einen Preis, selbst wenn man keinen bezahlen will. So wie es der Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick formuliert hat: „Wir kommunizieren immer, auch wenn wir nicht kommunizieren.“ So ist es mit dem Preis: Selbst wenn wir uns in unserer Hütte verschließen und nicht am Leben teilnehmen, weil wir keinen Preis zahlen wollen, dann zahlen wir den Preis, nicht am Leben teilzunehmen.



**WIR SIND VERPFLICHTET,
GRÖßER ZU DENKEN!
DIE SCHACHTEL IST ZU
KLEIN UND UNSER
GEDANKLICHES
GEFÄNGNIS ZU GROß.**



A close-up photograph of a wooden surface. Several golden-brown, triangular pastries are scattered around. In the center, a small white paper strip with blue tabs at the ends is placed, featuring handwritten text in German. The text reads: "Du bist der Unterschied, der eben den Unterschied ausmacht." The lighting is warm, highlighting the texture of the wood and the pastries.

Du bist der Unterschied,
der eben den Unterschied ausmacht.

Was

WÜRDEST DU TUN,
WENN DU WÜSSTEST,
DASS EIN MISSEFOLG
AUSGESCHLOSSEN IST?

ANGENOMMEN, DU HÄTTEST EINEN TAG URLAUB IM PARADIES, WAS WÜRDEST DU TUN?

Die meisten würden versuchen, aus diesem Tag alles herauszuholen: Jede nur erdenkliche Möglichkeit, das Paradies zu erleben, zu erforschen, zu entdecken, zu genießen. Keine Sekunde verstreichen lassen, keinen Augenblick verschwenden. Jeden Moment zu einem magischen Moment machen.

Mag sein, dass es an der Aufenthaltsdauer im Paradies liegt. Schließlich sind wir Menschen für einige Jahrzehnte im Paradies. Wir leben im Paradies, das wir Planet Erde nennen, auf dem Planeten der Möglichkeiten. Wir können die tollsten Dinge machen. Es gibt hier mehr zu sehen, als wir in der Lage sind, anzusehen, selbst in 200 Jahren.

Und wir haben es geschafft, das Wort „Langeweile“ zu erfinden – ein Wort, das im Paradies keine Berechtigung hat.



H J G K A D H I L D F A X S F K P L T F
G T F B M H K O H T W D S Q Ä Ö O K H Z
S X F T F Z M B T F W O L G S B G W S C
J H A S E F H T G J B H O K K M G H P I
S W E F B H U K O P Ä H Z G Z T R F V G
K O M H G T Z U J L Ö Ä R G F S T D W Q
N G B V F R E D W K L **J E D E S** G G J F
E W D C V G H B N J U K O M L Ö P O K N
A S D R G V C D G B H J K **E I N** D E R Q
C Ä S W D Z H **W O L L E N** W F V C G Z H
G H G T R S D W S C V G B N H J K O U A
H J G K A D H I L D F A X S F K P L T F
G T F B M H K O H T W D S Q Ä Ö O K H Z
S X F T F Z M B T F W O L G S B G W S C
J H A S E F H T G J B H O K K M G H P I

B V P Ö N X S R T J N L O F X H J O M H
R G A S D F H R A S T B J H U O L P Ö A
H I K L Ö W R T G B H K O L P Ö F G T H
L R F V G T K L M H N G B K P K M H G I
G G S D F R B G H U W Q A X X C H B V Y
A X D G T Z K H G S C V B N Z H J I K M
K M Ü S S E N F W D F T H G Z H B V F F
G F S E T Z T E D C V G Z H J U N H J U
S X G H O L K J U H N M B G F R E D X
J O L K M N B H Z T V O R A U S S R F V
Q S E G H J G K A D H I L D F A X S F F
B V P Ö N X S R T J N L O F X H J O M H
R G A S D F H R A S T B J H U O L P Ö A
H I K L Ö W R T G B H K O L P Ö F G T H
L R F V G T K L M H N G B K P K M H G I

JEDES MÜSSEN SETZT EIN WOLLEN VORAUS

„Kein Mensch muss müssen“, ließ Gotthold Ephraim Lessing seinen weisen Nathan dem Derwisch entgegenhalten. Die Wahrheit ist: Das Müssen setzt das Wollen voraus. Wenn wir leben wollen, dann müssen wir atmen, essen, trinken, ausscheiden, uns warm halten und schlafen. Das sind sechs Dinge. Das ist alles. Wir sind Opfer dieser Dinge und wir können es nicht ändern. Aber das ist alles, was wir tun müssen.

Wenn ich Geld verdienen will, muss ich was tun. Aber erst will ich, nämlich Geld verdienen, dann tue ich, nämlich arbeiten. Das Wollen ist die Voraussetzung, dadurch entsteht ein davon abhängiger Selbstzwang, eine geschaffene Kausalität, ein in die Welt gesetztes Wenn-dann-Muster. Es gibt in Wahrheit kein Müssen, es ist immer ein Müssen-Wollen. Aber ein Müssen-Wollen ist immer noch ein Wollen ...

Selbstverständlich klammere ich jetzt die ganz wenigen, hoffentlich bei Ihnen nie eintretenden, echten Zwangssituationen aus, die bei Gewalttaten entstehen. Natürlich will niemand vergewaltigt oder umgebracht werden.

Es gibt tatsächlich Situationen, in denen wir keine Wahl haben – und das sind die schrecklichsten Situationen, die es im Leben gibt. Und außerdem gibt es noch den Tod, zu dem wir verurteilt sind, unser einziges Geburtsrecht sozusagen. Die genannten sechs Dinge, vereinzelt Gewalttaten und den Tod außen vor gelassen behaupte ich: Sie müssen nie!

Ich kenne Menschen, die diesen Gedanken schon ernsthaft durchdrungen und daraus ihre Konsequenzen gezogen haben. Sie haben beispielsweise das Wort „müssen“ aus ihrem Sprachgebrauch gestrichen. Stattdessen hat einer von ihnen sich angewöhnt, „dürfen“ zu sagen. Das hat Charme. Er sagt zum Beispiel: „Also, liebe Leute, ich bin jetzt müde, ich darf und ich will ins Bett gehen.“ Das macht das Leben so leicht, zu wissen, dass wir fast nichts tun müssen, aber glücklich sein dürfen.

DU MUSST DIR SCHON

SELBST

Konfetti

IN DEIN LEBEN BLASEN!



GELDGÜCK



NICHT
DER ERFOLG LÄSST AUF
SICH WARTEN,
WIR LASSEN DEN
ERFOLG
AUF UNS WARTEN





DU DARFST DEIN LEBEN NICHT
AUS DEN AUGEN VERLIEREN!

LIEBE
IST EIN WORT,
DAS IN UNSERER
GESELLSCHAFT
DIE BEDEUTUNG
VERLOREN HAT

WER WEIß SCHON,
WELCHE MENSCHEN
HEIMLICH INEINANDER
VERLIEBT SIND
UND ES VOREINANDER
VERSCHWEIGEN,
DAMIT DAS LEBEN
GEORDNET
BLEIBT.

winere

is the

love?



@DMIRWORLD



Das Leben ist wie ein Buffet

„ES IST ALLES VORHANDEN IM LEBEN, MAN MUSS ES SICH NUR HOLEN“



Das Leben ist wie ein Buffet. „Es ist alles vorhanden im Leben, man muss es sich nur holen.“ Lange habe ich gebraucht, um mich mit dieser provozierenden Aussage anzufreunden. Vieles war für mich nicht vorhanden. Groß war der Mangel, und noch immer klingt diese Aussage für mich nach viel zu viel Sonnenschein. Aber dennoch ist da etwas Wahres dran! Es ist alles da, im Leben. Es ist alles vorhanden, wie bei einem Buffet. Da ist wirklich alles. Was Du nicht hast, das holst Du Dir einfach – aber Du musst einen Preis dafür bezahlen. Denn jede Entscheidung verlangt einen Preis von uns am Kassenhäuschen des Lebens. Eine getroffene Entscheidung belohnt uns doppelt: **Denn wer sich nie entscheidet und alle Türen offenhält, der bleibt ein Leben lang im Flur stehen.**

Also, es ist alles da: Du suchst eine Frau oder einen Mann? Es gibt knapp drei Milliarden Frauen und ähnlich viele Männer im geschlechtsreifen Alter. Da wird sich doch eine oder einer finden lassen, meinst Du nicht?

Aber es gilt, einen Preis zu zahlen. Der Preis ist eine wie auch immer geartete Attraktivität und der Mut, diesen Menschen zu suchen und ihn anzusprechen und überhaupt erst einmal dahin zu gehen, wo man die Möglichkeit hat, einen Partner zu treffen. Auch wenn das mittlerweile digital funktioniert. Beim Thema Geld verhält es sich ähnlich.

DU BRAUCHST GELD?

Du brauchst Geld? Geh arbeiten! Arbeit gibt es genug. Im Jahr 2018 waren im Jahresdurchschnitt mehr als 750.000 freie Arbeitsstellen gemeldet. Das ist der höchste Wert freier Arbeitsstellen der letzten Jahre in Deutschland.

DU BRAUCHST VIEL GELD?

Dann investiere in Dich, damit Du eine bessere Arbeit bekommst. Es gibt über 100.000 Bildungs- und Weiterbildungsinstitute in Deutschland. Viele davon online und sogar kostenfrei.

DU BRAUCHST SEHR VIEL GELD?

Mach Dich selbstständig, denn Kleinbetriebe sind Motor für Wachstum und Beschäftigung und entscheidend für wirtschaftlichen Wohlstand. Die Zahl der Geschäftsneugründungen in Deutschland hinkt denen in anderen Staaten hinterher. In Deutschland gibt es über eine Million Millionäre – die meisten von ihnen sind selbstständig.

Du bekommst alles im Leben, wenn Du Dich am richtigen Kassenhäuschen anstellst und bereit bist, den Preis zu zahlen. Wir leben in einem Paradies mit Eintrittskartensystem.

Also bedien Dich!

LEISTUNG = POTENZIAL – STÖRFAKTOREN

An der weltberühmten Stanford University stellte man sich die Frage, warum so viele Studenten den anspruchsvollen Eignungstest mit einem Spitzenergebnis bestehen und dann dennoch das Studium abbrechen – während andere im Eignungstest fast versagen, jedoch das Studium bravourös absolvieren. Weltweit wollen Hochschulen sicherstellen, dass ihre Studenten für das jeweilige Studienfach geeignet sind, und so müssen diese einen Eignungstest bestehen. Dabei ist es üblich, dass zukünftige Mathe-Studenten Mathematikaufgaben bestehen müssen und zukünftige Juristen den Umgang mit Paragrafen und Prozessen beweisen dürfen. Um eine hohe und hochwertige Abschlussquote zu erreichen, werden die Besten, manchmal auch nur die Besten der Besten, angenommen. Doch die Rechnung geht nicht auf.

Die Absolventen mit hervorragenden Leistungen waren häufig diejenigen mit schlechtem Einstiegstest und umgekehrt. Eine Untersuchung von 500 Studienanfängern an der Universität in Pennsylvania zeigte, dass klassische Einstellungstests zwar die Eignung für das Studienfach zeigen, jedoch keine verlässliche Aussage zulassen, ob das Studium erfolgreich abgeschlossen wird. Im Gegenteil. Ein viel besserer „Vorhersagemaßstab“ für den späteren akademischen Erfolg sind Optimismus und Hoffnung. Die Universität stellte fest, dass ein „Optimismustest“ mehr über das spätere Abschneiden aussagt, als die klassischen Einstiegstests oder die Noten im ersten Studienjahr. Die Aufnahmeprüfung misst die Begabung, der Optimismustest verrät, wer aufgibt. Erfolgsentscheidend ist letztlich, was zum Erfolg führt. Und das ist eine Kombination

aus ein wenig Talent und der Fähigkeit, auch nach Niederlagen weiterzumachen! Ich brauche also nicht das ganz große Talent, aber Optimismus und Hoffnung. Forscher erkennen Optimismus darin, wie Menschen sich ihre Erfolge und Niederlagen erklären. Aus der Sicht der emotionalen Intelligenz ist Optimismus eine Haltung, die die Menschen angesichts großer Schwierigkeiten davor bewahrt, in Apathie, Hoffnungslosigkeit und Depression zu verfallen. Und ein realistischer, nicht naiver Optimismus zahlt sich im Leben aus, genau wie die mit ihm eng verwandte Hoffnung. Die innere Haltung eines Pessimisten mündet in Verzweiflung – die des Optimisten schöpft Hoffnung. Erfolgreiche Menschen haben die Überzeugung, man habe die Geschehnisse des eigenen Lebens im Griff und ist neu auftretenden Herausforderungen gewachsen.

Es gibt eben einen fundamentalen Unterschied zwischen einem Traum und einem Ziel. Das Ziel kann erreicht werden – und zwar durch Planung. Die enorm erfolgreichen Menschen auf der Forbes-100-Liste haben eines gemeinsam:

Sie behalten ihre Ziele im Blick und haben einen Plan, wie sie diese erreichen können. Eignung genügt da einfach nicht. Aber genau das wird in den Aufnahmeprüfungen der Hochschulen getestet. Auch in vielen Unternehmen wird so gedacht. Dabei gilt der Grundsatz im Leben: „Hire for attitude, train for skills“ – „Suche die Mitarbeiter mit der richtigen Einstellung und trainiere sie in ihren Fertigkeiten“. Es ist keine Frage der Eignung, es ist eine Frage unserer Einstellung und unseres Glaubens, ob wir:

- im Job bei Hürden bestehen
- an das Bestehen eines Studiums glauben
- an das Erreichen eines Zieles glauben – und nicht an Plan B
- an Gott glauben (es heißt glauben und nicht wissen)
- an die Liebe glauben
- an die Chance glauben
- an uns glauben

Manchmal brauchen wir einen Meister, der sieht, was wir nicht sehen, und der uns die Augen öffnet. Mir ging das so, als ich im Schweigekloster war. Dort darf man an keinem Ort und zu keinem

Zeitpunkt sprechen. Selbst wenn Du am Frühstückstisch sitzt und die Butter brauchst, kannst Du Dein Gegenüber nicht einfach um die Butter bitten, denn damit wäre das Schweigen gebrochen. Einmal in der Woche darfst Du mit Deinem Meister fünf Minuten lang sprechen. Ich nutzte die ganze Woche, mir eine schwierige Frage für den Meister zu überlegen. Der Tag und die Stunde kam, ich saß vor ihm und fragte: „Meister! Was ist eigentlich Leistung?“ Er blinzelte nicht einmal und antwortete ohne zu zögern: **„Leistung ist Potenzial minus Störfaktoren.“** Was für eine wundervolle Antwort. Wir alle sind intelligent und tragen ein riesiges Potenzial in uns. Wir sind außergewöhnlich. Wir sind besonders, jeder auf seine Weise. Wir sind bemerkenswert. **Wir sind wunderbar!**

Nur leider scheint bei vielen von uns dieses außergewöhnliche Potenzial unter den vielen Störfaktoren, einer großen Last von Hindernissen, Behinderungen und Hemmnissen verschüttet, wenn nicht sogar erdrückt zu werden. Ich liebe diese Aussage so sehr, denn sie beschreibt die Herausforderung menschlichen Seins in der heutigen Zeit deutlich und pointiert. Ja, genau Du, liebe Leserin, lieber Leser, genau Dich meine ich damit, mit Deinem riesigem Potenzial. Dein Potenzial ist da. Es sind die täglichen großen und kleinen Störfaktoren, die Dich hindern, das Potenzial zur ganzen kraftvollen Entfaltung zu bringen. Es ist wie die Nadel im Heuhaufen. Das Potenzial ist da, das Heu stört nur. Anders gesagt: Wie schaffst Du es, Dich auf Dein Potenzial und die damit verbundenen Möglichkeiten zu fokussieren, die Störfaktoren auszublenden und Dich davon nicht ablenken zu lassen? **Wer seine Potenziale lebt, ist glücklich.**

UNSER

LEBEN

WIRD SO GERNE IN DIE SCHRAUBZWINGE DER

NORMALITÄT

GEDRÜCKT, WIE EINE LEINWAND AUF DEN
RAHMEN

ODER BÜGELWÄSCHE IN DIE

BÜGELMASCHINE



GLÜCKS
KINDER

... SIND WIE TRASH-KOMETEN.

MIT IHREM SCHWEIF VON CHAOS ZIEHEN SIE ÜBER DEN HIMMEL. IHR SCHWEREFELD SAUGT ALLES AN, WIRBELT ES DURCHEINANDER UND SETZT ES NEU ZUSAMMEN.

SIND MEHR ODER WENIGER BESESSENE, AUFSÄSSIGE FREAKS. KEIN WUNDER, DASS SIE VOR IHREM DURCHBRUCH OFT AUSSENSEITER SIND.

SIE KENNEN

KEIN BENIMM,

KEIN PARDON UND

KEINE VERWANDTEN.

**SIE PLATZEN ÜBERALL REIN,
SIE FASSEN ALLES AN,
SIE STELLEN ALLES AUF DEN KOPF.**

SIE SIND VERRÜCKT.

So verrückt, dass sie sogar glauben, die Welt ändern zu können.

Genau deshalb gelingt es ihnen. Manchmal.

NETT ZU SEIN

BEDARF ES WENIG,

DER WER NETT IST, DER IST KÖNIG.

Nett zu sein verändert unser Gehirn, wie Studien zeigen, und hilft so auch dem Helfer. Besonders wirksam sind Random Acts of Kindness, „zufällige Akte der Freundlichkeit“. Kleine gute Taten, oft an Wildfremde gerichtet – ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Zum Beispiel: Im Starbucks mal den 5-Euro-Kaffee des nächsten Kunden mitbezahlen, Geld für den Nächsten in die Parkuhr werfen. Einfach so. Oder beim Kinderwagen vor der Treppe anpacken (vorher bitte kurz fragen). Freundlichkeit füllt uns mit Energie und macht selbstbewusster. In einer Studie an der Berkeley University berichtete der Großteil der Teilnehmer, mehr Energie zu haben, nachdem sie einem anderen geholfen hatten. Sie fühlten sich optimistischer, stärker und selbstbewusster und verspürten deutlich mehr Gelassenheit.

Freundliches Handeln schüttet den Neurotransmitter Serotonin aus und lässt uns die Welt und uns selbst mit anderen Augen sehen. Die University of California sagt: „Wenn wir gut zu anderen Menschen sind, fühlen wir uns gut – als gute Menschen, optimistischer, positiver und moralischer.“ Gutes zu tun verbessert unser Selbstbild, lässt es mehr strahlen.

Eine Harvard-Studie zeigte, dass Menschen, die Gutes tun – zum Beispiel Geld spenden –, glücklicher sind als andere. Forscher konnten noch viele weitere positive Effekte nachweisen, wenn wir unsere Freundlichkeit kultivieren: weniger Schmerzen und Bluthochdruck, weniger Ängste, Sorgen und Panikattacken, weniger Depressionen.

So sollten zum Beispiel Menschen mit starken sozialen Ängsten in einem Experiment der University of British Columbia einmal täglich eine Kleinigkeit für andere tun: die Tür aufhalten, den Abwasch machen, das Essen eines Freundes bezahlen. Die Teilnehmer waren schon nach vier Wochen in drastisch positiverer Stimmung und viel zufriedener mit ihren Beziehungen – und ihr soziales Vermeidungsverhalten baute sich ab. Neben Serotonin wird auch mehr Oxytocin, das Bindungshormon im Gehirn, freigesetzt, das auch beim Kuscheln sowie nach dem Geschlechtsverkehr ausgeschüttet wird. Das Stresshormon Cortisol verringert sich um 23 Prozent. **Die Freundlichkeit ist also sehr freundlich zu uns!** Je regelmäßiger wir sie praktizieren, desto mehr baut sich unser Gehirn entsprechend um. Jeder von uns kann Güte wie einen Muskel trainieren. Die körperlichen und seelischen Auswirkungen verlängern laut einer Veröffentlichung sogar unser Leben. „Menschen über 55, die sich freiwillig in Organisationen einbringen, haben eine um 44 Prozent verringerte Wahrscheinlichkeit, verfrüht zu sterben. Dieser Effekt ist stärker, als viermal in der Woche Sport zu treiben.“

Nebenbei: Freundlichkeit kann zur Kettenreaktion werden. Freundlichkeit und gerade auch die Random Acts of Kindness können neben dem Gehirn auch die Welt verändern. Sie machen schließlich nicht nur uns selbst glücklich, sondern auch die andere Person. Ihre Freude führt oft dazu, dass sie selbst freundlicher handelt. Aus einer einzigen guten Tat kann also eine weitere werden und dann noch eine. Es ist, wie wenn wir einen kleinen Stein ins Wasser werfen – die Wellen breiten sich aus.

Also, seid freundlicher zueinander ...

... und damit auch glücklicher

EGAL,

WELCHES ZIEL DU ERREICHEN WILLST,
WELCHEN BERG DU ERKLIMMEN WILLST
UND AUF WELCHER BERGSPITZE DU STEHEN WILLST

– ES BEGINNT IMMER MIT EINEM ERSTEN SCHRITT





HAST DU EIN PROBLEM
IM LEBEN?

JA

KANNST DU WAS
DARAN ÄNDERN?

JA



Meditation

Leg doch einfach mal die Hände auf Dein Herz.

Schließe die Augen und sei einfach dankbar.

Dankbar, dass Du da bist, wo Du nun bist.

Spüre die Kraft Deines Herzens. Sei dankbar dafür, dass es schlägt, dass es bisher immer geschlagen hat. Was hast Du in Deinem Leben schon alles erleben dürfen, erleben müssen, durchleben müssen. Was gab es an außergewöhnlichen Dingen. Wie viele Menschen Dich auch verlassen haben, wie viele Dinge Du auch hast loslassen müssen, Dein Herz war immer für Dich da. Du musstest dafür nichts bezahlen. Du musstest es Dir nicht verdienen, es war Dein Geburtsgeschenk.

Und jetzt gehe, wenn wir dieses Leben als Reise anschauen, in die ersten Momente Deines Lebens, in denen Du Dankbarkeit spüren durftest.

Wofür warst Du und bist Du dankbar in Deinem Leben?

Was hast Du sehen dürfen, was mitbekommen?


Welche großartigen Dinge durftest Du erleben?

Welche Erfolge durftest Du feiern?

Wie viele Geschenke hast Du von dieser Welt bekommen?

Deinen Partner, Deine Kinder, Deine Ausbildungen, Deine Erfahrungen. Geh in diese Momente. Bitte sag nicht nur: „Oh, da war was!“, sondern fühle diese Momente.

Was hast Du damals gehört, was hast Du gesehen, was hast Du gerochen, was oder wie hast Du geschrien, wie hast Du gehüpft, getanzt, wie stolz warst Du?



Erinnere Dich an diese Momente, Deine Erlebnisse, egal, ob es ein Kieselstein am Bach war, eine Kleinigkeit, eine Übung, eine Schulklasse, einen Berg, den Du bestiegen hast, oder wie Du mit Deinem Dissertationshut, Deinem Studienhut, für Deine unglaubliche Leistung belohnt wurdest. Wie viele Glücks- und Erfolgsmomente konntest Du aneinanderreihen in Deinem Leben, konntest Du aufzeigen, verbinden, die Dich zu dieser Person – dieser wertvollen Person – gemacht haben, die Du heute, die Du jetzt bist, diese wundervolle Person, deren Herz so wunderbar schlägt, für Dich, **nur für Dich.**

Aber Du hast nicht nur schöne Dinge erlebt.

Darum schau auch auf die andere Seite, schau sie mit Dankbarkeit an – auch wenn es schwerfällt. Was durftest Du dadurch lernen, was durftest Du an Erfahrung sammeln? Erfahrung bekommt man immer dann, wenn man nicht das bekommt, was man bekommen wollte. Wie oft hast Du nicht das bekommen, was Du angestrebt hast? Hast dafür eine Lehre, eine Erfahrung bekommen und bist schließlich die Person geworden, die Du heute bist?

Wie viele Steine, die man Dir in den Weg geworfen hat, fanden später ihren Platz in Mauern für ein wichtiges Fundament? Geh in diese Momente hinein, spür sie noch mal richtig, Deine Wut, Deinen Hass, Deine Enttäuschung, Deine Trauer, Deine außergewöhnlichen Emotionen, die Dich wohin auch immer gebracht haben.

What is your

Und was haben all diese Dinge mit Dir gemacht?

Welches Wertesystem wurde Dir dadurch geschenkt?

Welches Wertesystem hast Du Dir aufgebaut?

Bist Du ein Mensch, der für Gerechtigkeit auf dieser Welt einsteht?

Bist Du ein Mensch, der dafür einsteht, dass Dinge geändert werden müssen, welche auch immer es sind?

Spürst Du Unrecht, Unwohl, Ungleichheit, Dinge, die Du ändern und aus dieser Welt schaffen willst?

Wofür stehst Du?

Wofür bist Du angetreten?

Was ist das, was Du tatsächlich erreichen willst?

Welcher Martin Luther bist Du, der an einer Holztür Dinge annagelt? Martin Luther ging es nicht um Religion, es ging ihm darum, dass die Menschen ein selbstbestimmteres Leben führen. Und er hat die Kirche gespalten, ein einzelner Mensch, dessen Freunde wahrscheinlich sagten: „Was willst Du schon erreichen?“ Diese eine Person hat die mächtige Kirche in zwei Teile geteilt.

Die größte Organisation der Welt wurde geteilt, weil ein Mann einen Nagel in eine Kirchentür gehauen hat. Und es gab nicht nur Martin Luther, es gab Martin Luther King, der rief: „I have a dream“, weil eine dunkelhäutige Frau namens Rosa Parks nichts Besseres zu tun hatte, als sich in einem gewöhnlichen Bus nicht mehr – wie damals wegen der Hautfarbe üblich – nach hinten zu setzen. So hat Rosa Parks mit dem Rassismus, mit der Geschichte der Vereinigten Staaten gebrochen und damit ein Land, einen Kontinent verändert.

our dream?

Eine einzige Person!

Oder bist Du so eine Heulsuse wie ich?

Ich erzähle es ungern, denn alle halten mich dann für „verweicht“, aber wenn ich einen Krankenwagen sehe, fange ich zu weinen an. Wenn ich ein Feuerwehrauto sehe, fange ich zu weinen an. Weil ich es so großartig finde, dass wir in einer Gesellschaft leben, die so sehr zusammenhält. Wenn es einem einzigen Menschen schlecht geht, dann kommen Dutzende, ja Hunderte von Menschen in Aktion, um ihm zu helfen. Das ist ja nicht nur der Rettungssanitäter, nicht nur der Fahrer und nicht nur der Notarzt. Das ist die Leitstelle, die Zentrale, die Krankenhäuser, die Hubschrauberpiloten, die Polizisten.

Wir leben in einem Paradies. Wenn ein Mensch eine Sorge hat, werden Tausende aktiv, um diesem einen zu helfen.

Was ist das für eine Gesellschaft, die so großartige Werte hat, um für den Einzelnen so einzustehen? Alle für einen.

Wofür stehst Du ein, was sind die Erfahrungen, Situationen, die guten als auch lehrreichen, die Dich für etwas eintreten lassen?

Wofür bist Du angetreten?

Welchen Traum hast Du?

Dein Traum ist Teil einer positiven und friedlichen Revolution – das ist übrigens die Definition einer Revolution –, Teil eines grundlegenden und nachhaltigen Wandels.

Wir glauben immer, dass der einzelne Mensch nichts bewirken kann. Doch genau das ist das Einzige, was bisher auf dieser Welt funktioniert hat, dass Einzelne die Welt verändern.

Und ich frage nun Dich – und es geht nicht um die Größenordnung und um Ruhm und Reichtum –, ich frage Dich, welche „Rosa Parks“, welcher „Martin Luther“ willst Du sein, welche Botschaft wird Deine Botschaft sein?

Es sind die Kleinigkeiten mit dieser enormen Wirkung, die die Welt verändern. Die Welt ist heute so, weil Menschen sich aufgemacht haben. Du kannst die Welt ein wenig besser verlassen, als Du sie vorgefunden hast. Vielleicht werden die Menschen Deinen Namen vergessen, aber ihr eigenes Leben verändern.

In Deinem Wirken steht der positive Nutzen, die Veränderung im Vordergrund, den Du für Menschen, Unternehmen und Menschheit schaffst.

Damit gehörst Du zu den Menschen, die Ideen, Strategien, Projekte und Unternehmen bewegen und als Wegbereiter und Inspirator positiven Einfluss auf Welt und Wirtschaft nehmen.

Auch wenn Du es nicht glauben magst, man spricht über Dich.

Auch wenn Du es nicht weißt – Dein Stern nimmt Fahrt auf.

Du bist eine Marke.

You are awesome!

Your dreams matter!

„Awesome“ wird gern mit „genial“ übersetzt, aber das „awe“ von „awesome“ steht für Respekt.

Also gehe noch einmal in Deine Bilder und fasse sie zusammen. Was hast Du gesehen, was ist das für ein Gefühl?

Wenn Du jetzt ein Bild davon hast, ein Bild von Deiner positiven Zukunft, dann sag jetzt laut und deutlich „JA“, Ja zu Dir selbst.



SAG

a

ZU DIR
SELBST



**DU BIST
AUF DIESER WELT
KEIN ZUFALL**



A woman with voluminous, dark curly hair is smiling and looking towards the camera. She is wearing a white blazer over a white top and a gold necklace with a pearl pendant. The background is a blurred cityscape with tall buildings and a railing, suggesting an outdoor urban setting.

**GIB
DICH
GANZ**

VON
großen
UND kleinen
WUNDERN

Mir wurde durch meine Frau das große Glück zuteil, große und kleine Wunder – auch und insbesondere in spiritueller Sicht – erleben zu dürfen. Sie sagt immer:

Gib Dich ganz!

Gib Dich ganz - and your life is a beach.

Gibst Du Dich nur 99 % - your life is a bitch.

Kerstin Scherer

www.kerstinscherer.com

Jedes Jahr fliegen wir mit unserer Master Class nach New York in die weltberühmte Schauspielschule, in der schon Johnny Depp, Anthony Hopkins, James Dean, Angelina Jolie, Al Pacino, Robert De Niro, Dustin Hoffman, Marlon Brando, Jack Nicholson, Steve McQueen, Paul Newman, Dennis Hopper und Marilyn Monroe ihre Ausbildung gemacht haben. Es gibt niemanden, der so viele Oscar-Preisträger hervorgebracht hat und hervorbringt wie Lee Strasberg. Ein Lehrer, es war der Kampfsportler Ron Navarre, der unter anderem im Broadway-Musical „A Chorus Line“ aufgetreten ist und als Professor am Pacific Institute of Oriental Medicine lehrt, hat uns mit einer Frage besonders beeindruckt: „Was ist Eure größte Herausforderung?“ Die Antworten darauf waren genauso vielfältig wie vorhersehbar: „Ein glückliches Leben“, „Erfolg“, „gute Performance auf der Bühne“, „ein gelungenes Leben“, „die richtigen Entscheidungen treffen“ usw. Seine Antwort aber war eine andere: „Die einzige Herausforderung für alle ist die Angst!“ Denn Angst hemmt alles! Sie macht uns manchmal sogar bewegungsunfähig. Alles, was wir als Wünsche und Herausforderungen formuliert haben, hängt von unserer Angst ab und unserer Fähigkeit, diese kontrollieren zu können. Wer seine Angst kontrollieren kann, der kann sein Leben beeinflussen. Winston Churchill sagte einst: „Mut: die wichtigste aller Tugenden, denn ohne Mut geschieht nichts.“

Unsere Stadtrundfahrt führt uns auch immer zur Wall Street, zur Börse. Vor vielen Börsen steht ein Bulle als Sinnbild für die steigenden Kurse und ein Bär für die sinkenden Kurse. Das Besondere in Manhattan ist, dass der Bär fehlt, da steht nur ein Bulle. Das mag an der Furchtlosigkeit der Amerikaner liegen oder an der gewünschten Symbolik, nach vorne zu schauen. Ich habe diese Symbolik immer geliebt, denn für mich war und ist New York über viele Jahre und Jahrzehnte mein Tahiti im Sinne von Herman Melville in seinem legendären Roman „Moby Dick“: „Wie der schreckliche Ozean das grüne Land umgibt, liegt in der Seele des Menschen eine Insel Tahiti, voller Frieden und Freude, doch sie ist umgeben von den Schrecken des nur halb gelebten Lebens.“





NEW YORK



DER WEIHNACHTSMANN

Seit ich ein Knirps war, beschäftigt mich jedes Jahr im Dezember die immer gleiche, wiederkehrende Frage. Noch nicht einmal heute lässt sie mir die Ruhe, die mir meine Kunden, Kollegen und Freunde in der Adventszeit wünschen. Die Rede ist von der Frage, die Dir vielleicht auch Deine Kinder schon mal gestellt haben: „Gibt es den Weihnachtsmann?“ Um der Wahrheit auf die Spur zu kommen, habe ich die Mathematik herangezogen. Denn wie sollte man die Wahrheit herausfinden, wenn nicht mit den exakten Wissenschaften? Hier das Ergebnis:

Erstens: Es heißt, der Weihnachtsmann kommt auf einem fliegenden Rentier. Keine bekannte Spezies der Gattung „Rentier“ kann fliegen. Aber es gibt 300.000 Spezies von lebenden Organismen, die noch klassifiziert werden müssen, und obwohl es sich dabei hauptsächlich um Insekten und Bakterien handelt, schließt dies nicht mit letzter Sicherheit fliegende Rentiere aus, die nur der Weihnachtsmann bisher gesehen hat.

Zweitens: Es gibt 2 Milliarden Kinder, also Menschen unter 18 Jahren, auf der Welt. Aber da der Weihnachtsmann angeblich keine Moslems, Hindus, Juden und Buddhisten beliefert, reduziert sich seine Arbeit auf etwa 15 Prozent der Gesamtzahl, laut Volkszählungsbüro nämlich auf 378 Millionen Kinder weltweit. Bei einer angenommenen durchschnittlichen Kinderzahl von 3,5 pro Haushalt ergibt das 91,8 Millionen Häuser. Wir nehmen an, dass in jedem Haus mindestens ein braves Kind lebt, also ein Hausbesuch sein muss.

Drittens: Der Weihnachtsmann hat einen 31-Stunden-Weihnachtstag, bedingt durch die verschiedenen Zeitzonen, wenn er von Osten nach Westen reist – was logisch erscheint. Damit ergeben sich 822,6 Besuche pro Sekunde. Somit hat der Weihnachtsmann für jeden christlichen Haushalt mit mindestens einem braven Kind nur wenig mehr als eine Tausendstel Sekunde Zeit für seine Arbeit: parken, aus dem Schlitten springen, den Schornstein runterklettern, die Socken füllen, die übrigen Geschenke unter dem Weihnachtsbaum verteilen, alle Reste des Weihnachtsessens vertilgen, den Schornstein wieder raufklettern, zurück in den Schlitten und zum nächsten Haus fliegen. Angenommen, dass diese 91,8 Millionen Stopps gleichmäßig auf die ganze Welt verteilt sind – was, wie wir wissen, nicht stimmt, aber als

Berechnungsgrundlage akzeptabel erscheint –, erhalten wir bei angenommenen 1,3 Kilometern Entfernung von Haushalt zu Haushalt eine Gesamtentfernung von 120,8 Millionen Kilometern, nicht mitgerechnet die Unterbrechungen für das, was jeder von uns mindestens einmal in 31 Stunden tun muss. Das bedeutet, dass der Schlitten des Weihnachtsmannes mit 1.040 Kilometern pro Sekunde fliegt, also der 3.000-fachen Schallgeschwindigkeit. Zum Vergleich: Das schnellste von Menschen gebaute Fahrzeug auf der Erde, der Ulysses Space Probe, schafft gerade lächerlichen 43,8 Kilometer pro Sekunde. Ein trainiertes Rentier schafft 24 Kilometer pro Stunde.

Viertens: Die Ladung des Schlittens führt zu einem weiteren interessanten Aspekt. Angenommen, jedes Kind bekommt nicht mehr als ein mittelgroßes Geschenk von etwa einem Kilogramm, dann hat der Schlitten ein Gewicht von 378.000 Tonnen geladen. Auch wenn nur jedes zweite Kind brav gewesen sein sollte, der Schlitten wäre mit 189.000 Tonnen immer noch mächtig überladen – nicht mitgerechnet den Weihnachtsmann selbst, der übereinstimmend als übergewichtig beschrieben wird. Ein gewöhnliches Rentier kann nicht mehr als 175 Kilogramm ziehen. Selbst bei der Annahme, dass ein „fliegendes Rentier“ (siehe Punkt 1) das zehnfache Gewicht ziehen kann, braucht man für den Schlitten nicht acht oder neun Rentiere. Man braucht 216.000 Rentiere! Das erhöht das Gewicht – den Schlitten selbst noch nicht einmal miteingerechnet – auf 410.400 Tonnen. Zum Vergleich: Das ist das vierfache Gewicht des Hochseeluxuskreuzers Queen Elizabeth.

Fünftens: 410.400 Tonnen bei einer Geschwindigkeit von 1.040 Kilometern pro Sekunde erzeugen einen ungeheuren Luftwiderstand. Dadurch werden die Rentiere aufgeheizt wie ein Raumschiff, das wieder in die Erdatmosphäre eintritt. Das vorderste Paar Rentiere muss dadurch 16,6 TRILLIONEN Joule Energie absorbieren – pro Sekunde –, jedes der beiden! Anders ausgedrückt: Sie gehen praktisch augenblicklich in Flammen auf, das nächste Paar Rentiere wird dem Luftwiderstand preisgegeben, und es wird ein ohrenbetäubender Knall erzeugt. Das gesamte Team von Rentieren wird innerhalb von fünf Tausendstel Sekunden vaporisiert. Der Weihnachtsmann wird währenddessen mit der 17.500-fachen Erdbeschleunigung in seinen Sitz gepresst. Bei einem angenommenen Lebendgewicht des Weihnachtsmannes von 120 Kilo wirkt da eine Kraft von überirdischen 20,6 Millionen Newton auf den armen Kerl ein.

Damit komme ich zum Schluss: Wenn der Weihnachtsmann irgendwann einmal die Geschenke gebracht hat, ist er heute leider tot. Damit ist klar, warum die holländischen Kinder ihre „große“ Bescherung am Nikolaustag bekommen und nicht wie bei uns am 24.12. und in einigen Ländern am 25.12., in Russland erst nach dem orthodoxen Kalender am 6. Januar, oder – nach „sozialistischer“ Tradition – zum Jolka-fest (Silvester). Der Grund für diese weihnachtliche Vielfalt: Verteiltes Schenken heißt Rücksicht nehmen – auf den Weihnachtsmann und seine Helfer. Damit nie wieder Rentiere in der Atmosphäre verdampfen müssen!

Allerdings, der Weihnachtsmann ist nicht allein! Während er überwiegend im englischsprachigen Raum unterwegs ist, wird der Rest vom sogenannten „Christkind“ betreut. Ich gehe aber davon aus, dass es nicht wirklich ein Kind ist, da es sich ja sonst um Kinderarbeit handeln würde, und die kann ich nicht tolerieren. Es ist ja auch schon ziemlich alt, obwohl es noch jung aussehen soll. Nun, es hat ja auch nach Weihnachten immer ein Jahr Zeit für diverse Schönheitsbehandlungen. Dieses Christkind ist ausgestattet mit Flügeln, sodass es keine Rentiere braucht, um zu fliegen. Trotzdem muss es mit enormer Geschwindigkeit unterwegs sein. Außerdem muss es über enorme Kräfte verfügen, um den Geschenkeberg tragen zu können.

Bisher völlig unberücksichtigt bleibt die Einstein-Rosen-Brücke, die für eine Krümmung der Zeit sorgt, sodass die Zeit für den Weihnachtsmann im Flug millionenfach verwirbelt wird. Die Zeitachse wird dabei so stark gekrümmt, dass er quasi in eine Zeitschleife gerät und im Flug von Haus zu Haus in die Vergangenheit reist. Praktisch heißt das, er kann sich in jedem Haushalt so viel Zeit lassen, wie er will, da er durch die Einstein-Rosen-Brücke schon zur selben Uhrzeit im nächsten Haus sein wird. Es bleibt nur schleierhaft, wie der Mann so viel essen kann. Aber so könnte es klappen. Was ist eigentlich mit den vielen Weihnachtselfen? Hier ist jetzt der Punkt, an dem ich endgültig aussteige!

ES IST NICHT IMMER WEIHNACHTEN ...

aber wir haben trotzdem ein Geschenk für dich!
Hinter dem Code verbirgt sich der Zugang zu vielen weiteren
meiner Zitate auf schönen Designerpostkarten.
Mit dem Gutschein-Code „Glücksgeschenke“ kannst Du Dir die
Karten, zur täglichen Inspiration, kostenlos downloaden.



www.gluecksgeschenke.com



The image shows the interior of a train carriage. A window with a patterned curtain is visible at the top. Below the window is a white ledge with two circular indentations. A dark brown handrail is mounted on the wall. To the right, there is a wooden cabinet with a dark panel. A red upholstered seat is visible in the foreground and to the left. The text is overlaid on the image.

**WIR WISSEN NIE,
AN WELCHER HALTESTELLE
DES LEBENS
WIR GEZWUNGEN SIND,
*auszusteigen.***

The image shows the interior of a vintage motorhome. A window with a patterned curtain is at the top. Below it is a wooden panel with a dark red handle. To the right is a red upholstered seat. The text is overlaid on the lower part of the image.

**DESHALB MÜSSEN WIR
leben, lieben, verzeihen
UND IMMER**

das Beste geben



**DARUM
GEHEN
SIE
RAUS
UND
ZÜN DEN
SIE DIE
WELT
AN!**



MAN WEIß IM LEBEN NIE,
- **ABER PRALINEN**

WAS MAN KRIEGT
SIND IMMER DABEI.



KONTAKT

Scherer GmbH & Co. KG
Johann-Steffen-Str. 1
56869 Mastershausen

Telefon: +49 (0) 65 45 / 95 99 - 000

Mail: info@hermannscherer.com

www.hermannscherer.com

BILDNACHWEISE

Adobe Stock: S. 4, EVERST; S. 12, EpicStockMedia; S. 16, Rawpixel.com;
S. 18-19, oatawa; S. 22-23, sonyachny; S. 25, Sergey Nivens; S. 41, Alena Ozerova;
S.44, lassedesignen; S. 47, Jacob Lund; S. 54, Polonio Video; S. 64-65, npstockphoto; S. 68-69, anyaberkut;
S. 72, cristina-conti; S. 74-75, vangizzz; S. 77, kseniya Ragozina; S. 81, tatomm; S. 86-87, Chinnapong;
S. 88-89, detailblick-foto; S. 90, sgaze; S. 94, soupstock; S. 96-97, Alena Ozerova, S. 104, Mikhaylovskiy;
S. 107, Jazz; S. 112, floraldeco; S. 114, Mikhaylovskiy; 118, Dmytro Sukharevskiy; S. 137, TTstudio;
S. 142-143, Dieter Hawlan; S. 144-145, pogonici; S. 146-147, 75tiks;
Unsplash: S. 6-7, Benjamin Davies; S. 26, Lukas Blazek; S. 42, Matthew LeJune; S. 66, David Calderón;
S. 72, Kristopher Roller; S. 102, Jason Leung; S. 108-109, ewxy;
Christina Pörsch: S. 8-9, S. 14-15, S. 21, S. 38, S. 58-59, S.78-79; S. 82-83, S. 84-85,
S. 92-93, S. 110-111, S. 126-127, S. 136-139; S. 138 -141
Josua Laufer: S. 56-57, S. 62
Sascha Pörsch: S. 53
Nils Baumgarten: S. 123, S. 131
Kevin Dunkel: S. 149 (Porträtbild Christina Pörsch)
Verena Lorenz: S. 60-61, S. 118-119 (Grafik)

AUTOR

Hermann Scherer



LAYOUT

Christina Pörsch



Über den Autor **HERMANN SCHERER**

Über 3.000 Vorträge vor rund einer Million Menschen
in über 3.000 Unternehmen in 30 Ländern, 50 Bücher in
18 Sprachen, 1.000 Presseveröffentlichungen,
Forschung und Lehre an mehreren europäischen Universitäten, erfolgreiche Firmengrün-
dungen, eine anhaltende Beratertätigkeit, immer neue Impulse und Inspirationen für Welt
und Wirtschaft – **das ist Hermann Scherer.**



CHANCENBLICK

DER NEWSLETTER FÜR IHREN PERSÖNLICHEN UND
UNTERNEHMERISCHEN ERFOLG.

Möchten Sie regelmäßig wertvolle Praxistipps und aktuelle Informationen rund um die Themen
»persönlicher Erfolg«, »Unternehmenserfolg« und
»Chancenintelligenz« erhalten?

Gerne senden wir Ihnen **unverbindlich** und **kostenlos** den regelmäßigen **Chancenblick** zu.
Lassen Sie sich durch die inspirierenden Beiträge berühren, wachrütteln und begeistern!
Um den Chancenblick zu erhalten, senden Sie bitte eine Mail mit dem Betreff „Letter“ an
info@hermannscherer.com

HERMANN SCHERER PODCAST



Verfügbar auf



iTunes



SOUNDCLOUD



Spotify



DEEZER

PRESSESTIMMEN

»Der Bestsellerautor gehört zu Deutschlands besten Coaches.« (WirtschaftsWoche)

Seine Bücher wurden »Wirtschaftsbuch des Jahres« und »Karrierebuch des Jahres« und führten die Bestsellerlisten von WirtschaftsWoche, manager magazin, Handelsblatt und SPIEGEL an.

»Hermann Scherer begeisterte mit seinem Vortrag.« (Süddeutsche Zeitung).

»Der Referent hat von der ersten Minute an begeistert.« (Südkurier)

»Der Marketing-Guru« (Südkurier) und »Spitzentrainer und Highlight des Jahres« (RTL)
»reist für seine Vorträge rund um den Globus und scheut sich nicht vor klaren Aussagen.«
(Aargauer Zeitung)

»Sätze wie in Stein gemeißelt – für solche ist Hermann Scherer bekannt und deshalb nicht zuletzt als Referent so beliebt.« (Handelsblatt)

»In seiner Wortgewaltigkeit erinnert Scherer an die biblischen Trompeten von Jericho.«
(Der Standard)

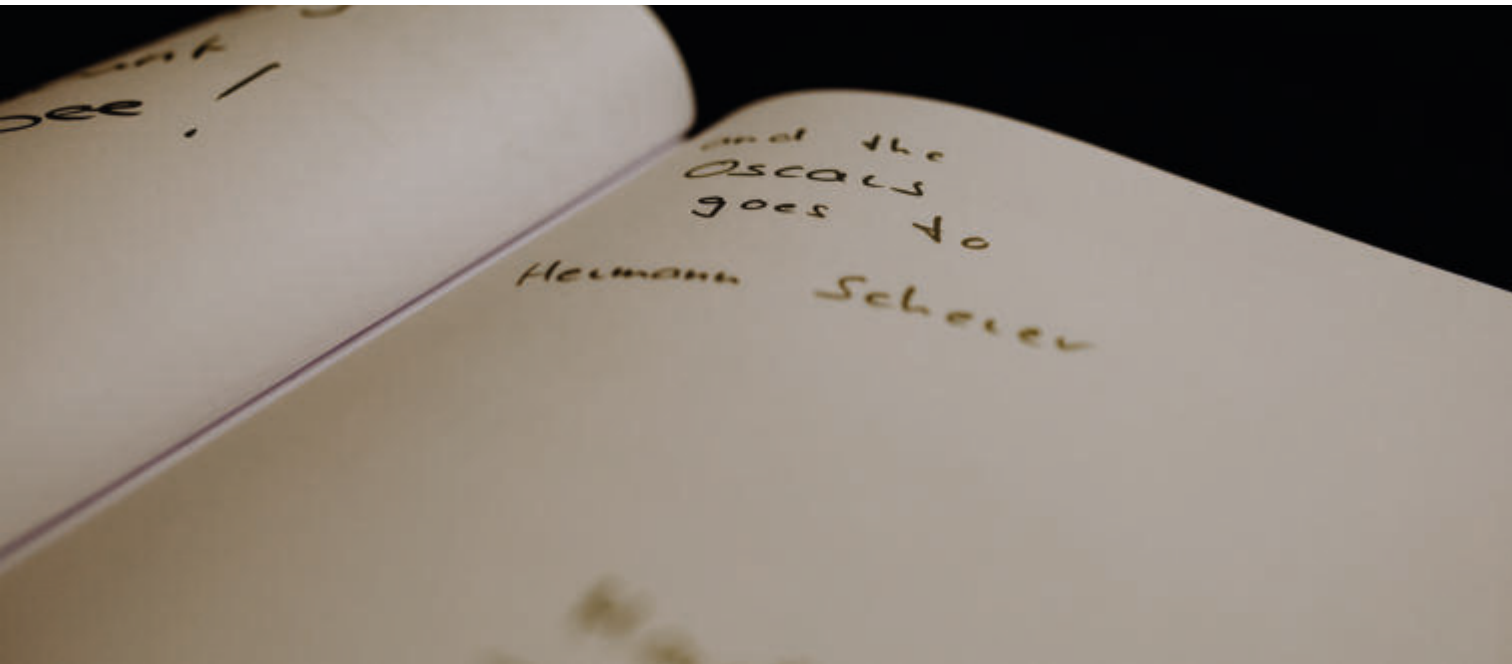
»Der Erfolgsmacher« (FOCUS) »der zu den erfolgreichsten Rednern Europas zählt.« (econo
Wirtschaftsmagazin) »hat den Ex-Präsidenten Bill Clinton für ein Zukunftsforum in Augsburg gewinnen können.« (Süddeutsche Zeitung) und ist »einer der gefragtesten und teuersten Coaches und Unternehmensberater Deutschlands.« (Nordbayerischer Kurier)

»Hermann Scherer gilt als der bekannteste und „coolste“ Vortragsredner, den die deutsche Motivationsbranche hervorgebracht hat.« (Wirtschaft + Weiterbildung)

»Er ist einer der profiliertesten Coaches und Unternehmensberater Deutschlands. Belesen und voller Charisma gleichermaßen – und ausgestattet mit einem Gespür für die Alltagsorgen der Menschen.« (Handelsblatt)

»... gilt als einer der besten Redner der Republik. Charismatisch, emotional, lustig und nachdenklich gab Referent Hermann Scherer viele Denkanstöße mit auf den Weg.« (Marburger Zeitung)

Der »Vortragsredner 2012«, »Trainer des Jahres 2013«, »International Speaker of the Year 2014«, »Top-Speaker 2015«, »Grand prix d'excellence des conférenciers européens 2016«, »Platz 3 der 100 besten Erfolgstrainer Deutschlands und Österreichs 2017« und »Speaker des Jahres 2018« »zählt zu den Besten seines Faches. Seine Seminare sind gefragt – bei Marktführern und solchen, die es werden wollen.« (Süddeutsche Zeitung)





FOLGE HERMANN AUF



@Hermann Scherer



@hermannscherer_official



@Hermann Scherer



TÄGLICHE INSPIRATION!



auf

www.scherer-daily.com

und auch täglich um 15 Uhr auf

Hamburg 
www.hamburg1.de