



Leseprobe

Darren Hardy

Die Gewinnerformel

Für Erfolg auf ganzer Linie –
Beruf, Finanzen, Privatleben
- Der New-York-Times-
Bestseller mit einem
Vorwort von Anthony
Robbins

Bestellen Sie mit einem Klick für 10,00 €



Seiten: 256

Erscheinungstermin: 19. Oktober 2020

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Buch

In *Die Gewinnerformel* verrät Darren Hardy, wie Sie mit kleinen, alltäglichen Entscheidungen alles erreichen, was Sie sich vornehmen. Sein leicht umzusetzendes Schritt-für-Schritt-System erklärt die wichtigsten Erfolgsprinzipien für alle Lebensbereiche – Beruf, Finanzen, Beziehungen, Fitness und vieles mehr – und hilft, Fortschritte nachzuverfolgen, um den verdienten Erfolg zu erlangen. Ganz ohne Tricks und doppelten Boden geht es um das, was wirklich zählt: Sechs grundlegende Methoden, die, richtig angewendet, zu einer Art Betriebsanleitung werden für echte Motivation und dauerhaften Erfolg. Denn es ist an der Zeit, dass Sie sich neue Verhaltensweisen und Gewohnheiten aneignen, die Sie von der Selbstsabotage befreien und auf die Gewinnerseite führen. Dieses Buch wird Ihr Leben verändern! So einfach ist das.

Autor

Darren Hardy ist seit mehr als 25 Jahren tonangebend im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung. Als Unternehmer bezog Hardy bereits mit 18 Jahren ein sechsstelliges Jahreseinkommen, sechs Jahre später lag es bei einer halben Million Dollar. Mit 27 Jahren machte er mit seiner Firma mehr als 50 Millionen Dollar Umsatz im Jahr. Als Herausgeber und Chefredakteur des *SUCCESS*-Magazins interviewte er führende Experten, CEOs namhafter Firmen, revolutionäre Unternehmer, berühmte Entertainer, Sportgrößen und Olympiasieger, um ihnen das Geheimnis ihres außergewöhnlichen Erfolgs zu entlocken und es mit der Welt zu teilen. Hardy ist ein beliebter Keynote-Speaker und tritt regelmäßig im Radio und im Fernsehen auf. Er lebt in San Diego, Kalifornien.

Mehr zum Autor unter www.darrenhardy.com

Die amerikanische Originalausgabe erschien 2010 unter dem Titel
»The Compound Effect« bei Vanguard Press
sowie 2020 bei Hachette Books, New York.

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor
und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie
kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des
Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten
für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

3. Auflage

Deutsche Erstausgabe November 2020

Copyright © 2010, 2020 der Originalausgabe: Darren Hardy, LLC

Copyright © 2020 der deutschsprachigen Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag,
München, in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Dieses Werk wurde vermittelt durch die Literarische Agentur
Thomas Schlück GmbH, Hannover.

Umschlag: Uno Werbeagentur, München

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

KW · TW

ISBN 978-3-442-17895-7

www.goldmann-verlag.de



Ich widme dieses Buch:

Jerry Hardy,
meinem Trauzeugen, meinem Vater:
dem Mann, der mir die Prinzipien
der Gewinnerformel vorlebte.

Und Jim Rohn,
meinem Mentor: dem Mann,
der mir unter anderem beigebracht hat,
über Dinge von Bedeutung zu reden,
und zwar mit Menschen,
die es interessiert.



VORSICHT! Die Kapitelüberschriften in diesem Buch muten einfach an. Erfolgsstrategien sind längst kein Geheimnis mehr, aber die meisten Menschen ignorieren sie. Sie glauben, das Geheimnis zum Erfolg bereits zu kennen? Das glauben alle anderen auch. Die hier vorgestellten sechs Strategien jedoch werden, der Reihe nach angewendet, Ihr Einkommen, Ihr Leben und Ihren Erfolg in ungeahnte Höhen katapultieren.

Während meiner über 25-jährigen Tätigkeit in der Erfolgsbranche ist mir schon so einiges untergekommen. Nichts funktioniert so gut wie die **Gewinnerformel**: über einen längeren Zeitraum einfache Handlungen konsequent umsetzen.

Das ist sie, die einzige Methode, die Sie wirklich dauerhaft erfolgreich machen wird. Was auch immer Ihr Traum, Wunsch oder Ziel sein mag: Das Buch, das Sie gerade in Ihren Händen halten, verrät Ihnen, wie Sie es erreichen können. Lesen Sie es – es wird Ihr Leben verändern!

INHALT

Vorwort von Tony Robbins _____	9
Einleitung _____	15



1. DIE GEWINNERFORMEL IN AKTION _____	21
2. ENTSCHEIDUNGEN _____	43
3. GEWOHNHEITEN _____	85
4. IMPULS _____	137
5. EINFLÜSSE _____	171
6. BESCHLEUNIGUNG _____	201

Schlusswort _____	223
Dank _____	229
Arbeitsmaterial _____	231
Register _____	247





**Egal, was Sie lernen,
oder welche Strategie
oder Taktik Sie anwenden:
Die Gewinnerformel
wird Sie zum Erfolg führen.**



VORWORT VON TONY ROBBINS

Sind Sie mit Ihrem Leben so, wie es jetzt ist, zufrieden? Oder blättern Sie gerade in diesem Buch, weil Sie auf der Suche nach Veränderung sind? Ich tippe darauf, dass Sie *Die Gewinnerformel* in die Hand genommen haben, weil es mindestens einen Bereich in Ihrem Leben gibt, mit dem Sie im Moment nicht zufrieden sind. Und ob Sie es glauben oder nicht: Diese Unzufriedenheit hat etwas Gutes. Denn sie bedeutet, dass Sie nach Antworten suchen, dass Sie wachsen wollen.

Die meisten Menschen denken, dass es schwierig sei, sich zu verändern und persönlich weiterzuentwickeln. Aber ich glaube, dass es nicht kompliziert oder anstrengend sein muss, Träume zu verwirklichen und Ziele zu erreichen. Erfolg ist einfach. *Die Gewinnerformel* basiert auf einem Prinzip, das ich in meinem eigenen Leben und in meinem Training anwende, und zwar, dass Entscheidungen unser Schicksal formen. Kleine alltägliche Entscheidungen werden entweder zu dem Leben führen, das Sie sich wünschen, oder zur selbst verschuldeten Katastrophe. Tatsächlich sind es die kleinsten Entscheidungen, die unser Leben bestimmen. Was man isst und wo man arbeitet, mit welchen Menschen man seine Zeit verbringt, wie man seinen Tag gestaltet – jede Entscheidung prägt Ihr jetziges und, noch viel wichtiger, Ihr zukünftiges Leben.

Sie sehen, bei Erfolg geht es nicht darum, 5000 verschiedene Dinge gut zu machen. Es geht darum, die richtigen Dinge mindestens 5000 Mal zu machen. Und das ist es, was Darren Hardy hier für Sie aufbereitet hat: Schlüsselprinzipien zum Erfolg – und wie Sie sie in Ihren Alltag integrieren können. So werden Sie dauerhaft erfolgreich.

Wenn Sie jemanden suchen, der Sie in einer lebensverändernden Zeit begleiten soll – der Ihnen dabei hilft, das Leben zu leben, das Sie sich wünschen –, dann hören Sie nicht nur auf das, was Menschen sagen, sondern beobachten Sie, was sie tun. Denn das offenbart ihr wahres Ich. Und das bewundere ich an Darren: Er praktiziert, was er predigt. Was er hier mit Ihnen teilt, hat in seinem Leben funktioniert – und auch in meinem.

Darren und ich haben beide schon in jungen Jahren beschlossen, unsere Geschicke selbst in die Hand zu nehmen. Dabei ließen wir uns von Menschen inspirieren, die ein Leben nach unserer Vorstellung führten. Das Gelernte setzten wir dann in die Tat um. Es ist keine große Überraschung, dass wir beide Jim Rohn als unseren Mentor bezeichnen. Jim war ein Meister darin, Menschen verständlich zu machen, welche Wahrheiten und Prinzipien zu echtem Erfolg führen. Er lehrte uns, dass Erfolg eine Wissenschaft ist. Sicher, jeder ist anders, aber es gelten immer die gleichen Gesetze des Erfolgs. Man erntet, was man sät – das Leben birgt nicht mehr als das, was man bereit ist zu investieren. Wenn Sie mehr Liebe wollen, müssen Sie mehr Liebe geben. Wenn Sie mehr Erfolg wollen,

müssen Sie andere erfolgreicher machen. Und wenn Sie die Kunst des Erfolgs erlernen und beherrschen, werden Sie den Erfolg erzielen, den Sie sich wünschen.

Darren Hardy ist der lebende Beweis dieser Philosophie. Er praktiziert, was er predigt. Was er in diesem Buch mit Ihnen teilt, hat in seinem Leben – und auch in meinem – funktioniert.

Darren Hardy hat es mit einfachen, jedoch tiefgreifenden Erfolgsprinzipien geschafft, mit 24 Jahren mehr als eine Million Dollar im Jahr zu verdienen und mit 27 Jahren eine mehr als 50 Millionen Dollar schwere Firma aufzubauen. Er machte aus seinem Leben sein persönliches Test- und Forschungslabor zum Thema Erfolg. Er war sein eigenes Versuchskaninchen, an dem er Tausende Ideen, Mittel und Werkzeuge testete. An seinen Misserfolgen und Triumphen erkannte er, welche Ideen und Strategien von Wert sind und welche einfach nur Unsinn.

Seit mehr als 25 Jahren kreuzen sich meine Wege mit Darren, der einer der führenden Experten auf dem Gebiet der Persönlichkeitsentwicklung ist und bereits mit unzähligen renommierten Autoren, Speakern und Strategen zusammengearbeitet hat. Er hat Zehntausende Unternehmer gecoacht, viele große Unternehmen beraten und war persönlicher Mentor Tausender CEOs und Topmanager. So lernte er, was wirklich zählt und funktioniert – und was nicht. Als TV-Produzent und Herausgeber des *SUCCESS*-Magazins saß Darren am Schalthebel der Persönlichkeitsentwicklungsbranche. Er

interviewte bekannte Führungspersonen, von Richard Branson über General Colin Powell bis hin zu Serena Williams, rund um das Thema Erfolg und sammelte ihre besten Ideen – sogar ein paar von meinen. Er ist wie eine Enzyklopädie, die alle Informationen zu persönlichem Erfolg aufsaugt, sortiert, filtert, verdaut, analysiert, zusammenfasst, kategorisiert und aufschlüsselt. Er hat Ordnung in das Durcheinander gebracht und sich auf die Kerninhalte konzentriert – Prinzipien, die Sie sofort in *Ihrem* Leben umsetzen können, um messbare und dauerhafte Resultate zu erzielen.

Dieses Buch ist eine Bedienungsanleitung, die Ihnen zeigt, wie man sich das System zu eigen macht, es kontrolliert, beherrscht und an die eigenen Bedürfnisse und Vorstellungen anpasst. Hat man das einmal geschafft, gibt es nichts mehr, was man nicht haben oder erreichen kann.

Die Gewinnerformel basiert wie gesagt auf einem Gesetz, das ich in meinem eigenen Leben und meiner Ausbildung anwende: Das Schicksal eines Menschen wird durch seine Entscheidungen geformt. Ihre Zukunft haben Sie selbst in der Hand. Die Entscheidungen, die Sie treffen – auch die kleinen, alltäglichen – führen zu dem Leben, das Sie sich wünschen, oder aber zu bedauerlichen Ergebnissen. Tatsächlich sind es die kleinsten Entscheidungen, die unser Leben bestimmen. Kommt man nur zwei Millimeter vom Kurs ab, ist man bereits auf einem anderen Pfad. Was wie eine winzige, folgenlose Entscheidung aussieht, kann sich als massive Fehlkalkulation herausstellen. Was man isst und wo man arbeitet, mit

welchen Menschen man seine Zeit verbringt, wie man seinen Nachmittag gestaltet: Jede Entscheidung prägt Ihr jetziges und – noch viel wichtiger – Ihr zukünftiges Leben. Die gute Nachricht ist, dass Sie nicht machtlos sind. Genau so, wie eine Zwei-Millimeter-Abweichung Sie auf die schiefe Bahn bringen kann, bringt Sie eine Zwei-Millimeter-Neujustierung wieder auf den richtigen Weg. Der Trick besteht darin, den Plan, den Leitfaden oder die Karte zu finden, die einem zeigt, wo der richtige Weg ist. Und wie man da hinkommt. Und wie man da bleibt.

Ich möchte Sie auffordern, nicht mehr im passiven Reaktionsmodus zu leben – entscheiden Sie sich noch heute, die Kontrolle über Ihr Leben zu übernehmen und die Entscheidungen zu treffen, die Ihr Schicksal positiv beeinflussen. Wenn Sie wachsen wollen (und ich hoffe, das wollen Sie!), nutzen Sie die Werkzeuge in diesem Buch. Verwenden Sie es als Leitfaden, um das Leben und den Erfolg zu erlangen, die Sie sich wünschen. Denken Sie daran: Erfolg ist einfach. Sie müssen nur die richtigen Dinge tun – und das jeden einzelnen Tag –, dann werden Sie das Beste bekommen, was das Leben zu bieten hat.

Dieses Buch ist *genau* das: ein detaillierter, handfester Aktionsplan. Lassen Sie sich überraschen, werfen Sie Ihre bisherigen Annahmen über Bord, seien Sie neugierig und machen Sie Ihr Leben wertvoller – *ab jetzt*. Nutzen Sie dieses Werkzeug. Lassen Sie sich von ihm den Weg zeigen, um das Leben zu führen und den Erfolg zu haben, den Sie sich wünschen.

Wenn Sie das und all die anderen sinnvollen Dinge tun – Tag für Tag –, dann bin ich mir sicher, dass Sie das Beste aus Ihrem Leben machen können.

Leben Sie leidenschaftlich!

Tony Robbins

Unternehmer, Bestsellerautor und Coach für Höchstleistungen

EINLEITUNG

In diesem Buch geht es um Erfolg und wie man ihn tatsächlich erzielt. Es wird Zeit, dass Ihnen das mal jemand ganz klar sagt. Sie wurden schon viel zu lange für dumm verkauft. Es gibt keine Zauberformel, kein schnelles Patentrezept. Man verdient nicht 200.000 Euro im Jahr, indem man zwei Stunden am Tag im Internet surft; man verliert keine 15 Kilo in einer Woche mit einer »Hollywood-Diät« oder reibt sich mit einer Creme 20 Jahre aus dem Gesicht; man löst keine Beziehungsprobleme mit einer Tablette oder erzielt nachhaltigen Erfolg mit einer Methode, die zu gut klingt, um wahr zu sein. Es wäre schön, wenn man Erfolg, Ruhm, Selbstwertgefühl, harmonische Beziehungen, Gesundheit und Wohlbefinden hübsch verpackt im Supermarkt kaufen könnte. Aber leider funktioniert das so nicht.

Wir werden ständig mit immer sensationelleren Angeboten bombardiert, die uns reich, fit, jung und sexy machen sollen – alles über Nacht und ohne viel Arbeit, überweisen Sie einfach drei Mal 39,95 Euro. Diese unablässigen Marketingbotschaften haben uns das Gefühl dafür verlieren lassen, was es wirklich braucht, um erfolgreich zu sein. Wir haben die einfachen, aber tiefgreifenden Prinzipien des Erfolgs nicht mehr präsent.

Davon habe ich jetzt genug. Ich werde mich nicht zurücklehnen und dabei zusehen, wie diese leichtsinnigen Botschaf-

ten Menschen auf die falsche Fährte locken. Ich habe dieses Buch geschrieben, um Sie zurück zu den Ursprüngen zu bringen. Gemeinsam werden wir richtig ausmisten und uns wieder auf das besinnen, was wirklich zählt. Sie können die Übungen und bewährten Erfolgsprinzipien in diesem Buch sofort in *Ihr* Leben integrieren, um messbaren und nachhaltigen Erfolg zu erzielen. Ich werde Ihnen beibringen, wie man die Gewinnerformel so anwendet, dass Sie das System, das Ihr Leben bisher im Guten wie im Schlechten bestimmt hat, zu Ihrem Vorteil nutzen und Sie Ihr Leben wirklich umkrempeeln können. Sie haben schon gehört, dass man alles erreichen kann, solange man es nur wirklich will, richtig? Nun ja, man muss auch wissen wie. Die Gewinnerformel ist die Gebrauchsanweisung, mit der Sie das System beherrschen werden. Danach gibt es nichts mehr, was Sie nicht haben oder erreichen können.

Woher ich weiß, dass die Gewinnerformel die einzige Methode ist, die Sie für den ultimativen Erfolg brauchen? Erstens: Ich habe all diese Prinzipien in meinem eigenen Leben umgesetzt. Ich hasse es zwar, wenn Autoren sich selbst auf die Schulter klopfen, aber es ist wichtig zu wissen, dass ich aus eigener Erfahrung spreche: Ich bin der lebendige Beweis für meine Formel, das ist keine bloße Theorie. Wie Tony Robbins erwähnte, konnte ich schon große berufliche Erfolge verzeichnen, weil ich die Prinzipien, von denen Sie in diesem Buch lesen werden, rigoros angewandt habe. In den letzten 40 Jahren habe ich mich intensiv mit Erfolg und menschlichen Er-

rungenschaften auseinandergesetzt. Ich investierte Hunderttausende von Dollar, um verschiedenste Ideen, Werkzeuge und Philosophien zu testen. Meine persönliche Erfahrung hat bewiesen, dass – egal, was Sie lernen oder welche Strategie Sie anwenden – am Ende der umgesetzten Gewinnerformel der Erfolg steht.

Zweitens: Seit mehr als 25 Jahren bin ich ein zentraler Gestalter der Erfolgsmedienbranche. Ich habe mit sehr vielen angesehenen Meinungsführern, gefeierten Vortragsrednern und Bestsellerautoren zusammengearbeitet. Als Berater von CEOs und Hochleistungsträgern trainierte und begleitete ich unzählige Wirtschaftsführer. Aus all diesen Fallstudien habe ich das herausgezogen, was funktioniert – und was nicht.

Drittens: Als Produzent von drei Fernsehsendern, die Erfolg zu ihrem Programm machten, und als Herausgeber des *SUCCESS*-Magazins war es meine Aufgabe, die Ideen, Werkzeuge und Profile der erfolgreichsten Menschen der Welt auf den Prüfstand zu stellen, zu kuratieren und auf das Wesentliche zu reduzieren, um zu entscheiden, wen wir in unsere Fernsehshows einladen oder auf den Seiten unseres Magazins vorstellen. Jeden Monat interviewte ich ein halbes Dutzend Topexperten zu einer großen Bandbreite an Erfolgsthemen und extrahierte ihre besten Ideen. Tagein, tagaus durchforschte ich eine Unmenge an Ideen, Informationen und Strategien zu persönlichem und beruflichem Erfolg.

Und darauf will ich hinaus: Wenn man einen solch tiefgreifenden Einblick in diese Branche hat und sich das nötige

Know-how aneignet, indem man sich mit den Lehren und Best Practices einiger der erfolgreichsten Menschen der Welt beschäftigt, dann sieht man plötzlich sehr klar. Man erkennt Wahrheiten, die dem Erfolg zugrunde liegen. Ich habe inzwischen schon so einiges gesehen, gelesen und gehört, ich lasse mich vom neuesten »genialen Trick« oder dem selbsternannten Propheten mit seinem »wissenschaftlichen Durchbruch« nicht für dumm verkaufen. Spielereien beeindrucken mich nicht mehr, dafür habe ich zu viel Erfahrung. Ich war schon oft auf Holzwegen und habe viel Lehrgeld bezahlen müssen.

In diesem Buch geht es um das, was wirklich zählt – ohne all das unnütze Beiwerk und die Störgeräusche. Und was ist das? Das sind sechs grundlegende Prinzipien, die, wenn Sie sich darauf konzentrieren und sie beherrschen, zu einer Art Betriebsanleitung werden, mit deren Hilfe Sie jedes anvisierte Ziel erreichen und das Leben leben können, das Ihnen bestimmt ist. Dieses Buch enthält diese sechs Prinzipien, die zusammen das Erfolgssystem ergeben, das ich die Gewinnerformel nenne.

Bevor wir aber loslegen, hier noch eine Warnung: Erfolg ist anstrengend. Der Weg dahin ist mühsam, langwierig und manchmal sogar langweilig. Es kann dauern und zäh sein, wohlhabend und einflussreich zu sein oder an die Spitze in Ihrem jeweiligen Bereich zu kommen. Verstehen Sie mich nicht falsch, wenn Sie diese Schritte befolgen, werden Sie fast sofort Resultate sehen. Wenn Sie allerdings eine Abneigung gegen Arbeit, Disziplin und Engagement haben, dann

schalten Sie besser wieder den Fernseher an und warten auf die nächste Werbesendung, die Ihnen Erfolg über Nacht verspricht – wenn Sie Ihre Kreditkarte zücken.

Worauf ich hinauswill: Sie wissen bereits, was Sie brauchen, um erfolgreich zu sein. Mehr müssen Sie nicht lernen. Wenn alles, was wir bräuchten, nur mehr Informationen wären, dann hätten alle Menschen mit Internetanschluss eine Villa, einen Waschbrettbauch und wären überglücklich. Sie brauchen keine neuen Informationen oder mehr davon – Sie brauchen einen *Aktionsplan*. Es ist an der Zeit, sich neue Verhaltensweisen und Gewohnheiten anzueignen, die Sie weg von der Selbstsabotage und hin zum Erfolg führen. So einfach ist das.

Hin und wieder weise ich im Buch auf Material hin, das ich Ihnen im Anhang sowie auf meiner Webseite *TheCompoundEffect.com* zur Verfügung stelle. Schauen Sie es sich bitte an! Benutzen Sie es! Dieses Buch und die Tools, mit denen ich Sie unterstütze, sind das Beste aus all dem, was ich bisher gehört, gesehen, gelernt und ausprobiert habe. Alles in einem kleinen Buch, das Ihr Leben verändern wird. So einfach ist das!

Lassen Sie uns loslegen!



KAPITEL 1

DIE GEWINNERFORMEL IN AKTION

Kennen Sie den Spruch »In der Ruhe liegt die Kraft«? Haben Sie schon einmal die Geschichte von der Schildkröte und dem Hasen gehört? Meine Damen und Herren, ich bin die Schildkröte. Geben Sie mir nur genug Zeit, und ich werde jeden schlagen, jederzeit, in jedem Wettbewerb. Warum? Nicht, weil ich der Beste, der Schlaueste oder der Schnellste bin. Ich werde gewinnen, weil ich mir positive Verhaltensweisen angewöhnt habe und weil ich darin konsequent bin. Es gibt nichts, woran ich mehr glaube als an Konsequenz. Ich bin der lebendige Beweis dafür, dass Konsequenz der Schlüssel zum Erfolg ist. Gleichzeitig ist es die größte Fallgrube. Denn die meisten Menschen wissen nicht, wie man konsequent bleibt. Ich schon. Und das habe ich meinem Vater zu verdanken. Im Grunde war er mein erster Mentor, durch ihn entdeckte ich die Wirkung der Gewinnerformel.

Als ich 18 Monate alt war, ließen sich meine Eltern scheiden. Mein Vater zog mich von da an allein auf. Er war nicht gerade der sanfteste, fürsorglichste Typ. Er hatte früher als

Footballtrainer an Universitäten gearbeitet und schwor mich auf Leistung ein.

Ihm habe ich es zu verdanken, dass ich jeden Morgen um 6 Uhr geweckt wurde. Nicht etwa durch eine liebevolle Berührung oder den Alarm eines Weckers. Nein, ich wachte jeden Morgen davon auf, dass Eisen wiederholt auf den Betonboden der Garage aufschlug, die sich neben meinem Schlafzimmer befand. Es war, als wachte man direkt neben einer Baustelle auf. Er hatte in großen Lettern »Ohne Fleiß kein Preis« an die Garagenwand gemalt. Darauf starrte er, während er seine Oldschool-Übungen im Gewichtheben machte sowie unzählige Ausfallschritte und Kniebeugen. Egal bei welchem Wetter, mein Vater war da draußen, in seinen Shorts und dem alten Sweatshirt. An keinem einzigen Tag machte er eine Ausnahme. Man konnte die Uhr nach ihm stellen.

Ich hatte mehr Aufgaben als eine Haushälterin und ein Gärtner zusammen. Wenn ich aus der Schule kam, wartete bereits eine Liste von Anweisungen auf mich: Jäte Unkraut, reche das Laub, fege die Garage, staube ab, sauge das Haus, mach den Abwasch – was auch immer. Und schlechte Noten wurden nicht toleriert. So war das einfach damals.

Er war der typische »Keine-Ausreden«-Vater. Wir durften niemals zu Hause bleiben, wenn wir krank waren, es sei denn, wir mussten uns übergeben, hatten eine stark blutende Wunde oder »die Knochen zeigten sich«. Die Wendung »Knochen zeigen« stammte aus seiner Zeit als Trainer. Seine Spieler wussten, dass sie ohne ernsthafte Verletzungen nicht

ausgewechselt würden. Einmal bat sein Quarterback darum, vom Spielfeld zu gehen. Mein Vater daraufhin: »Nicht, bevor sich nicht die Knochen zeigen«. Der Quarterback zog seine Schulterpolster herunter, und man konnte tatsächlich sein Schlüsselbein sehen. Erst dann durfte er ausgewechselt werden.

Eine der Kernphilosophien meines Vaters war: »Es ist egal, wie schlau du bist. Du musst mit harter Arbeit deinen Mangel an Erfahrung, Können, Intelligenz oder Talent wettmachen. Wenn dein Mitstreiter schlauer, talentierter oder erfahrener ist, musst du einfach drei- oder viermal so viel arbeiten. Dann kannst du ihn trotzdem besiegen!« Er brachte mir bei, dass harte Arbeit jeden Nachteil ausgleichen kann, egal bei welcher Herausforderung. Die Freiwürfe beim Spiel gelingen nicht? Mach einen Monat lang jeden Tag Tausend Freiwürfe. Du bist mit der linken Hand nicht so gut beim Dribbling? Binde die rechte Hand hinter deinem Rücken fest und dribble drei Stunden am Tag. Nicht so gut in Mathe? Setz dich auf den Hosenboden, organisier dir einen Nachhilfelehrer und lern den Sommer über durch, bis du es verstanden hast. Keine Ausreden. Wenn du in etwas nicht gut bist, dann arbeite noch mehr an dir, oder zielgerichteter. Er praktizierte auch, was er predigte. Mein Vater arbeitete sich vom Footballtrainer zu einer hohen Position im Vertrieb hoch. Dort wurde er dann Chef, und am Ende hatte er seine eigene Firma.

Aber er sagte uns Kindern nicht ständig, was wir zu tun

hatten. Er ließ es uns selbst herausfinden, von Anfang an. Bei ihm ging es immer um Eigenverantwortung. Er fragte uns nicht jeden Abend, ob wir unsere Hausaufgaben gemacht hätten, solange wir gute Noten nach Hause brachten. Und wenn wir das taten, wurden wir gefeiert. Mein Vater ging dann mit uns zu »Prings«, einer Eisdiele, wo man riesige Bananensplits bekam – sechs Eiskugeln und alle Toppings! Meine Geschwister waren meist nicht so gut in der Schule, also bekamen sie dort selten ein Eis. Zu Prings gehen zu dürfen war das Größte, also büffelte man, um es zu schaffen.

Damals nahm ich mir ein Beispiel an der Disziplin meines Vaters. Er war mein Idol, und ich wollte, dass er stolz auf mich war. Gleichzeitig hatte ich Angst, ihn zu enttäuschen. Eine seiner Philosophien lautete: »Sei der, der Nein sagt. Es ist keine große Kunst, mit dem Schwarm zu schwimmen. Sei der ungewöhnliche Typ, die Ausnahme.« Deswegen habe ich noch nie Drogen genommen – nicht, weil er mich kontrollierte, sondern weil ich nicht der sein wollte, der Drogen nahm, weil es alle anderen taten. Und ich wollte meinen Vater auch nicht enttäuschen.

Dank meines Vaters zog ich als Zwölfjähriger ein Tagesprogramm durch, das den effizientesten CEOs würdig gewesen wäre. Manchmal meckerte und stöhnte ich (ich war ein Kind!), aber selbst dann gefiel mir insgeheim der Gedanke, dass ich meinen Klassenkameraden etwas voraushatte. Durch meinen Vater entwickelte ich schon früh die Disziplin und die Mentalität, die man braucht, um verantwortungsbewusst

