



Leseprobe

Alexander Hartmann

Mit dem Elefant durch die Wand

Wie wir unser Unterbewusstsein auf Erfolgskurs bringen. Eine Gebrauchsanweisung

Bestellen Sie mit einem Klick für 16,99 €



Seiten: 336

Erscheinungstermin: 22. Juni 2015

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Knack den Erfolgscode!

Wir sind dann am effektivsten, wenn wir tun, was wir lieben. Aber wie viele leben ihren Traum? Wie viele Menschen leben das Leben nach ihren eigenen Regeln? Und wer ist dabei finanziell unabhängig? Täglich werfen sich Millionen Menschen in die Mühlen eines »sicheren Jobs«, der sie selten ans Ziel ihrer Träume bringt. Und das nur, weil ihnen das Verständnis für unsere wichtigste treibende Kraft, für den wichtigsten Erfolgsfaktor fehlt: das Unterbewusstsein.

Unterhaltsam erklärt Alexander Hartmann in seinem Spiegel-Bestseller, wie wir unser Unterbewusstsein steuern und auf Erfolg programmieren können.

Anhand neurologisch fundierter Techniken eigene Muster und Verhaltensweisen besser erkennen, verstehen und vor allem verändern – ein Buch für alle, die wachsen wollen, die Inspiration suchen, um ihrem Traum zu folgen, und funktionierende Strategien, um ihre Ziele zu erreichen.



Autor

Alexander Hartmann

Alexander Hartmann ist HighPerformance-Coach und einer der erfolgreichsten Hypnotiseure Europas. Bekannt aus TV-Formaten wie „The Next Uri Geller“ oder seinen Gastauftritten in zahlreichen Fernsehsendungen bei RTL, Pro7, VOX, Sat1 und ZDF, hat er sich als *der* neue Experte für das Thema Unterbewusstsein etabliert. In seiner eigenen TV-

Alexander Hartmann
Mit dem Elefant durch die Wand

ALEXANDER
HARTMANN

MIT DEM
ELEFANT
DURCH DIE
WAND

Wie wir unser Unterbewusstsein
auf Erfolgskurs bringen

Eine Gebrauchsanweisung

ARISTON 

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.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet unter <http://dnb.de> abrufbar.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

7. Auflage

© 2015 Ariston Verlag in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81683 München
Alle Rechte vorbehalten

Redaktion: Isabella Kortz

Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie Werbeagentur, Zürich
unter Verwendung eines Fotos von Tobias Dellit

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-424-20112-3

*Für meine Mutter und meinen Vater,
weil ich die Eltern-Lotterie gewonnen habe.*

INHALT

Tritt der Community bei!	9
Intro: Willkommen an Bord!	11
TEIL 1: Das Leben in deinem Element	13
Das Leben in deinem Element	14
Was ist dein »Wasser«?	25
Schule und Uni: Leistungsförderer – Erfolgsverhinderer?	30
So findest du dein Element	35
So findest du dein Element garantiert NICHT	47
Der ultimative Test, ob du in deinem Element bist	52
Wie wichtig ist dir Geld?	57
Vergiss, was du für sicher hältst!	62
Ich habe nur EIN Leben – und ich will, dass es geil wird!	66
TEIL 2: Mit dem Elefant durch die Wand	75
Die Brücke zwischen Wissen und Tun	76
Wie ich lernte, mit dem Elefanten zu sprechen	79
Die Neurologie des Erfolgs	84
Der REALITY-LOOP	99
Drei Fragen, die dein Leben verändern könnten	131

Meme: Viren des Geistes	140
Programmiere dein Unterbewusstsein auf Erfolg!	153
TEIL 3: Erfolg ist eine Fähigkeit	159
Erfolg ist eine Fähigkeit	160
# 1: Kommunikation und Präsenz	167
# 2: Produktivität	184
# 3: Marketing	217
# 4: Sales	251
# 5: Netzwerk	267
# 6: Leadership (Führung)	289
# 7: Wachstum und Scheitern	310
Gute Reise!	333
Danksagung	336

Tritt der Community bei!

Dieses Buch war von Anfang an als etwas geplant, das viel mehr ist als ein einfaches Buch.

Ich möchte damit eine Bewegung starten. Eine Bewegung von Menschen, die ihren Traum wirklich leben wollen. Die ihren eigenen Maßstäben folgen und sich von niemand sagen lassen, dass es nicht geht.

Vor allem aber eine Community, die sich gegenseitig hilft und unterstützt, um beim Erreichen ihrer Ziele voranzukommen.

Zudem ist das Buch mehr als nur geschriebenes Wort. Ich habe im Rahmen des Buchprojekts einen Video-Coaching-Kurs geschaffen, der viele Themen, die im Buch angeschnitten werden, vertieft. Über 20 Videotrainings, die ich dir zusätzlich zum Buch KOSTENLOS zur Verfügung stellen möchte. Gehe einfach auf:

mitdemelefantdurchdiewand.de/FREE

Hier kannst du dich zum 20-teiligen Online-Coaching anmelden. Es erwarten dich jede Menge weitere Inputs, die dich auf deiner Reise täglich motivieren, inspirieren und voranbringen werden.

Außerdem bekommst du auf diesem Weg Zutritt zu unserer Community – der geschlossenen Facebook-Gruppe, in der sich alle Leser des Buches und alle, die ihrem Element folgen möchten, austauschen und gegenseitig helfen können, um ihre Ziele noch leichter zu erreichen.

Der perfekte Ort zum Brainstormen und Netzwerken. Um in schwierigen Momenten von Gleichgesinnten Unterstützung zu bekommen oder um einen Erfolgsclub zu gründen.

Herzlich willkommen an Bord – ich freue mich auf dich!

Intro: Willkommen an Bord!

Ich weiß, dass du da draußen bist. Du hast einen Traum. Du hast etwas, das in dir brennt – eine innere Flamme, der du am liebsten folgen willst. Traust du dich? Ich bin der festen Überzeugung: Wir sind dann am erfolgreichsten, wenn wir das tun, was wir lieben. Aber wie viele leben ihren Traum? Wie viele Menschen leben das Leben nach ihren eigenen Regeln? Und wer ist dabei finanziell unabhängig? Täglich werfen sich Millionen Menschen in die Mühlen eines »sicheren Jobs«, der sie selten ans Ziel ihrer Träume bringt. Und das nur, weil ihnen das Verständnis für unsere wichtigste treibende Kraft, für den wichtigsten Erfolgsfaktor fehlt: das Unterbewusstsein.

Deshalb habe ich dieses Buch geschrieben. Es handelt davon, wie wir unsere Träume leben – und zwar erfolgreich leben, nicht nur im Herzen und in unseren Köpfen, sondern auch in der Realität – und sichtbar auf dem Bankkonto. Das vorliegende Buch handelt davon, wie wir das, was wir am liebsten tun, zu unserem Lebensinhalt machen können, statt den »sicheren« Weg zu gehen, der uns in vielen Fällen nicht erfüllt, uns aber gesellschaftlich bedingt als einzig logische Wahl erscheint.

Mein Buch habe ich in drei Teilen aufgebaut:

Teil 1 dreht sich um unser »Element« – den Bereich, in dem wir uns am wohlsten fühlen, wie ein Fisch im Wasser, und in dem wir be-

TEIL 1

Das Leben in deinem Element

Das Leben in deinem Element

*Die meisten Menschen sterben mit 30
und werden mit 80 beerdigt.*

(Unbekannt)

»Es schneit«, hatten sie gesagt, »bleibt zu Hause!«, hatten sie gesagt. Aber wir wussten es besser. Schließlich hatte ich meinen Führerschein ja schon seit über drei Wochen. Es lag kein Schnee, als wir in den Tunnel reinfuhren, dafür aber zehn Zentimeter, als wir wieder rauskamen. Zehn Zentimeter schlitteglatter Schneematsch. Was dann passierte, dauerte keine 30 Sekunden.

Der alte Mercedes Kombi (all mein Gespartes aus meinen Auftritten der letzten zwei Jahre), mein bester Freund Stefan und ich bewegten uns plötzlich unorthodox. Das heißt: im 90-Grad-Winkel zur Fahrbahn. Hinter uns ging es 200 Meter runter ins Zillertal. Vor uns erhoben sich 200 Bazillionen Tonnen Granit. Das Rofengebirge. Rechts von uns: die Straße. Wir bewegten uns zum Glück nach rechts. Noch. Stefan sah mich an: »Du hast das im Griff, oder?« Er klang so gelassen, wie nur ein bester Freund in einem solchen Moment gelassen klingen kann.

Was dann passierte, hat sich für immer in meinem Kopf festgebrannt: Ich riss am Lenkrad. Panisch. Das Auto drehte sich völlig unkontrolliert bei 90 Stundenkilometern auf der schneeplatten Gebirgsstraße. Wir schossen auf die Steinwand zu. Frontal.

Ich sah Stefan an. Und dann fielen die sieben magischen Worte, die Stefan das Blut in den Adern gefrieren ließen:

»Okay, das war's. Wir sind tot.«

Für alle, die sich das jetzt fragen: Ja, man sieht das Leben tatsächlich noch mal als Film vor dem inneren Auge ablaufen. Wobei es in meinem Fall eher ein Kurzfilm war und ich nur einen Gedanken hatte, eine einzige Frage, bevor wir hart aufprallten:

War das wirklich alles?!

Der Wagen war zum Stehen gekommen. Es roch verbrannt. Ich sah Stefan an:

»Bist du okay?«

»Ja, Mann, aber wir müssen hier raus!«, brüllte er.

Die Tür klemmte, ich warf mich dagegen – und landete klatschend im Matsch der Tiroler Gebirgsstraße. Die Flasche Bier im Kofferraum war noch ganz. Sie steht heute noch im Regal. Als Erinnerung an den Tag, an dem alles hätte vorbei sein können.

Mein Jugendtraum – ein Totalschaden. Wir schauten uns an. Worte waren überflüssig in diesem Moment. Wir hatten überlebt. Aber wir hätten uns statt für den Berg auch für das Tal entscheiden können. Dann hätte ich heute kein MacBook auf den Knien und würde keine Erinnerungen in die Tastatur hacken. Und du würdest dieses Buch niemals lesen.

An diesem verschneiten Tag, oben in den Bergen, war mir klar geworden: Ich weiß nicht, wie lange ich noch lebe. Wir wissen nie, wie lange wir noch leben. Aber ich werde diese Reise nicht verschwenden! Ich will, dass das nächste Mal, wenn mein Leben als

Film vor meinem inneren Auge abläuft, der Tod rausrennt und sich Popcorn holt.

Meine Reise fing vor ein paar Jahren ganz vielversprechend an: Abi-Schnitt 1,6. Meine Eltern waren stolz. Meine Mutter sagte: »Wenn du mit *dem* Abi und einem guten Studium keinen ordentlichen Job kriegst, dann *willst* du keinen.«

Die Wahrheit ist: Ich wollte keinen. Ich wollte meinem Traum folgen. Ich wollte auf Bühnen stehen und Menschen begeistern. Als Magier. Als Redner. Als Mentalist. Und, wie ich später herausfinden sollte: als Hypnose-Ausbilder und Seminarleiter. Ich wollte das tun, was ich liebe.

»Ja, das ist ja alles ganz nett, aber du brauchst doch einen richtigen Beruf!«, bekam ich zu hören.

Internationales Management an einer renommierten Universität. Mit Auslandsstudium und allem Drum und Dran. Das war damals der Plan, *der Weg*, auf dem mich mein Umfeld gerne gesehen hätte. Eine »tolle Karriere« wäre das geworden! Ich musste nicht lange überlegen und entschied mich für den romantischen Weg: die künstlerische Brotlosigkeit. Ich fing an, mich als Magier durchzuschlagen. In den Taschen: kein Kundenstamm, keine Erfahrung, keine Ahnung. Ein junger, aufstrebender, total unbekannter Künstler.

Naiv. Begeistert. Mit Vollgas ins Verderben.

Der Vater meines besten Freundes sagte einmal nach einem Auftritt zu mir: »Und von was willst du leben, wenn du mal nicht mehr auf der Bühne stehst?« Ich hatte gerade das Buch *Der Weg zur finanziellen Freiheit. In sieben Jahren zur ersten Million* von Bodo Schäfer gelesen und konnte mit stolzgeschwellter Brust sagen: »Von den Zinsen!« Zugegeben, damals war ich mehr als sehr weit

davon entfernt, dass das realistisch hätte sein können. Ich trat für 200 bis 300 Euro am Abend auf. Oft auch für weniger. Manchmal für eine Currywurst und ein Bier. Und auch nicht an vielen Abenden pro Monat. Eher so ... an zwei.

Ich glaube, damals haben mich alle für größenwahnsinnig gehalten. Und ich bin sicher, sie hatten recht. Vielleicht braucht man eine Spur Größenwahn, wenn man seinen eigenen Weg gehen will.

Manche fragen mich noch heute: »Hattest du nie Angst, dass es schiefgehen könnte?«

Klar, ich hatte Angst. Aber das war eine *andere* Angst. Während viele sich davor fürchten, ihren Traum zu leben – und zu scheitern, hatte ich viel größere Angst davor, meinen Traum NICHT zu leben – und damit »erfolgreich« zu sein. Mein großer Albtraum war nicht etwa, völlig pleite irgendwann alles hinschmeißen zu müssen, es aber wenigstens probiert zu haben – meine Angst war ...

... jeden Tag acht bis zwölf Stunden in einem Büro mit einem Job zu verbringen, den ich nicht mag. Jeden Tag ein Leben zu leben, das überhaupt nicht zu mir passt, nur weil irgendjemand gesagt hat, es sei der bessere, »sicherere« Weg – weil am Ende angeblich eine Rente rauskommt.

Glaubt man einer Studie des Marktforschungsinstituts Gallup, sind knapp acht Millionen Angestellte in Deutschland so frustriert von ihrem Job, dass sie bewusst gegen die Interessen des Unternehmens arbeiten. 63 Prozent machen nur noch Dienst nach Vorschrift und lediglich 14 Prozent der Arbeitnehmer verfügen über eine »hohe emotionale Bindung an ihren Arbeitgeber«.

Wunderst du dich jetzt noch über die hohen Ausfallraten und Burn-out-Diagnosen, die vielen lebensbedrohlichen Krankheiten

und den Zustand unserer Wirtschaft, die sich immer mehr in den Keller »wirtschaftet«? Ein befreundeter Managementberater hat es kürzlich so zusammengefasst: »30 Prozent der Menschen arbeiten genau so viel, dass sie nicht gefeuert werden, während ihre Chefs ihnen genau so viel bezahlen, dass sie nicht kündigen.«

Willst du zu denen gehören, die auf Facebook posten:

TGIF = Thank God, it's Friday!

L4TW = Living for the weekend

Scheiße, schon wieder Montag!

... und alle drücken GEFÄLLT MIR?

Wacht auf! Es ist nicht der Montag – es sind eure Jobs!

If you don't like it – change it. Ich wäre ein zu schlechter Zombie, ich will nicht zu denen gehören, die mit 30 sterben.

mitdemelefantdurchdiewand.de/zombie

Oder willst du zu denen gehören, die es morgens kaum erwarten können aufzustehen, um das zu machen, was sie lieben? Weil sie davon nicht müde werden, sondern dafür brennen und sie dadurch so energetisiert werden, dass sie danach *noch viel mehr Energie* haben als vorher? Die gerne auch einmal am Wochenende arbeiten, weil sich ihre Arbeit nicht wie Arbeit anfühlt, sondern wie etwas, das sie einfach tun MÜSSEN, weil es nicht das ist, was sie *tun*, sondern das, was sie *sind*?

Ich wollte nie zu denen gehören, die mit 30 schon sterben. Und ich will nicht, dass du dazugehörst. Ich will deine Flamme sehen, dein Brennen spüren, deinen Traum da draußen Wirklichkeit werden sehen – und zwar nicht irgendwann, sondern so schnell wie

möglich! Es sind so viele, die nach meinen Vorträgen und Seminaren zu mir kommen und sagen: »Wow, ich bewundere dich, Alexander, du machst einfach dein Ding! Ich wollte/hätte/könnte ja auch gerne ...« Und es ist nicht das Kompliment, das mich freut – für mich gibt es daran nichts zu bewundern. Für mich war es der einzig wahre Weg. Es ist das »Hätte ich doch ...«, welches immer mit einem *aber* endet, das mich traurig macht.

Und das ist genau der Punkt, warum ich dieses Buch geschrieben habe: Weil den meisten Menschen nicht der Traum fehlt, sondern das Wissen und das Vertrauen, dass es geht. Dass man seinen Traum leben kann, wenn man weiß, WIE. Und zwar jetzt. In diesem Leben. Als wäre es das Einzige, das wir haben. Die meisten Menschen gehen mit der größten Selbstverständlichkeit davon aus, dass man von seinem Traum *nicht leben* kann. Wie die junge Frau (22), die ich einmal auf einer Studentenparty kennenlernte und mit der ich ins Gespräch kam ...

»Was willst du machen?«, fragte ich sie.

Sie antwortete: »Ich studiere Deutsch und Geschichte auf Lehramt.«

Und ich fragte zurück: »Ja, aber was WILLST DU machen?«

Darauf sie, halb entschuldigend: »Na ja, es gibt da schon etwas, was ich gerne machen würde – aber damit kann man kein Geld verdienen.«

Und dann erzählte sie mir, dass sie gerne näht, Kleider entwirft, Kostüme schneidert ... und ihre Augen leuchteten! Und ich spürte ein Feuer in ihrer Stimme, das ich den ganzen Abend von niemand anderem gehört hatte in dem ganzen Small-Talk-Getümmel auf dieser Studentenparty. Sie erzählte mir begeistert von ihren Ideen und davon, wie sie diese auf ein Reißbrett malt, welche innere Ruhe sie beim Nähen findet, wie glücklich es sie macht, wenn

das fertige Stück dann von jemandem getragen wird. Während sie mir das erzählte, vibrierte ihr ganzer Körper!

Doch plötzlich verschwand all das Feuer aus ihren Augen, es erlosch von einem Moment auf den anderen, und sie sagte: »Aber das kann ich wohl vergessen, davon kann man ja nicht leben ... Deshalb studiere ich lieber auf Lehramt, da krieg ich wenigstens einen Job.«

Kein Feuer. Keine Begeisterung. Nur die totale Kapitulation. Manche Menschen sterben mit 30. Manche mit 22 ...

Ich könnte mir vorstellen, dass dir in deinem Leben auch schon eine ganze Reihe Menschen begegnet sind, die dir jede Menge Argumente geliefert haben, warum es *nicht* geht, warum man seinen Traum *nicht* leben kann. Ich möchte dir heute noch eine andere Wahrheit vorstellen. Du selbst kannst entscheiden, welche du glauben willst. Okay?

Die Wahrheit, die ich lebe, ist:

- 1.) Menschen machen ihre beste Arbeit, wenn sie das tun, was sie lieben.
- 2.) Wir müssen nur einen Weg finden, aus dem, was wir lieben, einen großen Wert für andere Menschen zu kreieren.
- 3.) Und dann einen Weg finden, diesen Wert einem Zielkunden zuzuführen – ihn also in den Markt zu tragen und damit genug Geld zu verdienen, um davon gut leben zu können.

Genau hier ist das erste Paradox versteckt! Die meisten denken, mit den Dingen, die ihnen Spaß machen, könnten sie kein (wirkliches) Geld verdienen. Ich sage nicht nur: »Das ist falsch!«, sondern ich gehe sogar noch einen Schritt weiter. Und behaupte:

**WIRKLICH erfolgreich können wir NUR werden,
wenn wir das tun, was wir lieben.**

Spätestens dann, wenn wir Erfolg nicht nur als wirtschaftlichen Erfolg definieren, aber selbst dann:

Es werden Widerstände kommen. Es werden Steine im Weg liegen. Das Leben wird dir auf die Fresse geben, und zwar ordentlich. Und wenn du dann nicht etwas tust, was du WIRKLICH willst, dann wirst du aufgeben. Warum? Du bist ja nicht blöd – das tut doch weh!

Deshalb glaube ich, dass wir nur WIRKLICH erfolgreich werden können, wenn wir das tun, was wir lieben. Die Grundlagen dafür erfährst du in diesem Buch!

Es gibt eine ganze Reihe Erfolgsratgeber und -trainings auf dem Markt. Nur haben sich in den letzten Jahren die *Regeln des Erfolgs* geändert. Das *Spielfeld* hat sich geändert. Mehr als je zuvor hängt dein Erfolg heute nicht mehr von den Umständen ab, sondern von dem, was IN dir passiert. Der wichtigste Faktor für deinen Erfolg ist etwas IN dir, das es zu entfesseln gilt, um das Erreichen deiner Ziele auf Autopilot zu schalten – damit du gar nicht anders *kannst, als sie zu erreichen!*

Der zweite wichtige Faktor sind die erwähnten *neuen* Fähigkeiten, denn Erfolg im 21. Jahrhundert funktioniert anders als Erfolg im 20. Jahrhundert. Vieles ist so viel einfacher und möglicher geworden – wir müssen nur wissen, wie. Und das meiste davon lernen wir weder in der Schule noch an der Uni. Deshalb gibt es dieses Buch.

Ich werde dir immer wieder Teile aus meiner eigenen Geschichte erzählen, die ganz klar zeigen, dass mein Weg keine Zauberei war. Dass mein Weg einfach EIN möglicher Weg von vielen ist – und dass es auch einen Weg für dich gibt, der perfekt ist für DICH!

Ganz ehrlich, klar gab es Momente, in denen ich am Boden war und aufgeben wollte. Ich werde dir auch davon ganz offen berichten. Wenn wir unserem Traum folgen, dann haben wir den Menschen da draußen etwas Großes zu geben. Ganz egal, ob wir dann supergutes Brot backen können, grandiose Menüs kreieren, unvergessliche Filme machen oder der weltbeste und weltfreundlichste Busfahrer sind. Und für diesen großen Wert werden wir belohnt.

Ein einziger Mensch ist es wert!

Am deutlichsten wurde mir das während meiner früheren Karriere als Mentalist und Zauberkünstler. Bei einem Auftritt in Köln, der zeitlich schon nach der *Uri Geller Show* lag – also eine Zeit, in der ich schon einen gewissen Bekanntheitsgrad erreicht hatte. Es gab Abende, da trat ich vor 800 bis 2.000 Leuten in ausverkauften Stadthallen auf. Und es gab Abende, da stand ich vor vier Leuten – wie damals in Köln im Jahr 2009 –, das reicht nicht einmal fürs Benzin!

Ich erinnere mich noch heute zu gut daran, dass ich dachte: Vier Leute? Du brauchst allein 14, die du während der Show auf die Bühne holst ... das reicht hinten und vorne nicht. Ich kann die Show so nicht spielen ... Doch tief in mir drin wusste ich: Ich muss das machen – ich muss an dem Abend nach Köln und die Show spielen, sonst spiele ich sie nie wieder.

Es war ein toller Abend. Das kleine, aber begeisterte Publikum hat sich mit strahlenden Augen bei mir bedankt. Zwei Jahre später erhielt ich diesen Brief, geschrieben von einem damals 14-jährigen Mädchen:

Lieber Alexander,

ich weiß nicht, ob du dich noch erinnerst, wahrscheinlich schon, denn so ein kleines Publikum hattest du wahrscheinlich nie mehr. Ich möchte mich noch einmal von ganzem Herzen bedanken, dass du die Show trotzdem gespielt hast. Ich wusste zu diesem Zeitpunkt nicht, ob ich dir diesen Brief heute, zwei Jahre später, noch schreiben könnte. Aber an dem Abend war es mir für einen Moment egal.

Danke.

Als ich das las, wusste ich: Dieser Abend war es wert!

Menschen zum Lachen bringen, zum Weinen, zum Strahlen, zum Staunen ... das tun wir nur, wenn wir etwas tun, wofür wir wirklich brennen – und nicht, wenn wir von »Nine-to-Five« in einem Büro-Betonklotz sitzen, alle fünf Minuten auf die Uhr schauen und uns dauernd fragen, wann nur endlich Feierabend ist. Oder denken: Gott sei Dank, nur noch elf Jahre bis zur Rente!

Apropos Rente. »Was ist mit deiner Rente?«, das war eine der Fragen, die mir damals am Anfang am häufigsten gestellt wurde. Mir war zum Glück schon immer klar (und das sagte ich auch damals schon ganz offen): »Ich kriege keine. Der Vorteil ist: Ich weiß es heute schon.« Meine Altersgenossen kriegen nämlich auch keine. Das ist längst keine Verschwörungstheorie mehr, sondern ganz einfache Mathematik. Statistisch-demografisch ist das längst bewiesen: Bis ich 60 bin, wird es keinen Generationenvertrag mehr als Rentensystem geben. Das ist keine Theorie, sondern Fakt. Die Kinder, die unsere Rente bezahlen sollen, sind nämlich

JETZT schon nicht geboren. So gesehen ist der EINZIGE Weg: Genug Schäfchen ins Trockene zu bringen, um von den Zinsen oder Mieterträgen leben zu können. Und das kann man nicht unbedingt als Angestellter – sehr wohl aber als Selbstständiger oder Unternehmer. Ich wusste schon mit 20 Jahren: Ich möchte mit 40 nicht mehr arbeiten müssen, sondern können – und das hieß: In den nächsten 20 Jahren muss ich eine Sicherheit aufbauen, sonst »Kackus Dampfus Maximus«. Zum Glück hatte ich schon damals zwei innere Grundeinstellungen, die ich auch heute noch jedem ans Herz lege, der seine Träume verfolgen möchte:

1. Wenn ich etwas nicht habe, dann kann ich es besorgen.
2. Wenn ich etwas nicht weiß oder nicht kann, dann kann ich es lernen.

Es funktioniert. Ich habe es erlebt. Und ich zeige dir, wie es geht. Du wirst dir im Laufe dieses Buches dein eigenes Mindset kreieren, das dich dahin bringt, wo du sein willst. Mithilfe der neuen Methoden und Fähigkeiten, die wir JETZT brauchen. HEUTE. Die Psychologie und die Neurowissenschaften haben Dinge enthüllt, die Forscher vor wenigen Jahren noch nicht für möglich gehalten haben. Diese werde ich dir zeigen.

Was ist dein nächster Schritt?

Dein nächster Schritt ist, in etwas einzutauchen, das die Basis bildet für alles Weitere – in diesem Buch und in deinem Leben. Etwas, das du mitbekommen hast, als du auf diese Welt gekommen bist. Etwas, das immer schon da war und immer da sein wird. Vielleicht hast du es als Kind gespürt und dann nie wieder. Höchste Zeit, es jetzt wieder zu entfachen und einzutauchen ... in DEIN ELEMENT.

Was ist dein »Wasser«?

*Ein großer Fisch im Ozean kommt
an zwei kleinen Fischen vorbei.*

»Na, Jungs, wie ist das Wasser heute?«

Er schwimmt weiter.

*Nach einer Weile schaut der eine kleine Fisch
den anderen an und fragt:*

»Was ist Wasser?«

David Foster Wallace (aus: Das hier ist Wasser/This is water. KiWi Verlag, 2012)

Was ist dein Wasser, dein Element? Dein natürlicher Zustand, in dem du dich fühlst wie ein Fisch im Wasser? Es sind die Momente im Leben, in denen zwei Dinge zusammenkommen: das, was dir am meisten Spaß macht, und das, was dir leichtfällt, worin du gut bist, ohne dich anzustrengen. Dein Element ist das, was du tun würdest, wenn Geld kein Thema wäre. Der Beruf oder besser die Berufung, die du auch noch machst, wenn dir morgen jemand zehn Millionen überweist. Dein Element ist das, was dich antreibt und dich jeden Morgen mit Freude aufstehen lässt (ohne Wecker!), weil du es kaum erwarten kannst, es zu tun.

Matt ist in seinem Element, wenn er zeichnet. Schon als kleiner Junge hat er in jeder freien Minute einen Stift in der Hand gehabt. Später wurden daraus gelbe Männchen mit verrückten Frisuren, Häuser, Straßen und eine Schule mit einem fiesen Di-

rektor ... Wir kennen sie als *Die Simpsons*. Matt Groening ist heute einer der erfolgreichsten Zeichner und Geschichtenerzähler der Welt.

Im vielleicht besten TED-Talks der Welt erzählt Sir Ken Robinson die berührende Geschichte von Gillian Lynne. Gillian war in ihrem Element, wenn sie tanzte. In der Schule sprang sie manchmal einfach auf und tanzte im Zimmer herum. Sie konnte einfach nicht still sitzen – was natürlich während des Unterrichts nicht nur für Begeisterung sorgte. Ihre Mutter ging mit ihr zu einem Psychologen. Und der verordnete ihr überraschenderweise keine Beruhigungspillen, sondern erkannte: Gillian muss sich bewegen, um denken zu können! »She's not sick – she's a dancer«, erklärte er der verblüfften Mutter. »Sie ist nicht krank – sie ist eine Tänzerin.« Heute ist Gillian Lynne DIE Choreografie-Legende im Musical-Bereich (sie choreografierte *Cats*, *Phantom der Oper* und viele andere weltberühmte Musicals). Heute hätte ihr ein Arzt wahrscheinlich Ritalin verschrieben, damit sie sich »beruhigt«. (Quelle siehe: mitdemelefantdurchdiewand.de/kenrobinson).

Dein Element kann alles sein: Zeichnen, Tanzen, Singen, Schreiben, Schauspielen, anderen etwas beibringen ... Vielleicht liebst du ja auch Zahlen und kannst dir nichts Schöneres vorstellen, als mathematische Probleme zu lösen? Fakt ist jedenfalls: Wenn du in deinem Element bist – was auch immer das deine sein mag –, vergisst du die Zeit. Dann tauchst du möglicherweise nach drei Stunden plötzlich wieder in der Realität auf und sagst: »Ich dachte, es wären nur ein paar Minuten vergangen!« So fühlt sich unser Element an. Alles fließt. Alles fühlt sich wie ein Spiel an, nicht wie Arbeit. Und Überstunden – was sind Überstunden?

Der Magier Astor sagte einmal zu mir: »Weißt du, ich war nie ein reicher Mann, aber ich habe mein Leben lang nur gespielt.« Damals war er 76. Das wollte ich auch! Und genauso hat es sich für mich angefühlt. In meiner Zeit als Zauberkünstler wurde ich

sehr oft gefragt: »Und wie viel musst du üben?« Ich habe meistens geantwortet: »Drei bis vier Stunden am Tag«, was wahrscheinlich auch stimmte. Die Wahrheit ist aber: Ich MUSSTE nie üben, ich WOLLTE es. Ich habe mich nie hingesezt und gedacht: So, jetzt übe ich vier Stunden Falschmischen. Es ist immer von alleine passiert, weil ich es liebte. Ich war süchtig, auf eine gute Art. Es war meine Droge und ich musste sie haben. Ich musste nicht darüber nachdenken, zu üben, ich hatte zwölf Stunden am Tag ein Kartenspiel, eine Münze oder ein Buch in der Hand. Ich habe meine 10.000 Wiederholungen in gewisse Abläufe gesteckt – und es gar nicht bemerkt.

Sportler kennen diesen Zustand als »the zone« oder als Flow. Wir sagen ja auch: »Er ist in seinem Element«, wenn wir das Gefühl haben, dass jemand ganz in seiner Sache aufgeht, eins mit sich ist und dem, was er tut. Die einen erleben diesen Zustand, wenn sie Papierflieger basteln oder Motoren auseinandernehmen, andere beim Kochen, beim Schlagzeugspielen oder beim Snowboarden und wieder andere erleben ihn, wenn sie eine neue Software programmieren für den neuesten Roboter, der Gesteinsproben auf fernen Planeten einsammelt, damit wir schauen können, ob wir eines Tages dort leben können ... Egal, wie wir es nennen, es geht immer um diese beiden Dinge: Wir haben Spaß an dem, was wir machen – und wir sind ziemlich gut darin.

Ich singe zum Beispiel gern, aber es ist für meine Umwelt besser, wenn ich dabei unter einer Dusche stehe. Ergo: nicht mein Element. Ich schwimme auch gern. Aber ich würde gnadenlos absaufen, wenn ich versuchen würde, schneller anzukommen als die anderen! Auch nicht mein Element. Mein Element ist es, vor Menschen zu stehen. Auf Bühnen zu sprechen. Andere mitzureißen. Sie zum Lachen, Staunen, Weinen oder Nachdenken zu bringen. Mein Element ist es, Menschen zu erforschen. In die Psychologie der Dinge einzutauchen und bis ins Detail zu erfassen, wie

wir unsere Realität erschaffen. Wann sind wir glücklich? Wann sind wir es nicht? Was hält uns davon ab? Warum reagieren wir, wie wir reagieren? Was passiert bei Kommunikation *wirklich*? Ich bin in meinem Element, wenn ich mein Wissen und meine Gedanken weitergebe und damit anderen helfe, ihr volles Potenzial zu leben, sie dabei unterstütze, den Mut und die Strategien zu entwickeln, die sie brauchen, um IHR Element zu leben. Darum schreibe ich dieses Buch. Und darum stelle ich **das Element** hier in Teil 1 an die erste Stelle.

Selbstverständlich funktionieren alle drei Teile dieses Buches unabhängig voneinander und du musst sie nicht brav der Reihe nach lesen. Doch wenn du dein Element noch nicht kennst, dann weißt du nicht, was du der Welt da draußen wirklich zu bieten hast und was dich selbst am meisten erfüllt. Und zwar dauerhaft, nicht nur für ein paar Monate oder Jahre. Alle drei Teile dieses Buches sind gleich wichtig. Denn natürlich brauchst du auch ein Unterbewusstsein, das auf Erfolg programmiert ist, und du brauchst die richtigen Marketingstrategien und Techniken, um dein Produkt oder deinen Service auch öffentlich sichtbar und attraktiv für andere zu machen. Alles andere verbrennt nur deine Zeit, deine Energie und viel Geld. Jeder Teil dieses Buches greift ineinander und den Anfang macht dein Element.

Hast du schon eine Idee, was dein Element ist, dein WASSER? Schreib es auf!

(Macht nichts, wenn du noch keine Idee hast. Du wirst es herausfinden, dafür ist dieser erste Teil des Buches da!)

Schule und Uni: Leistungsförderer – Erfolgsverhinderer?

Jeder ist ein Genie.

*Aber wenn du einen Fisch danach beurteilst,
ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes
Leben glauben, dass er dumm ist.*

Albert Einstein

Unser Schulsystem, zumindest das, das die meisten von uns durchlaufen, ist darauf ausgelegt, dass wir Leistungen bringen. Egal, ob wir Mathe lieben oder hassen, ob wir gut in Deutsch sind oder nicht, ob wir uns auf dem Barren geschickt anstellen oder wie der letzte Depp ... Wir werden nach Leistung bewertet, nach Ergebnissen, nicht danach, wer wir wirklich sind. So ist es in der Schulzeit, so ist es während der Uni und bei den meisten Menschen bleibt es auch so in ihrem Job. Später heißen die Dinge einfach nicht mehr Noten, sondern Quartalsziele. Wir sind ab der Grundschule so auf unsere Leistungen und deren Bewertung fokussiert, dass wir nie wirklich herausgefunden haben, was uns Spaß macht und worin wir wirklich gut sind. Und damit fehlt uns die Grundlage für unser Element! Viele fühlen sich wie der sprichwörtliche Fisch, der denkt, er sei ein Idiot, weil er nicht auf Bäume klettern kann. Das ist schade, denn es gibt so viele wundervolle, talentierte Menschen da draußen, deren Begabungen und Intelli-

genz einfach anders funktionieren, als es in der Schule gemessen wird, und die ihr wahres Potenzial nie kennenlernen und nicht an sich glauben, weil sie gelernt haben: »Du hast es einfach nicht drauf!«

Interessanterweise gibt es einige Leute, aus denen trotzdem »was« geworden ist, obwohl sie in der Schule keine großen Leuchten waren und man ihnen ihr Talent eigentlich absprach ...

Steve Jobs – brach die Schule ab.

John Cleese von Monty Pythons – jahrelang hat keiner bemerkt, wie witzig er war!

Paul McCartney – sagte man, er sei vollkommen unmusikalisch.

Elvis Presley – flog aus dem Chor, weil seine Stimme angeblich das Gesamtbild »störte«.

Richard Branson, Walt Disney und Bill Gates haben etwas gemeinsam: Sie sind Legastheniker – und haben es trotzdem geschafft, richtig erfolgreich zu werden!

Und von Paulo Coelho, einem der bedeutendsten noch lebenden Autoren, erzählt man sogar, seine Eltern seien mit ihm als Kind in eine psychologische Einrichtung gegangen, damit er aufhörte, davon zu träumen, Schriftsteller zu werden. Hallo, Coelho wollte Autor werden, nicht Serienmörder!

Bei Facebook habe ich kürzlich schmunzelnd ein Posting entdeckt. Ein Foto von einem Schulaufsatz, in dem stand: »Die meisten Erwachsenen werden als Kind geboren.« Die Ironie darin ist: Wie oft haben wir das Gefühl, dass den meisten Erwachsenen ge-

nau dieses Kind abhandengekommen ist? Das innere Kind, das am liebsten den ganzen Tag in seinem Element verbringen würde? Ich frage mich: Was wäre, wenn jeder Mensch auf der Welt in seinem Element wäre? Wenn er das täte, was ihm Spaß macht und worin er wirklich gut ist? Und wenn er damit auch noch verdammt erfolgreich wäre? Wie sähen dann Schulen, Unis, Unternehmen, Ehen und Familien auf der Welt aus?

Für mich ist die Antwort eindeutig. Sie motiviert mich enorm und treibt mich an, eine Bewegung in Gang zu setzen. Eine Bewegung, die zum Ziel hat, dass so viele Menschen wie möglich in ihrem Element sein können, den Mut finden, es auszuleben – und die notwendigen Strategien lernen, um das auch erfolgreich zu tun. Ich bin überzeugt, dass darin unser größtes Glück und unsere größte Freiheit liegen. Und zwar sowohl für uns als Individuen als auch für die Gesellschaft. Die Grundlage dafür legen wir im Kleinen: In unseren Schulen, Universitäten, den Elternhäusern – und in unserer täglichen Kommunikation.

Das »saudomme« Physikgenie

Herr Schäfer, mein Mathematiklehrer in der zehnten Klasse, hat einmal zu mir gesagt (auf Schwäbisch, meiner Muttersprache):

»Alexander, s'gibt Domme ond Saudomme – ond von de Domme bisch du koiner!«

Im Nachhinein habe ich manchmal das Gefühl, ich hätte mir für den Rest meiner Schulzeit ziemlich Mühe gegeben, diesen Satz (zumindest in den Naturwissenschaften) zu beweisen. Erst sehr spät, in der 13. Klasse, also kurz vor Schluss, bekamen wir einen neuen Lehrer in Physik. Er kannte mich noch nicht und wusste dementsprechend auch nicht, dass ich keine Ahnung von Physik hatte. Er sagte: »Heute gibt es ein neues Thema: Quantenphysik. Dafür müsst ihr alles vergessen, was ihr bisher über Physik gelernt habt.«

Und ich dachte: Nichts leichter als das! Als er dann noch erklärte: »Um es zu kapieren, müsst ihr nur verstehen, dass ihr es nicht verstehen könnt«, war klar: Ich bin auf gewohntem Terrain! Gleich in der ersten Stunde muss ich dann offensichtlich etwas gesagt haben, das der neue Physiklehrer brillant fand. Die Sätze kamen mir einfach so über die Lippen, weil man nichts berechnen, sondern nur ein bisschen philosophisch denken musste. Ab dem Zeitpunkt war ich das Physikgenie in der Klasse – und meine Schulkameraden haben sehr geschmunzelt. Der beste Part: Am Ende meiner schulischen Laufbahn bekam ich zweimal in Folge 15 Punkte in Physik, also volle Punktzahl! Und als einer von insgesamt zwei Absolventen in der ganzen Jahrgangsstufe (der andere ist inzwischen Doktor der Physik) eine Auszeichnung für besondere Leistungen in der Physik und ein Stipendium von der Deutschen Physikalischen Gesellschaft. »Saudomm gloffe ... «

Was ich dir mit dieser Geschichte vermitteln möchte, ist, dass dein Element rein gar nichts damit zu tun hat, was landläufig für Intelligenz gehalten wird. Denn die Intelligenz, die unserem Schulsystem und dem Intelligenzquotienten (IQ) zugrunde liegt, ist nur eine Form von Intelligenz. Die Wissenschaft weiß längst, dass es ganz viele Arten von Intelligenzen gibt, nicht nur eine. Neben der mathematisch-analytischen Intelligenz, auf welcher die Berechnung des Intelligenzquotienten basiert, gibt es zum Beispiel noch die linguistische, die musikalische, die räumliche, die kinästhetische, die interpersonale (zwischenmenschliche) und die intrapersonale (das Wissen und Verständnis von sich selbst) – um nur einige Beispiele zu nennen. Der Harvard-Psychologe Howard Gardner hat für seine Untersuchungen zu diesem Thema viel Anerkennung bekommen, du findest seine Ergebnisse im Internet:

Die Fragen müssen also vielmehr lauten:

WIE bist du intelligent? Auf welche Weise? Wie tickst du? Mit welchen Sinnen nimmst du deine Welt wahr? Auf welche Art erkundest du das Leben? Wie erschaffst du deine Realität?

Darum geht es. Und damit sind wir sofort wieder beim Element und einer weiteren Frage, die mir oft gestellt wird: »Hat jeder Mensch ein Element? Und kann ich auch mehrere Elemente haben?« Ja, jeder hat ein Element. Und manche haben sogar mehrere. Unsere Elemente sind bereits in unserer Kindheit sichtbar. Wir sind zum Beispiel geniale Schrauber, Technikfreaks oder Spaßvögel ... Später bauen wir dieses Element vielleicht aus und manchmal entdecken wir auch ganz neue Elemente. Alles ist möglich! Die Frage ist also nicht, OB du ein Element hast, sondern vielmehr:

Wie findest du dein Element so schnell wie möglich und wie wirst du darin so erfolgreich wie möglich?

