

# Vom Traum zum Ziel

Endlich nach meinen eigenen Vorstellungen leben

Gerd Ziegler





Viele Elemente Ihres Lebens sind vorbestimmt, oder zumindest vorbelastet. Wo und von wem Sie geboren wurden, welche Ausbildung Sie genossen haben, welche körperlichen und geistigen Kapazitäten Sie mitbringen und derlei Dinge mehr.

Diese Karten haben Sie zugeteilt bekommen - wie Sie diese ausspielen und was Sie daraus machen, bleibt Ihnen überlassen. Es spricht nichts dagegen, sein Leben nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten.

Ich wünsche Ihnen viel Glück auf Ihrem Weg und hoffe, dieses Buch kann Ihnen auf Ihrem Weg von Nutzen sein.

Alles Gute  
Ihr  
Gerd Ziegler

„Was immer du tun kannst oder erträumst zu können, beginne es.  
Kühnheit besitzt Genie, Macht und magische Kraft.  
Beginne es jetzt.“

*Johann Wolfgang von Goethe*

Ein Buch besteht immer aus mehreren Teilen. Dem was der Autor gelernt hat, was er davon verarbeitet hat, welche Schlüsse er daraus gezogen hat, was er schreibt und schließlich aus dem was der Leser liest und sich dabei vorstellt. In diesem Sinne ist dies UNSER Buch.

Meines, Ihres und das der Menschen, deren Gedanken darin eingeflossen sind und die mich zu meinen eigenen Gedanken inspiriert haben. Ein spezielles Dankeschön gilt darüber hinaus unseren Interviewpartnern und allen Unterstützern unseres Projekts.

**Gerd Ziegler**

# **Vom Traum zum Ziel**

**Endlich nach meinen eigenen Vorstellungen  
leben!**

© 2014 Gerd Ziegler

Autor: Gerd Ziegler

Umschlaggestaltung, Illustration: Enrico Golias

Titelbild: Hiker © Dudarev Mikhail - [Fotolia.com](http://Fotolia.com)

Verlag: Hoch-hinaus-Verlag, Stuttgart

ISBN: 978-3-945240-01-4

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

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

# Inhalt

## Einleitung

Warnhinweis – Risiken und Nebenwirkungen

Vorwort

Jeder Mensch wird mit einem Traum geboren

Der Traum vom Mehr

Worum geht es hier überhaupt? Das Ziel dieses Buchs!

Wie viele Schicksalsschläge brauchen Sie?

Was ist das überhaupt, ein Traumleben?

Beim nächsten Guru wird alles besser

Wissen ist Macht - Sätze, die jeder nachplappert

## Glück, Erfolg und Zufriedenheit

Was bedeutet Glück und wie wird man glücklich?

Das Recht auf ein glückliches Leben

Dem Schicksal folgen oder es kreieren?

Zufriedenheit und Dankbarkeit - eine gefährliche

Verwechslung

Was ist Erfolg und macht er glücklich?

Glück und innerer Frieden

## **Aspekte eines Traumlebens**

Talent ist nicht alles, aber ohne Talent ist alles nichts

Materielle Träume vs. Ideelle Träume

Lieber reich und gesund – Die Bedeutung von Geld

Aus dem Geldfluss schöpfen

Gesundheit und Fitness

Familie, Ehe und andere Beziehungen

Spiritualität und Sinn

## **Sinnggebung versus Sinnfindung**

Sein und Haben – die Regentschaft des Habens

Das Schweigen der Seele – Wer besitzt wen?

50 Fragen zum Sinn Ihres Lebens

Die Sache mit der Bestimmung

## **Vom Traum zum Ziel**

Ein Traum alleine macht noch kein Ziel

Sinn, Zweck und Bedeutung von Zielen

Wohin des Wegs? - Zielübung 1

Exkurs: Eine kurze Reise in die menschliche Schaltzentrale

Die Grundbedürfnisse und das persönliche Glück  
Gestatten - Ich! Lernen Sie sich besser kennen  
Werte sind der Chef im Ring  
Glaubenssätze und Überzeugungen  
Bewertungen und Referenzerlebnisse  
Können Werte und Glaubenssätze verändert werden?  
Die Revision - Zielübung 2  
Der Weg ist das Ziel oder „Ein Leben gegen 5 Minuten  
Ruhm“  
Authentizität - Alle Mann an Bord? Übereinstimmung der  
Ziele mit den Werten  
Gibt es bessere Alternativen für meine Ziele?  
Die Kunst der richtigen Zielsetzung  
Analyse - Ein ehrlicher Blick auf das Hier und Jetzt  
ENDLICH - Planung und Vorbereitung  
Sicherstellung der Zielerreichung - Die einfachste und  
effektivste Produktivitätsmechanik  
Wie man Berge überwindet und fliegen lernt

## **Faktoren eines Traumlebens**

Die wahre Bedeutung des Glaubens  
Visualisierungen, Affirmationen & Co

Die Sache mit dem Bauchgefühl - Intuition vs.  
Bequemlichkeit

Mut, Wahrnehmung und Bewusstheit

Die Zeit - Fakt und Illusion

Motivation – die treibende Kraft

Resilienz - Die Fähigkeit mit Widerständen umzugehen

Mentoren, Coaches und Gleichgesinnte

Die Sache mit der Angst

Freund und Feind - Der Einfluss unseres Umfelds

Herren und Diener - Der Mythos der Gleichheit

Warum lieben Sie mich nicht? - Die Schattenseiten des  
Erfolgs

Präsentation und Verkauf - Die Sache mit der persönlichen  
Ablehnung

Umgang mit anderen Menschen - Kommunikation und  
Charisma

## **Was ich noch zu sagen hätte ... Ein paar Gedanken to Go**

Wann ist die beste Zeit Ihre Träume zu leben?

Der Supermarkt des Lebens

Perfektion und Wahrheit

Anziehungskraft und Zeitverzögerung

Die Kraft der Vision - Warum Sie Ihre Träume leben sollten

# Einleitung

## Warnhinweis – Risiken und Nebenwirkungen

Bitte ziehen Sie unbedingt vor Gebrauch dieses Buches Ihre innere Stimme und Ihre lieb gewonnenen Gewohnheiten zu Rate. Durch das Anwenden der Inhalte dieses Buches kann es vereinzelt zu Verunsicherung und starken Veränderungen der Lebensumstände kommen. In wenigen Fällen wurde sogar von akutem Ausredenmangel und Schädigung der Selbstmitleidsdrüse berichtet.

Ferner kann die Leugnung der Verantwortung für das eigene Leben in Mitleidenschaft gezogen werden, bis hin zur kompletten Verflüchtigung selbiger. Auch der Glaube, alles würde sich schon irgendwie alleine und ohne Anstrengung zum Guten wenden, kann unter Umständen stark ins Wanken geraten.

In einzelnen Fällen sind auch Risse im eigenen Weltbild aufgetreten und es sind teilweise Einsichten und neue Perspektiven entstanden, die ihrerseits starke Veränderungen im Verhalten der Leser hervorrufen können.

Durch häufige Anwendung der Inhalte und der daraus gewonnenen Erkenntnisse können sich Ängste und die damit verbundene Handlungsunfähigkeit auflösen. Vereinzelt kann es dadurch zu Aktivität und Umsetzungsstärke kommen.

Sollten Sie also eigentlich alles beim Alten belassen wollen und Veränderungen in Ihrem Leben möglichst vermeiden wollen, sorgen Sie bitte dafür, dass Sie dieses Buch entweder gar nicht oder wenn, dann nur passiv konsumieren. Eine aktive Anwendung der Inhalte kann Sie Ihrem Traumleben näher bringen oder zumindest mögliche Wege dorthin aufzeigen.

Wollen Sie das wirklich?

Wenn ja, dann freue ich mich darauf mit Ihnen die nächsten Seiten gemeinsam zu gestalten. Ich, mit dem was ich schreibe und Sie, mit dem was Sie lesen, was nicht immer zwangsweise dasselbe sein muss. Viel Erfolg auf Ihrem Weg.

## **Vorwort**

Es war einer dieser typischen grauen, wolkenverhangenen Montagmorgen. Ich hatte geschäftlich in München zu tun und stand zusammen mit einigen hundert anderen Wartenden am Bahnsteig der U-Bahn und beobachtete die Menschen.

Die meisten waren von dem Zustand der Begeisterung ungefähr so weit weg, wie ich von der Goldmedaille im Hundertmeter-Sprint. Die Gesichter angespannt, die Schultern hängend und die Laune insgesamt der Farbe des Morgens angepasst - grau. Der Herr vor mir entdeckte plötzlich einen Bekannten und begrüßte ihn: „Und? Alles gut?“, sagte er mit einem flüchtigen Lächeln. „Klar. Muss ja. Und selbst?“ „Ach ja. Kann nicht klagen.“ Damit war die Unterhaltung auch schon beendet, denn die U-Bahn fuhr ein.

Mich machte dieses Allerweltsgespräch aber nachdenklicher als sonst. Es lag nichts Dramatisches in dieser Situation am frühen Morgen. Auch ging die Welt nicht unter, nur weil ein paar Menschen etwas unmotiviert zur Arbeit fahren. Es war diese Selbstverständlichkeit mit der es alle hinnahmen, den Großteil ihres Lebens mit etwas zu verbringen, das ihnen keine Freude bereitete, sie nicht erfüllte. Mit etwas, das von Vielen oft sogar als Zwang empfunden wird.

„Muss ja ...“, hatte der Mann gesagt. „Es ist alles gut, weil es muss ja ...“ Was soll man denn schon machen? Irgendwie muss man seine Brötchen ja verdienen und es könnte ja schließlich schlimmer sein. Wenn ich es nicht schon so oft erlebt hätte, dass es auch anders geht, hätte ich das wohl für genauso normal gehalten, wie die beiden

Wartenden vor mir auf dem Bahnsteig. Das Leben ist 90 % Erfüllung seiner Pflicht und 10 % Spaß, hat mir ein Mann mal erzählt, von dem ich damals noch dachte, er wüsste über alles Bescheid. Man muss hart arbeiten, damit man sich diese 10 % leisten kann. Damit es uns gut geht. Wir haben jeden Tag mehr als genug gutes Essen auf dem Tisch und ein schönes Häuschen. Was will man mehr?

Ich hatte schon als Kind andere Vorstellungen, hielt diese aber für Träumereien, weil dieser Mann, mein Vater, ja wohl Recht mit seinen Ausführungen hatte. Man muss hart arbeiten, Opfer bringen und dann kann man die Annehmlichkeiten des Lebens genießen. Nicht zu lange, versteht sich. Wer rastet, der rostet.

Viele Jahre habe ich dadurch mit Dingen verbracht, die ich für meine Pflicht hielt. Dinge, die mir weder Freude bereiteten, noch ein nennenswertes Einkommen beschert haben. Um diesen Wahnsinn zu komplettieren, hatte ich phasenweise sogar Sorge diesen ungeliebten Job zu verlieren. Meine Leistungen waren schließlich, durch die mangelnde Motivation begründet, eher überschaubarer Natur.

An all das fühlte ich mich an diesem Morgen in München wieder erinnert. Wenn ich damals, nach der Schule oder wenigstens nach der Ausbildung schon gewusst hätte was ich heute weiß. Wie viel weiter könnte ich schon sein? Wie es dann tatsächlich gekommen wäre, ob ich tatsächlich die Chance damals erkannt hätte oder ob sich ein ganz anderer Weg für mich ergeben hätte, das kann ich natürlich nicht mit hundertprozentiger Sicherheit sagen. Aber die Idee für Wissen-ist-Macht-TV begann an diesem Morgen in mir zu reifen, wenngleich natürlich noch nicht in vollem Umfang und in der heutigen Erscheinung. Ich wusste noch nicht wie, wann und in welcher Form, aber ich fand es sollte einen Ort geben, an dem man sich über die Myriaden von Möglichkeiten informieren kann, die einem Menschen für das eigene Leben zur Verfügung stehen. Wenn man weiß, dass es sie gibt und wie man sie nutzt, erst dann kann man von wirklicher Freiheit der Wahl reden.

Heute, mit ein paar Jahren Abstand weiß ich erst, wie naiv und illusorisch es war zu denken, die Menschen würden tatsächlich mehrheitlich danach suchen oder sich über Veränderungen freuen. Mir war damals noch nicht ganz klar, dass wir Menschen zwar gerne von einem besseren Leben träumen, eventuell auch bestimmte Vorstellungen davon haben, wie unser Traumleben aussehen könnte, aber die tatsächliche Realisierung eines solchen Lebens nur sehr selten angehen. Heute weiß ich, dass man Menschen nicht dauerhaft dazu motivieren kann etwas für sich zu tun. Man kann ihnen nur helfen, die eigene Motivation, die eigene Begeisterung, Leidenschaft und den eigenen Mut in sich zu entdecken.

Als eine solche Hilfe versteht sich Wissen-ist-Macht-TV heute. Eine Vielzahl von Interviews mit Menschen, die bereits ihren Traum leben oder zumindest auf einem guten Weg dorthin sind, sollen inspirieren und aufzeigen, dass viele Wege nach Rom führen. Erfolgreiche Unternehmer, eloquente Redner, einfühlsame Trainer, Motivationskünstler, Sportler, die ihre eigenen Grenzen durchbrochen haben, Menschen, die Hilfsorganisationen auf die Beine gestellt haben, eine Fernseh-Schauspielerin, ein ZEN-Meister, eine Radio-Moderatorin, ein Filmproduzent, ein Bestseller-Autor, Fachleute für Charisma, Verkauf, Motivation, Organisation, einen twitternden Maler und einen Social-Media-Metzger und sogar jemand, der sich dem Thema Sterben angenommen hat. Berühmtheiten und „ganz normale“ Menschen, die Außergewöhnliches geleistet haben - die Mischung ist eine äußerst bunte. Es sollte für jeden etwas dabei sein, das ihn oder sie anspricht, das der eigenen Art jedes Einzelnen entgegen kommt.

Die Essenz dieser Interviews, gemischt mit den eigenen Erfahrungen und Erkenntnissen sind in diesem Buch zusammengefasst und so strukturiert, dass es Sie auf den Weg bringen kann zu einem Leben nach Ihren eigenen Vorstellungen. Denn dieses Leben steht für Sie bereit. Es ist vielleicht noch nicht bis ins Detail sichtbar und es wird wahrscheinlich nicht ohne Hindernisse und Rückschläge erreichbar sein, aber ich kann Ihnen versprechen, dass der Aufwand sich lohnt und der Weg dorthin Sie

erfüllen wird. Ich gratuliere Ihnen zu Ihrem Entschluss es anzugehen und wünsche Ihnen maximalen Erfolg auf dem Weg zu Ihrem Traumleben.

## **Jeder Mensch wird mit einem Traum geboren**

Egal wie gut oder schlecht es uns geht. Egal wie viele Erfolge oder Misserfolge wir schon hinter uns gebracht haben. Etwas begleitet uns immer und tritt mal stärker, mal weniger stark in den Vordergrund. Manchmal gelingt es uns sogar ihn ganz zu verschütten. Jeder Mensch wird einem Traum geboren oder legt sich diesen im Lauf seines Lebens zu. Bei den einen ist es DER große Traum, bei anderen setzt sich dieser aus vielen kleineren Träumen zusammen, die man sich gerne erfüllen würde und die erst zusammen ein Gesamtbild ergeben. Bei einigen Menschen ist es ein bestimmter materieller Wert, von dem sie träumen, bei anderen ein eigenes Buch, ein eigenes Unternehmen, eine bedeutende Position oder eine große Reise. Bei wieder anderen definiert sich ein Traumleben durch die Tätigkeit, mit der sie den Großteil ihrer Zeit beschäftigt sind. Die Palette der Wünsche und Träume ist so groß wie die Anzahl der Menschen, die auf dieser Welt leben.

Manche Träume sind einfach nur Flausen in unserem Kopf. Wir würden uns freuen wenn wir sie realisieren könnten, aber wenn nicht wäre es auch kein Beinbruch. Andere Träume haben wir nur, weil wir etwas Bestimmtes mit deren Realisierung verbinden. Das Objekt unserer Begierde ist in dem Fall, genau betrachtet, gar nicht so wichtig. Das wirklich Wichtige ist das, was wir sind, werden oder haben, wenn wir es erreicht haben. Im Kapitel über die Bedeutung der Ziele und Festlegung der angestrebten Träume werden wir auf diesen Punkt noch genauer eingehen.

Aber darüber hinaus, gibt es für uns auch diese Träume, die etwas in uns auslösen, das sich nur sehr schwer beschreiben lässt. Es ist dieses erwartungsfrohe Kribbeln im Bauch, diese dopaminschwangere Verklärtheit mit der wir über einen solchen

Traum sprechen, oder über Menschen, die diesen Traum bereits leben. Diese Mischung aus glücklichen und melancholischen Gefühlen, wenn wir uns diesen Träumen hingeben. Selbst wenn diese Art von Gefühlen bei allen Menschen unterschiedlich ausgeprägt ist, werden Sie vermutlich wissen, wovon ich spreche.

Und doch haben sich diese Träume im Lauf unseres Lebens oft etwas verflüchtigt. Sie haben ihre Klarheit verloren oder besser gesagt, unser Blick auf sie hat sich vernebelt. Wir haben schließlich gelernt uns zu schützen. Was passiert, wenn Sie aus Ihrem Traum ein richtiges Ziel machen und es nicht erreichen? Was haben Sie dann noch? Immerhin ist dann auch noch Ihr Traum weg, in den Sie sich bisher noch flüchten konnten.

„Es mag ja bei Ihnen so sein“, höre ich außerdem immer wieder, „aber bei mir ist das ganz anders. Ich kann ja schließlich nicht einfach ...“ oder „...ich habe ja schließlich kein ...“ oder „...im Gegensatz zu ..., habe ich ja kein ...“

Setzen Sie bei den Pünktchen Ihre beliebtesten Gründe ein, warum Sie Ihren Traum noch nicht realisiert haben. Woher ich weiß, dass Sie Ihren Traum nicht schon realisiert haben? Nun, würden Sie dann dieses Buch lesen? Aus dem gleichen Grund weiß ich auch, dass Sie Ihren Traum gerne realisieren würden und tief in sich drin wissen, dass sie es können. Zumindest haben Sie die Hoffnung darauf noch nicht ganz aufgegeben. Und das ist gut so. Es ist wichtig zu erkennen, dass auch diejenigen, die heute ein Leben führen, das Sie sich wünschen, vorher genau an dem gleichen Punkt waren, genau die gleichen Unsicherheiten und Ängste durchlebt haben oder genauso oft Fehler gemacht haben und mit ihren Versuchen gescheitert sind. Sein Traumleben zu führen ist zunächst eine Entscheidung und dann ein Prozess, den man durchlaufen muss. Wie der bei Ihnen genau aussieht, weiß nur ein Mensch auf der Welt, nämlich Sie selbst. Auch und gerade wenn Ihnen das vielleicht noch gar nicht richtig bewusst ist. Weder ich noch irgendjemand anders kann Ihnen sagen was für Sie richtig ist. Wir

können Ihnen nur Inspirationen und Werkzeuge liefern, mit deren Hilfe Sie es herausfinden können.

*Momente der Entscheidung  
bilden unser Schicksal  
Tony Robbins*

Es wurde zu allen Zeiten viel diskutiert, was denn eigentlich der Unterschied zwischen Mensch und Tier sei. Tiere haben Gefühle, sie empfinden Angst, zumindest einige haben ein Erinnerungsvermögen, sie empfinden Zuneigung oder Ablehnung und zumindest einige Arten entwickeln verschiedene Arten von Intelligenz, können technische Zusammenhänge erkennen und Aufgaben lösen, welche ein dreijähriges Kind überfordern. Lange Zeit wurde der viel gerühmte freie Wille exklusiv dem Menschen zugeschrieben. Allerdings hat den ein Tier auch, wenn man ihm diesen nicht mit Gewalt oder anderen Manipulationsversuchen abtrainiert. Und wenn wir ehrlich sind, ist das bei uns Menschen genauso. Wir haben einen freien Willen, den wir aber meist so einsetzen, wie uns andere das beigebracht haben. Wenn wir uns für ein Produkt oder eine Partei entscheiden, tun wir das aus freien Stücken. Zumindest zwingt uns niemand mit einem Revolver im Anschlag etwas zu tun. Dass dieser freie Wille vorher zahlreichen Einflüssen ausgesetzt war, die ihn beeinflusst haben, ist eine andere Geschichte und gar nicht so weit von der Dressur bei den Tieren weg.

Trotzdem kommen wir dem wesentlichen Unterschied zum Tier, beim Thema freier Wille, ziemlich nahe. Denn wir haben große Einflussmöglichkeiten auf unser Schicksal. Wie viel von unserem Schicksal vorgegeben und wie viel davon selbst kreiert ist, damit werden wir uns im entsprechenden Kapitel noch näher auseinandersetzen. Vorerst wollen wir es dabei belassen

festzustellen, dass wir Menschen sowohl die Fähigkeit als auch die Macht haben, unser Leben zu planen und zu gestalten. Tiere sind in ihrer Macht, ihr Leben zu gestalten oft eingeschränkt. Sie werden von ihren natürlichen Feinden und zunehmend von den Einflüssen der menschlichen Ausbreitung, in ihrer Existenz und der Entwicklung der eigenen Lebensgestaltung bedroht. Sei es, dass sie menschlicher Ausbreitung im Weg sind, sei es, dass sie zur menschlichen Belustigung dienen (vom Abknallen über die Auswüchse der Vermenschlichung, bis zum Vorführen von Kunststückchen o. ä.) oder sei es, dass wir uns von ihnen bedroht fühlen.

Zumindest in unseren Breitengraden ist unsere Existenzgrundlage meist soweit gesichert, dass wir uns der eigenen Verwirklichung zuwenden können. Und wir unterliegen dabei viel weniger Zwängen und Beschränkungen, als wir uns gemeinhin einreden. Selbstverständlich verfliegt jeder Gedanke an Traumerfüllung und Selbstverwirklichung in dem Moment, in dem unser Sicherheitsgefühl in seinen Grundfesten erschüttert wird. Wenn Ihnen jemand eine Pistole an den Kopf hält wird alles in Ihnen aufs Überleben und die Angst vor dem Tod ausgerichtet sein. Ebenso wird Ihre Aufmerksamkeit gebunden sein wenn Ihre Existenz bedroht ist, wenn Sie Gefahr laufen Haus und Hof zu verlieren. Grundlage aller Ansätze seine Träume zu verwirklichen ist das Gefühl der Sicherheit. Wird dieses erschüttert oder ist es nicht gegeben, dann ist eine Konzentration auf andere Dinge so gut wie unmöglich.

Deshalb wird dieses Gefühl oft und gerne von Menschen erschüttert, die uns etwas verkaufen oder uns anderweitig manipulieren wollen. Wenn uns das Gefühl vermittelt wird, wir oder unsere Kinder wären gefährdet, sind Tür und Tor für jede Art von Manipulation geöffnet. Wir würden dann alles tun um uns zu retten und genauso werden wir tagtäglich dressiert. Was wäre wenn? Die Versicherungsbranche hat mit diesem Werbeansatz Milliarden verdient und sie arbeitet immer noch damit. Diese Frage hält mehr Menschen von ihrem Traumleben ab, als alles andere auf

dieser Welt. Was wäre wenn ich scheitere? Was, wenn ich alles verliere was ich jetzt habe? Was, wenn mich keiner mehr mag?

„Freedom is just another word for nothing left to lose“, sang vor vielen Jahren schon Janis Joplin. Freiheit ist nur ein anderes Wort dafür, wenn Du nichts mehr zu verlieren hast. Tatsächlich hat sich der größte Schicksalsschlag für manche Menschen als größter Glücksfall erwiesen. „Wenn Du pleite gegangen bist und mit knapp 2.000.000 € Schulden da stehst weißt Du, dass Du mit einem normalen Job da nie wieder rauskommen kannst“, hat mir ein Gesprächspartner mal gesagt. „Dann bleibt Dir nur die Wahl zwischen Selbstaufgabe und der Entscheidung das Außergewöhnliche zu wagen. Was hast Du schon zu verlieren?“

Genau das ist der Punkt. Solange Sie befürchten etwas zu verlieren wird Sie dieses Etwas davon abhalten seinen Verlust zu riskieren. Wenn Sie alles verloren haben können Sie in die Vollen gehen und sehr oft steht genau deshalb am Ende eines solchen Prozesses ein größerer Erfolg, als es sich der Betroffene jemals erträumt hätte.

Ich will Sie damit nicht auffordern Hals über Kopf alles über den Haufen zu werfen was Sie sich bisher erarbeitet haben oder sich blindlings in ein Abenteuer zu stürzen mit unnötigen Risiken. Ich will damit nur darauf hinweisen, dass Sie der Herr der Dinge oder der Sklave der Dinge sein können. Die Entscheidung liegt bei Ihnen.

Und damit sind wir beim Unterschied zum Tier. Wir sehen uns zahlreichen „Dressurversuchen“ ausgesetzt, werden manipuliert und in unsichtbaren Käfigen gehalten. Unsere freie Meinung und unser freier Wille ergeben sich aus zahlreichen Stöckchen, die uns hingehalten werden. Und wir springen oft darüber um Bestrafung zu vermeiden oder um unsere Belohnung dafür zu erlangen. Auch wenn uns das nicht gefällt, wir sind so veranlagt und es gibt Menschen, die können mit diesem Wissen sehr virtuos auf der Klaviatur unserer Entscheidungsbildung spielen.

Tatsächlich aber sind Sie Herr über diese Vorgänge oder Sie können es werden. Sie können diese Ihre menschlichen Grundfunktionen nicht abstellen, aber Sie können sie für sich arbeiten lassen. Sie sind zu jedem Zeitpunkt Ihres Lebens ein freier Mensch mit der Macht Entscheidungen zu treffen. Ihr Geist ist unbezwingbar, auch wenn Ihr Körper gewissen Zwängen ausgesetzt ist. Selbst in der Machtlosigkeit eines Konzentrationslagers gab es Menschen, die sich ihre Gedanken nicht verbieten ließen, die dem Rad in die Speichen gegriffen haben, wie es Dietrich Bonhoeffer ausdrückte. Sie als Mensch haben die Wahl Ihr Leben zu gestalten, denn ich unterstelle mal, Sie leben in weit weniger dramatischen Umständen als Dietrich Bonhoeffer. Sie haben die Macht, den einzigen wirklichen Vorzug zu nutzen, den wir Menschen, von wem auch immer, mitbekommen haben. Die Macht sein Schicksal zu gestalten. Genau daran werden wir uns in den folgenden Kapiteln machen. Sind Sie bereit alles Nötige dafür zu tun? Sind Sie bereit den sicheren Boden des bisher Erreichten ein Stück weit zu verlassen und Ihren Träumen ein Stück entgegen zu gehen? Wenn nicht, können Sie an dieser Stelle auch genauso gut aufhören zu lesen. Die folgenden Seiten werden dann höchstens zur Unterhaltung und zum Zeitvertreib dienen. Wenn ja, dann freue ich mich darauf Sie ein Stück auf Ihrer Reise zu Ihrem Traumleben zu begleiten.

## **Der Traum vom Mehr**

Egal ob Sie Vorstandsvorsitzender einer weltweit agierenden Aktiengesellschaft sind oder in diesem Unternehmen am Fließband stehen. Egal ob Sie Büros einrichten oder welche putzen. Egal ob Sie Bücher schreiben oder welche führen – Sie haben etwas mit Ihren Mitmenschen gemeinsam – den Traum vom Mehr.

Nein – kein Schreibfehler. Es geht um ein Mehr an Ideen, ein Mehr an Geld, ein Mehr an Liebe, ein Mehr an Anerkennung und Ruhm oder ein Mehr an sonstigem, was Ihnen wichtig ist. Dieser Traum vom Mehr ist es der uns antreibt, der immer höhere

Leistungen von uns fordert, der uns als Mensch und als Gesellschaft voran bringt und der uns, wenn wir es übertreiben, auffrisst und verschlingt wie eine tollwütige Bestie.

Dabei ist es relativ unwichtig, ob dieser Traum dem Neid auf andere Menschen entspringt oder Ihrem persönlichen Ehrgeiz. Im ersten Moment ist er etwas Positives und er sorgt dafür, dass wir weiter wachsen, uns entwickeln, neue Ideen ausarbeiten und uns weiterbilden.

Seine negative Seite entwickelt der Traum vom Mehr, wenn er sich in Gier verwandelt oder in ständigen, selbstgemachten Stress, weil wir uns nur nach anderen richten. Wer sich, seine Leistung und seine Besitztümer ständig mit den Errungenschaften anderer vergleicht, wird schnell feststellen, dass es IMMER mindestens eine oder einen gibt, der schneller, reicher, beliebter, größer, erfolgreicher, schlanker oder sonst wie besser ist.

Wer sich ganz gezielt Menschen zum Vorbild nimmt, die erreicht haben, was man selbst noch erreichen will, findet dagegen einen Ansporn dafür dran zu bleiben und seine Träume zu verwirklichen. Wer aber wahllos und neidvoll auf alles blickt was größer, schneller, weiter oder schöner ist als der eigene Besitzstand oder Zustand, der wird zwangsweise unglücklich werden.

Dieses Buch trägt den Titel *Vom Traum zum Ziel – endlich nach meinen eigenen Vorstellungen leben*. Und genau darum geht es in den folgenden Kapiteln. Ein Leben nach den eigenen Vorstellungen setzt voraus, dass Sie diese Vorstellungen kennen, dass Sie Ihre Träume konkretisiert und letztlich messbare, umsetzbare Ziele daraus gemacht haben. Das wiederum setzt voraus, dass Sie lernen eigene Träume von denen zu unterscheiden, die Ihnen „eingepflanzt“ wurden.

Träume, die aus dem Neid auf den Nachbarn oder Geschäftskollegen resultieren sind ein schlechter Ratgeber und ein extrem schlechter Kompass auf dem Weg zu Ihrem wahren

Traumleben. Und dieser Weg ist schließlich mindestens genauso wichtig wie das Ziel.

Woher ich weiß, was Ihr wahres Ziel ist? Nun, ganz einfach. Dieses wahre Ziel verbindet uns genauso wie der Traum vom Mehr. Es ist der Sinn unserer Aktivitäten, unserer Bemühungen und es ist der wahre Grund für die Art und Weise wie wir durch unser Leben gehen.

Aber dazu später mehr. Wenn Sie erst die Wahrheit in diesen letzten Zeilen erkannt haben werden viele Dinge klarer, die vorher unerklärlich schienen. Vieles von dem, was Sie bisher als Schicksal bezeichnet haben, wird dann als logische Folge sichtbar. Ursache und Wirkung – wir tun etwas und erzeugen damit eine Wirkung. Wir denken etwas und das wirkt sich auf uns und unsere Umwelt aus. Wir tun etwas nicht, und wieder hat das Konsequenzen für uns und unsere Ergebnisse. Ist unser Bewusstsein erst einmal geschärft und erfasst unsere Wahrnehmung dadurch was wirklich in uns und um uns herum vor sich geht, dann erkennen wir, dass WIR unsere Ursachen setzen und damit verantwortlich sind für deren Auswirkungen.

Ich will nicht so weit gehen wie manche Autoren und behaupten, jeder ist für ALLES verantwortlich was ihm oder ihr zustößt. Aber ich bin überzeugt, dass wir für einen weit größeren Anteil unseres Schicksals selbst verantwortlich sind, als wir uns selbst eingestehen wollen.

Genauer gesagt denke ich, dass wir nicht auf alles Einfluss haben was uns im Lauf unseres Lebens begegnet und was sich ereignet, aber wir sind zu hundert Prozent dafür verantwortlich, wie wir mit diesen Ereignissen und Begegnungen umgehen. Wir bestimmen zu einem viel größeren Teil selbst unser Leben als wir glauben.

Die größte Begrenzung die wir haben sind wir selbst. Unsere Art zu denken, unsere gewohnheitsmäßige Art der Fragen, die wir uns stellen, die Glaubenssätze, die wir mit uns herumtragen und die Erfahrungen, die wir und unsere Vorfahren gemacht haben,

bestimmen darüber wie wir bestimmte Ereignisse in unserem Leben interpretieren.

Manche Experten gehen soweit zu sagen, dass es weder gute noch schlechte Ereignisse gibt, nur unsere Wahrnehmung davon. Wir entscheiden was richtig oder falsch ist, schön oder hässlich, wohlschmeckend oder ungenießbar, wohlklingend oder eine Qual für die Ohren und vieles mehr.

Ob ein Musikstück gut klingt oder so, als würde gerade jemand bis aufs Blut gequält, das entscheidet unser kultureller Background, unsere Erziehung und die Gesellschaft in der wir aufgewachsen sind. Ob zum Beispiel orientalische Klänge für Sie ein Genuss sind oder eher Ohrenschermerzen verursachen, ist eine Sache der Übereinkunft mit sich selbst und anderen. Über Geschmack kann man nicht streiten heißt es im Volksmund.

Welche Filme wir gut finden, welche Art Humor wir akzeptieren, was wir verabscheuen, wovor wir Angst haben und vieles mehr ist einfach ein Resultat unseres persönlichen Umfelds. Wechseln wir unser Umfeld, ändert sich für gewöhnlich unsere Sicht auf die Dinge.

Für unseren Traum vom Mehr – oder noch wichtiger – für unseren Traum von einem Leben nach den eigenen Vorstellungen ist dieses Wissen von elementarer Bedeutung. Wenn Sie nicht in vollem Umfang verstehen, dass nichts und niemand eine Bedeutung für Sie hat, außer der Bedeutung, die Sie selbst ihm geben, werden Sie Schwierigkeiten haben Ihr Lebensglück zu finden.

Es liegt eine große Befreiung in dieser Erkenntnis, denn es nimmt den Irrglauben von Ihren Schultern, Sie wären Ihrem Schicksal hilflos ausgeliefert. Sie bestimmen einen Großteil dessen, was Ihnen möglich ist und was nicht. Sie entscheiden, ob Sie Ihre Vergangenheit behindert oder ob diese Vergangenheit zu großen Taten motiviert. Sie selbst legen fest welchen Einfluss andere Menschen und unerwartete Ereignisse auf Sie haben.

Im konkreten Beispiel heißt das, wenn Ihr Nachbar den neuesten Porsche kauft und Sie damit überflügelt, dann ist das zunächst ein völlig neutrales Ereignis. Ob Sie nun denken: „Dieser Angeber will wohl allen zeigen was für eine große Nummer er ist. Ich werde mir einen Ferrari holen, dann wird er schon sehen wer die Nummer 1 ist.“ Oder ob Sie denken: „Hey, super. Endlich mal einer der sich an seinem Erfolg freuen kann. Schönes Auto. Ich selbst fahr lieber praktische Fahrzeuge, aber ihn scheint es glücklich zu machen und das ist die Hauptsache.“

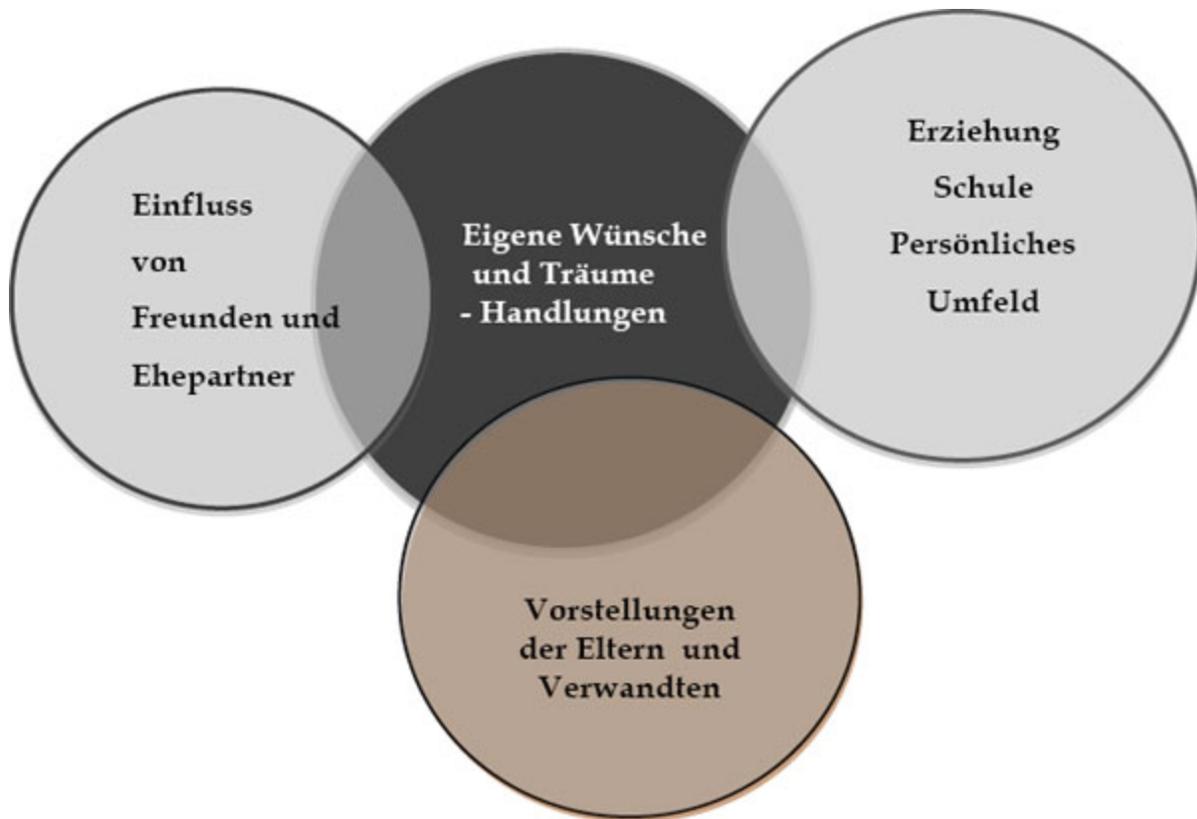
Glauben Sie, dass diese beiden Sichtweisen völlig unterschiedliche Folgen haben? Für Sie, für Ihren Nachbarn und wahrscheinlich für das Verhältnis in der gesamten Nachbarschaft. Die Entscheidung liegt immer und zu jeder Zeit bei Ihnen.

### *Ist deshalb jedem wirklich alles möglich? - vom Versuch*

#### *Iglus in die Sahara zu bauen*

Wenn es darum geht seine Träume zu verwirklichen hört man von vielen selbsternannten Propheten, Sprechern und Trainern, alles sei möglich. Allerdings hält das einer genaueren Prüfung selten stand. Ich denke, es ist nicht alles möglich, auch wenn diese Behauptung natürlich ihren Charme hat.

Ich vermute, das wird so oft verkündet, weil die Menschen es hören wollen. Wir möchten gerne glauben, dass alles möglich ist, irgendwann. Und somit auch für uns selbst Hoffnung besteht, unsere Träume zu verwirklichen. Aber tatsächlich leben wir nicht auf einer Insel und wir haben nicht die Möglichkeit, alles nach unseren Wünschen zu gestalten oder wie Superman die Naturgesetze auszuhebeln. Spätestens wenn wir in die Lebenskreise unserer Mitmenschen eindringen stoßen wir schnell an unsere Grenzen.



Wir sind nicht alleine auf dieser Welt und niemand kann es sich erlauben, ausschließlich nach seinen eigenen Vorstellungen zu leben. Er oder sie würde innerhalb kürzester Zeit isoliert leben und als Tyrann und Egoist gelten. Eine Partnerschaft, mit solch einem Menschen ist so gut wie unmöglich.

Das heißt aber nicht, dass wir auf alles und jeden Rücksicht zu nehmen brauchen. Ganz im Gegenteil. Leute, die man gemeinhin als Everybody's Darling bezeichnet, haben meist einen Hang zur Selbstaufgabe. Darum geht es in diesem Buch ganz bestimmt nicht, sondern darum zu erkennen, dass uns gewisse Grenzen gesetzt sind.

Zugegeben, diese Grenzen sind in den allermeisten Fällen wesentlich weiter gesteckt als wir annehmen, aber nichtsdestotrotz sind sie da. Uns ist im Normalfall viel mehr möglich als wir vermuten und uns im Moment vielleicht vorstellen können, aber eben nicht alles. Auch dem mental stärksten Menschen wird es nicht gelingen Iglus in der Sahara zu errichten, trotzdem versuchen einige immer wieder an solchen Vorhaben. Wir können mehr erreichen, als

wir gemeinhin glauben und es ist grundsätzlich alles möglich, was sich innerhalb der Naturgesetze abspielt, aber nicht alles für jeden.

Was bedeutet das nun im Klartext? Es bedeutet, dass wir uns, wenn wir nachher versuchen unseren Träumen wieder auf die Schliche zu kommen und sie in Ziele verwandeln wollen, mit der Frage beschäftigen müssen: Kann ich das überhaupt umsetzen? Ist das ein realistisches Vorhaben? In wie weit sind Menschen aus meinem Umfeld davon betroffen? Ist das mit den Träumen und Zielen meines Lebenspartners kompatibel, sprich passt es zu deren oder dessen Zielen? Passt es zu meinen eigenen Werten und Vorstellungen? Und vieles mehr. Ich möchte hier nicht zu weit vorgreifen. Wir werden im Verlauf dieses Buches noch sehr intensiv auf diese Fragen eingehen. Auch und gerade auf die Frage, was denn nun genau realistisch ist.

Es geht mir an dieser Stelle nur darum, Ihre Erwartungshaltung von Anfang an in die richtigen Bahnen zu lenken. Freuen Sie sich darauf Ihre Grenzen zu sprengen und ganz neue Lebensbereiche und Fähigkeiten an sich zu entdecken. Sie können weit mehr als Sie sich im Moment zutrauen. Aber verschwenden Sie nicht Ihre wertvolle Zeit mit Versuchen Iglus in die Sahara zu bauen oder anderer Vorhaben, die von vornherein gar nicht umsetzbar sind.

Wenn Sie stattdessen, neben dem Feuer der Begeisterung und der großen Motivation die aus dem Gefühl entsteht, das zu tun was man wirklich will, den Kopf eingeschaltet lassen, dann steht Ihnen der Weg zu Ihrem Traumleben weit offen. Der Traum vom Mehr wird so zu einem wertvollen Werkzeug statt zu einem Sklaventreiber. Gehen Sie es an.

**Worum geht es hier überhaupt? Das Ziel dieses Buchs!**

*Und täglich hält das Spiegelbild*

*gefangen meinen Blick  
schon tausendmal war ich gewillt  
zu ändern mein Geschick*

*Doch tausendmal gelang es nicht  
es gleicht sich jeder Tag  
als wär's das ewig gleiche Licht  
das ich nun in mir trag*

*Als ändere sich niemals was  
als gäbe es kein morgen  
als wäre ich Gefangener  
von ewig gleichen Sorgen*

Vielleicht kennen Sie dieses unbestimmte Gefühl des ausgeliefert seins, als Opfer seiner Umstände. Ich selbst hatte dieses Gefühl eine lange Zeit mit mir herumgeschleppt und lebte in einer Mischung aus Pflichterfüllung, Träumereien und Tatenlosigkeit. Ich wusste immerhin was ich nicht wollte, nämlich so weitermachen. Aber ich hatte keine Ahnung was ich stattdessen mit meinem Leben anfangen sollte. Ich lebte in den Tag hinein, freute mich aufs Wochenende und die Freizeitaktivitäten mit Freunden. Erfüllung brachte das zwar ebenfalls nicht immer, aber Zerstreuung. Die Unklarheit und latente Unzufriedenheit brachte alles zum Stillstand was kurzfristig an Erkenntnissen aufflackerte.

Nicht dass wir uns falsch verstehen. Ich war nicht depressiv oder unglücklich im klassischen Sinne. Es ging mir nicht einmal wirklich schlecht. Vielleicht war das ein Teil des Problems. Der Schmerz war

nicht groß genug, um etwas zu verändern und dem Wunsch nach Sinn und Erfüllung in meinem Leben Beine zu machen.

Erst relativ spät erkannte ich mit Schrecken, dass das Leben nicht auf einen wartet. Wenn man es nicht ergreift und es gestaltet, verrinnt es einfach so. Quasi nebenher. Ohne großes Aufsehen zu erregen betritt man so die Bühne des Lebens als Statist und verlässt sie wieder durch die Hintertür, unbemerkt von der Welt. Obwohl man sich selbst ja einredet das Beste würde noch vor einem liegen und man bräuchte nur die richtige Gelegenheit abzuwarten um die Melodie seines Lebens vorzutragen, die einem mitgegeben wurde. Aber auf diese Gelegenheit warten viele Menschen ihr ganzes Leben lang. Die Friedhöfe dieser Welt sind voll von ungesungenen Liedern und begrabenen Träumen, im wahrsten Sinne des Wortes.

Es gibt zwar Menschen, die kennen ihre Lebensaufgabe von Kindesbeinen an, aber die Regel ist das nicht. In den Interviews, die ich für Wissen-ist-Macht-TV geführt habe hat sich gezeigt, dass die Interviewpartner auf unterschiedlichste Art und Weise ihr Traumleben gefunden haben und es auf die unterschiedlichsten Arten ausleben. Aber eines hat die große Mehrheit gemeinsam. Sie alle mussten teilweise große und zahlreiche Umwege nehmen bevor sie ihre Bestimmung gefunden haben. Ich bin also nicht der Einzige, der zunächst relativ planlos umherirrte.

Es mag sein, dass es Menschen gibt, die da eher pragmatisch denken oder denken müssen. Wer hart ums tägliche Überleben kämpfen muss hat wenig Zeit für philosophische Überlegungen oder die Frage nach dem Sinn des Lebens. Für ihn oder sie besteht der Sinn darin, zu überleben. Außerdem denken viele sie hätten keine Wahl. Die Welt sei so und so und da könne ein Einzelner, ein kleines Licht wie sie, ja nichts daran ändern. Man muss ja schließlich arbeiten gehen, die Familie versorgen, für die Eltern/Kinder da sein und vieles mehr. Muss man das? Muss das jeder?

Das alles sind Glaubenssätze und unterm Strich selbst auferlegte Regeln. Auch wenn die Gesellschaft, unsere Familie oder unsere Freunde es von uns erwarten, so bleibt es doch unsere alleinige