

VOLKER VORNDAMME



DAS ARSCHTRITT-PRINZIP

BUSINESS IST WIE ROCK N ROLL

MIT EMPFEHLUNG VON HERMANN SCHERER

Für meine Eltern.
ANNE & REINHARD VORNDAMME.
Dafür, dass Ihr nicht müde geworden seid,
mir in den Hintern zu treten.

Inhalt

Warum Du dieses Buch lesen musst

Ignoriere ab sofort alle angepriesenen Wege zu
schnellem Erfolg

Drei Regeln, die Du beim Lesen unbedingt beachten
musst

Beliebte Themen und Fragen, sowie die Kapitel mit den
entsprechenden Antworten:

Wie steht es um Deine Träume?

Meine erste Lektion

Häufig gestellte Fragen von Zweiflern

Die 80/20 Regel

-1) Zuallererst: Erfolg muss erfolgen - Gib Vollgas

„Ich möchte so berühmt sein wie Gott.“ (Madonna)

Werde der Beste

Talent war gestern - Die neue Währung heißt Training

0) Definiere: Die Entscheidung ein Superstar zu werden

*„Anders sein muss man nicht verstecken, man muss
es betonen.“ (Lady Gaga)*

Es ist leichter, das Unmögliche zu tun als das
Realistische

Mache Deinen Traum zu einem Muss

Ein Traum, der alles verändert

1) Eliminiere: Lass Dich nicht unterbrechen

„Du musst Dich was trauen Mann und Du musst etwas finden womit Du Dich ausdrücken kannst.“ (Lil BowWow)

Das Parkinsonsche Gesetz

Von der Ablenkung zur menschlichen Maschine

Der Fahrradschuppeneffekt

2) Gebe: Werde der Kontaktmann

„Ich muss zwei Menschen sein. Aggressiv für die Straße und das Baby für meine Oma“ (50 Cent)

Der Schlüssel zum Erfolg

Du stehst nicht mit leeren Händen da

Der richtige Umgang mit der Prominenz

3) Produziere: Hackerguide zum Hit. Die Kraft der zwei Hirne

“Ich verstehe nichts von Musik. In meinem Fach ist das nicht nötig.“ (Elvis Presley)

Aber ich habe doch gar keine Ahnung

Hit Facts, die Du wissen musst

Hirngerecht kreativ sein

Inspiration auf Knopfdruck

Stelle Dein Produktionsteam zusammen

Die Produktion Deines Hits

4) Überrasche: Erzeuge Resonanz

“Es ist nichts falsch daran, ein Loser zu sein. Es kommt nur darauf an, gut darin zu sein.“ (Billy Armstrong, Green Day)

Überraschung ist, wenn Du tust was Du für richtig hältst

Gerüchte -Die mächtigste Werbewaffe der Welt

Kenner, Vermittler, Verkäufer – woran Du Schlüsselpersonen erkennst

5) Investiere: Listen to the Moneytalk

„Erfolg bedeutet sich über alle verdammten Dinge dieser Welt Sorgen machen zu müssen, außer über Geld.“ (Johnny Cash)

Lieber erfolgreich statt gebildet

Deine Dokumentation – reich werden mit System

Blamieren oder kassieren

Drei Regeln für das richtig große Geld

The Money is in the List

Dein eigenes Start up

Bezahle andere und verdiene dabei zusätzlich Geld

+1) Zuallerletzt: Wenn die Dinge sich in ihr Gegenteil verkehren

„Business ist wie Rock 'n' Roll.“ (Richard Branson, Virgin Records)

Quellen- und Literaturverzeichnis:

Jeder ist so gut wie sein Team

Ich hoffe, lieber Leser, dass Du dem Wörtchen „ich“ in diesem Buch nicht all zu viel Beachtung schenkst. Ich schildere eine Vielzahl meiner Erfahrungen. Die Erkenntnisse daraus mögen Dir als Inspiration dienen. Wenn Du erstaunliche Entdeckungen machst, so ist das auch all den kreativen und brillanten Köpfen zu verdanken, die mir als Quelle, Inspiration, Kritiker, Lektoren und Mentoren zur Seite standen. Tatsächlich haben dutzende Menschen zur Entstehung dieses Buches beigetragen. Sei es durch persönliche Kontakte oder durch ihre Werke. Ich betrachte es als Privileg, die Gedanken anderer Menschen, zusammengefasst in Büchern, Filmen, Blogs, Podcasts etc. studieren zu können. Manch einem Autor fühlte ich mich dabei so nah wie einem guten Freund. Es fällt mir schwer zu sagen, wem genau ich welche Erfahrung verdanke. Diejenigen, die am meisten zu dem vorliegenden Buch beigetragen haben, habe ich im Text besonders erwähnt und versucht, damit meine Würdigung zum Ausdruck zu bringen. Ich bitte um Verständnis, dass ich auf Fußnoten weitestgehend verzichtet habe, nicht um alle Erkenntnisse und Vorschläge als meine eigenen vorzustellen, sondern um den Text lesbar zu halten. Ich habe mich bemüht, das Buch zu schreiben, das ich selbst suchen würde, um erfolgreich und glücklich zu werden.

Ich bin zahlreichen Menschen zu Dank verpflichtet, dennoch möchte ich hier einige namentlich erwähnen:

Ivo Arndt

Thilo Baum

Fabian Burscheid

Torsten Dohm

Christiane GÜth

Markus Greiser

Sandra Greiser

Doris Hutterer

Julia Leib

Julian Michaelis

Alfred Pranzl

Ulrich Scharf

Jens Werner

Sowie:

Torsten von den „Beatsteaks“

Philipp von „Reamonn“

Andi „der Hund“ Jung.

„State of Evidence“,

„Priscilla Sucks!“,

„Dukes of Blizzard“,

„Rough Roostars“

Ihr seid tolle Interviewpartner und „Forschungsopfer“
gewesen!

Warum Du dieses Buch lesen musst

Fast jeder Mensch träumt davon reich und berühmt zu sein, doch scheint es in den meisten Fällen nur einer Elite vorherbestimmt zu sein, sich diesen Traum auch wirklich zu erfüllen.

Experten sind sich einig: 10.000 Stunden Training ist die Zeit, die man investieren muss, um es auf einem Gebiet zur Weltspitze zu bringen. Allerdings haben die meisten Menschen Probleme mit ihrer Selbstdisziplin, was dazu führt, dass sie frühzeitig aufgeben. Das heißt nicht, dass die Methode der 10.000 Stunden nicht funktioniert, sondern nur, dass die meisten Menschen damit scheitern. Zum Glück erkennen immer mehr junge Menschen, dass sie zu mehr in der Lage sind, als ihnen in Schule und Elternhaus beigebracht wird. Sie nutzen, mit Hilfe einer Castingshow, die Chance auf eine Karriere im Rampenlicht.

Wenn Du jedoch wissen willst, wie Du möglichst schnell berühmt wirst, so muss ich Dich enttäuschen. Ich habe keine Ahnung. Ich beschäftige mich nicht damit, wie man über Nacht zum Star wird. Ich habe vielmehr festgestellt: Menschen wollen eigentlich gar nicht unbedingt berühmt sein. Sie wollen nur das tun, von dem sie glauben, dass nur Berühmte es tun: Jeden Tag Champagner trinken, leben auf der eigenen Yacht, nie mehr arbeiten etc. Und sie träumen von einem sorgenfreien Leben, das ihnen dieser Status ermöglicht.

Ein häufiger Grund für den starken Wunsch nach schnellem Erfolg ist die Orientierung an Stars und Berühmtheiten. Erfolg wird nicht individuell gemessen, sondern durch Vergleiche. Menschen borgen sich die Träume von anderen und halten diese dann fälschlicherweise auch für die eigenen.

Wer sich jedoch nicht die Zeit nimmt, herauszufinden was er im Leben erreichen will, der lebt schließlich auch die Träume eines anderen.

Ignoriere ab sofort alle angepriesenen Wege zu schnellem Erfolg

Für Marketing-Slogans, die Dir die perfekte Methode zu schneller Berühmtheit versprechen, ist in meinem Buch kein Platz. Du wirst auf Deinem Weg jedoch damit konfrontiert werden. Und wenn Du nicht darauf vorbereitet bist, wirst Du Dich leicht davon ablenken lassen. Dazu sind diverse Begriffe im Umlauf, die sich wie selbstverständlich in unseren Sprachgebrauch eingeschlichen haben. Begriffe, die Du weder benutzen noch Dir anhören solltest. Begriffe, mit denen etwas verkauft oder Dir Angst gemacht werden soll, obwohl es dafür keine objektive Begründung gibt. Zum Beispiel: in/out, Star, Trend.

Erfolgreich ist ebenfalls so ein Wort. „Meine bisherige Karriere verläuft noch nicht erfolgreich.“ Hier sollte die Frage lauten: Erfolgreich, worin? Im Laufe eines Jahres 50 Prozent mehr Geld zu verdienen, ein rotes Mercedes-Cabrio zu besitzen, jeden Tag Champagner zu trinken etc.? Erfolgreich zu sein, hängt von dem Ziel ab, das Du Dir gesetzt hast und das sollte sich definieren lassen.

Noch schlimmer sind allgemein anerkannte Begriffe, obwohl sie gar nicht klar definiert sind, wie prominent oder berühmt. Um unklare Wörter auszuschließen, die Du auf dem Weg zu Deinem Erfolg verwendest, solltest Du Dich einfach fragen: Ist das messbar? „Ich will berühmt werden“ ist nicht akzeptabel. „Ich will einen Hit in den Charts“ ist hingegen akzeptabel, weil es objektiv messbar ist. Ich betone jedoch bei jeder Antwort auf die Frage: „Wie kann ich einen Hit erreichen?“, dass es entscheidend ist, auch die zweite Bedeutung des Wortes „Hit“ zu berücksichtigen: „Hochintensitätstraining“. Kein Mensch wird durch Zufall erfolgreich. Nimm also Deinen Vorsatz ernst und finde

Deinen Weg, mit dem zu persönlichem Erfolg kommen kannst. Dieses Buch unterstützt Dich dabei. Deine persönliche Methode mag vielleicht unspektakulär und weniger sexy sein, sie ist jedoch besser als die populärste und schnellste Methode - mit der Du scheiterst. Zu Anfang glaubt jeder er gehöre der talentierten Minderheit an. Frage Dich: „Werde ich die Disziplin aufbringen, bis ich am Ziel bin?“ Wenn nicht, solltest Du eine weniger effektive Methode wählen, mit der Du jedoch durchhältst.

Nun, ob dieses Buch Dir bei der Erfüllung Deines Traumes helfen kann? Die Sterne stehen günstig. Die in diesem Buch vorgestellten Schritte beruhen auf bewährten Prinzipien, die vor Dir bereits tausende Menschen zu persönlichem Erfolg geführt haben. Du erfährst Strategien, um Dich selbst neu zu erfinden. Dabei ist es egal wie alt Du bist, ob Du Schüler, Angestellter oder Dein eigener Chef bist. Du musst kein besonderes Talent oder eine spezielle künstlerische Begabung besitzen, es reicht, die dargestellten Schritte konsequent umzusetzen.

Dieses Buch bietet Dir nicht die populärste Methode zu Ruhm und Geld, jedoch eine, mit der Du erfolgreich sein kannst.

Drei Regeln, die Du beim Lesen unbedingt beachten musst

Nr. 1: Bleib skeptisch

Das Beste an einer Karriere, wie ich sie in diesem Buch beschreibe, ist die Tatsache, dass es überhaupt keine Karriere ist. Es ist ein Lebensstil. Dabei stellen sich gleich ein paar Fragen: Ist das ein Leben? Wenn man so arbeitet, gibt es dann einen Ausgleich zwischen Arbeit und Leben? Und musst Du - Gott bewahre - alles genau so machen, wenn Du erfolgreich sein willst? Die Antworten: Ja, das ist ein Leben, aber eben meine Sicht darauf. Ja, man kann einen Ausgleich finden, aber nur seinen eigenen; und nein, Gott sei Dank, musst Du es nicht genau so machen.

Nr. 2: Handle trotz Skepsis

Die Tatsache, dass Du bereits jetzt mögliche Fehler und Unvollkommenheiten bei Dir selbst oder in diesem Buch entdeckst, sollte Dich nicht davon abhalten zu handeln. Es ist leicht einen skeptischen Blick in die Zukunft zu werfen und aus einer Art Vogelperspektive, ein Scheitern voraus zu sagen. Wer zu viel denkt, handelt nicht mehr - das wusste schon Nietzsche. Schieb also nicht Deinen Intellekt vor, um Dein Vorhaben schon zu Beginn in Stücke zu reißen. Erkenne, dass es sich dabei nur um eines handelt: Die Rechtfertigung der eigenen Faulheit.

Nr. 3: Hab Spaß

Zur allgemeinen Belustigung habe ich immer mal wieder persönliche Erlebnisse und Anekdoten eingefügt. Gute Ratschläge alleine sind langweilig. Betrachte das Buch daher als ein Buffet. Du kannst Dich bedienen und Dir

immer das nehmen, worauf Du gerade Appetit hast. Finde den Einstieg, der Dich geradezu „anspringt“. Ein untrügliches Zeichen dafür, dass Du auf dem richtigen Weg bist. Schau Dir das Inhaltsverzeichnis an, such die Kapitel, die Du am wichtigsten findest, und lass die anderen – zunächst – bei Seite. Die meisten Menschen brauchen nicht mehr als 50 Seiten, um einen Ansporn zu finden, der ihre Richtung korrigiert. Mach es also nicht komplizierter als unbedingt nötig. Die einzigen Pflichtkapitel, die Du lesen musst sind: „Zuallererst: Erfolg muss erfolgen“ und „Zuallerletzt: Wenn die Dinge sich in ihr Gegenteil verkehren“. Diese beiden Kapitel sind Pflicht. Wie in einem Krimi musst den Anfang der Geschichte kennen und den Ausgang erfahren. Alles was danach kommt, ist die Kür. Tust Du dies nicht, handelst Du auf eigene Gefahr.

Beliebte Themen und Fragen, sowie die Kapitel mit den entsprechenden Antworten:

Wie bekomme ich wichtige Kontakte in der Unterhaltungsbranche?

Lies alle Kapitel in: „Werde der Kontaktmann“

Wie mache ich Werbung, ohne Geld?

Lies alle Kapitel in: „Erzeuge Resonanz“ und „Listen to the Moneytalk“

Ich benötige auf jeden Fall Geld, um meinen Traum zu verwirklichen?

Lies alle Kapitel in: „Listen to the Moneytalk“, sowie die erste Hälfte des Kapitels: „Die Entscheidung ein Superstar zu werden.“

Ich habe nicht das „Zeug“ um erfolgreich zu sein.

Lies alle Kapitel in: „Die Entscheidung ein Superstar zu werden“, sowie alle Kapitel in: „Lass Dich nicht unterbrechen“

Ich bin einfach zu beschäftigt. Woher soll ich die Zeit nehmen?

Lies alle Kapitel in: „Lass Dich nicht unterbrechen“ sowie alle Kapitel in „Die Entscheidung ein Superstar zu werden“

Wie bekomme ich eine Idee mit Hit-Potential?

Lies alle Kapitel in: „Hackerguide zum Hit“

Wie steht es um Deine Träume?

Ich stand hinter der Bühne und mein Herz schlug schneller als ich durch den Vorhang schaute. Im Zelt waren 35° C und 3.000 Menschen warteten darauf, dass es endlich losging. Wir bildeten einen Kreis, legten uns die Arme auf die Schultern und steckten unsere Köpfe zusammen. „Lasst uns einfach Spaß haben, der Rest kommt von alleine!“ Wir befanden uns auf dem Hurricane Festival 2006 und ich konnte kaum erwarten, dass es los ging. Für einen kurzen Moment fragte ich mich, wo ich jetzt wohl wäre, wenn ich nicht vor fünf Jahren meinen sicheren und gut bezahlten Job aufgegeben und meine Heimat verlassen hätte. Unser Ton-Techniker spielte die Intromusik, wir zupften unsere Kleidung zu Recht, nahmen unsere Instrumente in die Hand und gingen raus auf die Bühne. Von den Scheinwerfern geblendet, sah ich zu unserem Bühnentechniker herüber. Er strahlte und die Menge jubelte.

„Und, was machst Du so?“ Die Frage aller Fragen, mit der man einen Smalltalk beginnt. Sie setzt die stillschweigende Vereinbarung voraus, dass man sich gegenseitig seinen Lebenslauf sowie Erfolge in Job und Firma vorbetet. Ich beantworte die Frage immer auf die gleiche Weise, wenn ich das Gefühl habe, mein Gegenüber interessiert sich nicht wirklich für das was ich tue. „Ich bin Musiker.“ Dabei achte ich auf einen Unterton, der mich zweifellos als brotlosen Künstler ausmacht. Damit ist das Gespräch meistens zu Ende. Natürlich stimmt das nicht so ganz. Denn was ich mit meiner Zeit tue, können ganz andere Dinge sein. Vielleicht triffst Du mich in einem Kurs für angehende Yoga-Adepten, in den Alpen beim Snowboard fahren, beim Verfassen einer Buchidee oder im Tonstudio, wo ich Musikern zu ihrem ersten Hit ver helfe. Ich habe in den letzten zehn Jahren ein

Tonstudio gebaut, ein Platenlabel für Nachwuchsbands gegründet und unzählige Konzerte in Clubs von Spanien bis Polen gespielt. Ich weigere mich einfach meine Zeit mit Dingen zu vergeuden, die nichts mit der Erfüllung meiner Träume zu tun haben und Du solltest das auch nicht. Das ist leichter als es sich anhört. Das Leben muss nämlich gar nicht so verdammt hart sein, wie die meisten Menschen sich jeden Tag einreden. Das Rezept dazu ist ganz einfach: Tu ab sofort nichts mehr, woran Du keinen Spaß hast. Stell den fehlgeleiteten Menschenverstand auf den Kopf und leg die Spielregeln selbst fest.

Meine erste Lektion

Mit dreiunddreißig Jahren hatte ich einen Traum erreicht: Ich spielte mit einer Band vor mehreren tausend Menschen. Der Weg dorthin war allerdings alles andere als eine Erfolgsgeschichte. Seit ich mit vierzehn Jahren begann Gitarre zu üben, hatte ich die Hoffnung, dass ich eines Tages mit Musik erfolgreich sein würde. Irgendwie würde es schon dazu kommen und irgendwer würde mir schon helfen, wenn ich nur positiv dachte und fest genug daran glaubte. Doch mit Hoffnung und positivem Denken alleine geschieht gar nichts. Positives Denken ist eine Beruhigung des Geistes – eine optimistische Hoffnung, die ohne Handlung zu 100 Prozent ein Scheitern zur Folge hat. Auf wen oder was hoffen? Den lieben Gott, das Schicksal? Wie war es möglich, dass ich mein Ziel, mit Musik Erfolg zu haben nicht erreichte? Die Antwort auf diese Frage hat mich Jahre später überrascht: Tief in mir glaubte ich, dass Geld und Erfolg den Charakter verdirbt und dass ich es sowieso nicht schaffen würde. Ich stand meinem Erfolg selbst im Weg.

Ich steckte in einer Ausbildung und steuerte das Leben an, das mir die Schule vorausgesagt hatte. Ich hörte auf Lehrer und Eltern, die mir rieten, zuerst einen Abschluss und eine Ausbildung zu machen. Sicherheit sei wichtig – danach könnte ich ja immer noch etwas anderes tun. Andererseits wollte ich unbedingt mit Musik erfolgreich werden, da ich auf keinen Fall das ganze Leben hart arbeiten wollte. Tatsache war, ich versuchte lediglich mein Ziel zu erreichen. Und wer etwas nur versucht, handelt unentschlossen. Mehrere Jahre trat ich so auf der Stelle, plante meine Freizeit besser als mein Leben und nahm mir nicht die Zeit, die Dinge zu planen, die mich der Erfüllung meines Traumes näher gebracht hätten.

Wir müssen zuerst ein Schul-, und Benotungssystem absolvieren, das jahrelang unsere Fehler aufdeckt, aber keine Talente. Wir müssen den Wunsch der Eltern nach einer guten Ausbildung erfüllen. Wir wollen zuerst etwas Geld verdienen, um uns einige Wünsche zu erfüllen. Auf diese Weise halten wir uns permanent ein Hintertürchen auf, um der Wahrheit aus dem Weg zu gehen, dass wir aufgegeben haben, noch bevor wir richtig angefangen haben. Irgendwann kommt der Zeitpunkt, an dem wir unsere Träume als kindliche Schwärmerei abtun. Oder wir machen die Umstände verantwortlich. „Ich konnte nicht anders!“, „Ich habe doch Verpflichtungen!“, „Das Leben ist kein Wunschkonzert!“ usw. Wieder und wieder stellen sich uns Hindernisse in den Weg und halten uns davon ab, unsere wirklichen Träume zu verfolgen. Wir erfinden Ausreden und verleugnen unsere Träume, weil wir nicht glauben, dass wir gut genug sind und es wirklich schaffen können. Wenn unser Handeln sich nur auf Hoffnung und positives Denken stützt, bleiben wir uns selbst die Beweise schuldig, dass wir bei der Erfüllung unserer Träume auf uns selbst vertrauen können.

Ein Mensch, der so handelt ist ein hoffnungsloser Optimist. Für die Erreichung eines Zieles benötigen wir Selbstvertrauen und Erfolgserlebnisse. Und die bekommen wir nur, wenn wir handeln.

Häufig gestellte Fragen von Zweiflern:

Muss ich jung sein und gut aussehen?

Nein. Dieses Buch ist für all diejenigen, die es satt haben ihre Träume aufzuschieben und die Erfolge anderer Menschen im Fernsehen zu verfolgen. Für alle, die selbst etwas tun wollen und erkannt haben, dass einen Traum aufzuschieben nicht das Ziel sein kann.

Muss ich studiert haben?

Nein. Hochschulen sind zuallererst Institutionen, in denen Menschen zu Sachverständigen ausgebildet werden. Für unsere Zwecke ist dieser Umstand eher hinderlich.

Muss ich begabt sein?

Nein. Begabung an sich hat noch keinen Wert. Selbstvertrauen, Leidenschaft und ein Ziel sind die Zutaten, auf die es ankommt.

Muss ich Vorkenntnisse haben?

Nein. Jeder Mensch ist in irgendetwas richtig gut. Leider verbringen wir zu viel Zeit damit unsere Schwächen auszumerzen, statt unsere Stärken zu betonen. Erkenne was Du gut kannst - für alles andere holst Du Dir Hilfe.

Muss ich meinen Job aufgeben?

Nein. Dieses Buch bietet viele Anregungen für jeden Typ. Ob Du ein risikofreudiger Mensch bist oder Sicherheiten

benötigst, es gibt für jeden den passenden Weg zum Ziel - das Entscheidende ist, loszugehen.

Muss ich reich sein?

Nein. Geld ist die am häufigsten benutzte Ausrede um seine Träume aufzuschieben. Dieses Buch bietet Dir die Möglichkeit, Deine Einstellung zum Thema Geld zu überdenken.

Die 80/20 Regel

Mein Buch soll Dir die 20 Prozent an Wissen vermitteln, das bereits 80 Prozent des Weges, zu Deinem persönlichen Erfolg ausmacht. Mit Hilfe der Ratschläge eines italienischen Wirtschaftshistorikers erfährst Du, dass 20 Prozent Einsatz, bereits 80 Prozent der gewünschten Resultate liefert. 20 Prozent sind der Schlüssel zu allem was Du tun musst, um Ergebnisse in möglichst kurzer Zeit zu erreichen. Der Trick besteht darin, die richtigen 20 Prozent zu finden, um den Zeiteinsatz so gering wie möglich zu halten. Es ist wie beim Kochen von Wasser. Wenn Du Wasser auf 100 Grad erhitzt, beginnt es zu kochen. Erhöchst Du die Temperatur, kocht es nicht mehr oder besser, Du verbrauchst lediglich mehr Energie. Mein Buch ist also keine Abhandlung, über alles was es auf dem Weg zu Ruhm und Traumjob zu wissen gibt. Das würde den Rahmen jeden Buches sprengen. Ich möchte vielmehr vermitteln, was meiner Meinung nach die 20 Prozent an Wissen sind, die 80 Prozent von Erfolg ausmachen.

-1) Zuallererst: Erfolg muss erfolgen - Gib Vollgas

„Wenn Sie trainieren und zehn Wiederholungen einer Übung ausführen, welche Wiederholung ist dann die wichtigste?“

*„Die elfte!“
(Bodybuilder)*

Wenn Du Dir vornimmst regelmäßig Sport zu treiben, ein Fitnessstudio besuchst und jeden Tag Liegestütze machst, dann schaffst Du zunächst nur einige wenige Wiederholungen. Du hast dann Dein Bestes gegeben. Wenn Du lange keinen Sport getrieben hast, dann ist Dein Bestes aber wahrscheinlich kein sehr gutes Ergebnis.

Wenn Du mit Eifer auf ein Ziel los stürmst, so musst Du wissen, dass Dein „Bestes geben“ häufig nicht gut genug sein wird. Du hast nämlich in vielen notwendigen Bereichen für Deinen Erfolg noch stark unterentwickelte „Erfolgsmuskeln“. Diese musst Du trainieren. Du kannst Deine Erfolge im „Liegestütze machen“ erheblich schneller steigern, wenn Du 110 Prozent gibst. Das heißt, immer dann wenn Du eigentlich gar nicht mehr kannst, machst Du noch einen Liegestütz. Du wirst die 110 Prozent vielleicht nicht jedes Mal schaffen. Aber das Entscheidende ist: In der zusätzlichen Wiederholung liegt der größte Zuwachs. Die Wiederholung, die eigentlich gar nicht mehr geht, bewirkt das größte Wachstum.

Menschen, die bereit sind 110 Prozent zu geben, sind diejenigen, die auf ihrem Gebiet zur Spitzenklasse gehören. Denn in den 10 Prozent zusätzlicher Anstrengung liegt der Unterschied zwischen großem Erfolg und Mittelmäßigkeit. 10 Prozent mehr Anstrengung bewirken nämlich nicht 10

Prozent mehr Gewinn. 100 Prozent, sogar 1000 Prozent mehr Ergebnis kannst Du erwarten, wenn Du bereit bist die Extra-Meile zu gehen. Sei daher immer bereit mehr zu geben, als irgendjemand von Dir erwartet.

Warum geben manche Menschen aber nur 80 Prozent oder noch weniger? Die Antwort ist simpel: Jeder Mensch gibt 110 Prozent, wenn er gefunden hat, woran er Spaß hat. Keiner wird mit der Fähigkeit geboren ständig 110 Prozent zu geben. In der Regel gehen wir lieber den Weg des geringsten Widerstandes. Wenn 80 Prozent genügen, warum dann mehr geben? Aber nichts kann einen Menschen aufhalten, der seiner Leidenschaft nachgeht und es sich zur Gewohnheit gemacht hat 110 Prozent zu geben.

„Wenn ich könnte, dann würde ich.“ Ein Aussage, die nur ein Mensch treffen kann, der nicht in der Lage ist 110 Prozent zu geben und der noch nie erlebt hat, dass etwas wie von alleine geht. Ich sage dazu: „Wenn Du würdest, dann könntest Du!“ Es handelt sich dabei nämlich nicht um ein einmaliges Ereignis, sondern um eine Lebensgewohnheit. Entwickle die Gewohnheit 110 Prozent zu geben und Du wirst Dich niemals mit den Dir dargebotenen Grenzen zufrieden geben müssen.

Werde der Beste

Eine der wichtigsten Fragen zur Erreichung von Erfolg betrifft den Aufwand. „Wie lange werde ich brauchen, um mein Ziel zu erreichen?“ Da wir es gewohnt sind den Wert von Erfahrung als überaus groß einzuschätzen, kann der Gedanke, dass Du über wenig oder keinerlei praktische Erfahrung verfügst, Dich leicht von Deinem Vorhaben abbringen. Um Dir die Möglichkeit zu geben, Dir über den Wert von Erfahrung selbst ein Bild zu machen, schau Dich einmal um. Betrachte Deine Freunde, Verwandten, Mitarbeiter, Kollegen - Menschen, die Du auf einer Party

triffst; Menschen, die Du schon lange kennst. Wie verbringen die Ihre Tage? Die meisten von Ihnen gehen arbeiten. Darüber hinaus tun sie viele andere Dinge. Sie gehen Hobbies nach, engagieren sich im sozialen Bereich etc.

Und nun frage Dich: „Wie gut sind diese Menschen, in dem was sie tun?“ Sie machen ihre Sache gut wirst Du denken, so gut, dass sie sie auch weiterhin machen werden. Es sind fähige, gewissenhafte Menschen. Einige von ihnen haben schon jahrzehntelange Erfahrung in dem was sie tun. 10, 20, 30 Jahre Erfahrung.

Aber wie viele sind dabei, die es auf ihrem Gebiet wirklich zur Meisterschaft gebracht haben? Wie viele Menschen kennst Du, die mit ihrer Tätigkeit das große Geld gemacht haben? Wer in Deinem Bekanntenkreis ist ein wirklicher Experte? Aller Wahrscheinlichkeit nach sind, wenn überhaupt, nur wenige dabei, die wirklich großartig sind, in dem was sie tun.

„Übung macht den Meister.“ In Wahrheit wird dieses Sprichwort häufig falsch verstanden. Nur die Übung der richtigen Dinge macht den Meister. Übung an sich macht zunächst nur beständig. Was auch immer Du übst wird zu einer Gewohnheit. Wenn Du das richtige übst, entwickelt sich daraus eine gute Gewohnheit. Du hast die Chance wirklich großartig zu werden, in dem was Du übst. Übst Du etwas Falsches, so sammelst Du im besten Fall Erfahrungen, ohne Dich jedoch zu verbessern.

Das Rätsel um den tatsächlichen Wert von Erfahrung ist so alltäglich, dass wir kaum Notiz davon nehmen. Dennoch hat es eine entscheidende Bedeutung für die Erreichung oder Nicht-Erreichung Deiner Ziele. Bei einem Hobby ist es relativ leicht eine Erklärung zu finden. Wenn wir nach jahrzehntelanger Ausübung eines Hobbies keine oder nur sehr kleine Fortschritte gemacht haben, lautet die Erklärung, dass wir bei unserer Freizeitbeschäftigung deshalb nicht so gut sind, weil wir die Sache nicht allzu ernst

nehmen. Aber was ist mit unserer Arbeit? Eine Tätigkeit, die wir wo möglich jahrelang gelernt und studiert haben. Auf die wir uns lange vorbereitet haben und die den größten Teil unseres Lebens einnimmt. Rechne einmal nach, wie viele Stunden Du in Deinem bisherigen Leben mit der Tätigkeit verbracht hast, der Du die meiste Zeit Deines Lebens widmest und die für Dich oberste Priorität hat. Und jetzt frage Dich wie gut bist Du, in dem was Du tust?

Der Wert von Erfahrung ist in Wirklichkeit äußerst mysteriös. So berichtet der Autor Geoff Colvin in seinem Buch: „Talent wird überschätzt“ von Untersuchungen, wonach es Menschen auf ganz unterschiedlichen Gebieten, nicht nur nicht gelingt herausragend zu sein in dem was sie tun – egal wie viele Jahre sie bereits auf ihre Tätigkeit verwendet haben – häufig haben sie seit den Anfängen nicht einmal kleine Fortschritte gemacht.¹ Obwohl Unternehmen erfahrene Führungskräfte hoch schätzen, belegt die Untersuchung, dass – im Durchschnitt – Manager mit Erfahrung keine besseren Ergebnisse erzielten als ihre weniger erfahrenen Kollegen. In einigen Fällen wurden Leute aufgrund ihrer Erfahrung sogar schlechter.

Routine und die jahrzehntelange Auseinandersetzung mit einem Sachverhalt reichen nicht aus, um ein Meister seines Fachs zu werden.

Talent war gestern - die neue Währung heißt Training

Es ist kaum übertrieben zu sagen, dass die Menschen heute so ziemlich alles besser machen als früher. Man könnte meinen, diese Erkenntnis kommt uns gerade recht. Auf allen Gebieten ist sie nötiger denn je. Sie setzt den fehlgeleiteten Glauben außer Kraft, dass es vor allem auf Talent ankommt. Dafür gibt es zahlreiche Anzeichen. In praktisch jedem Bereich ist die Tendenz steigender Anforderung spürbar. Wohin wir auch blicken, überall finden wir Beispiele. Die steigende Leistungsfähigkeit der Technik können wir jeden Tag spüren. Wie sieht es jedoch mit der menschlichen Leistungsfähigkeit aus? Am ehesten ist diese Entwicklung am Beispiel des Sports zu beobachten. Der Sport ist nicht nur deshalb besonders interessant, weil in ihm ständig Rekorde gebrochen werden, sondern auch, weil er uns vieles über großartige Leistungen offenbart, die sich auch auf andere Bereiche übertragen lassen. Können wir wirklich einschätzen, wie rasant die Entwicklung menschlicher Leistungsfähigkeit in den letzten hundert Jahren fortgeschritten ist? Die Bestzeit eines 100 Meter Läufers von 1912 wird heute von jedem Teenager der Oberstufe gebrochen. Und wer die Ursache in der zugenommenen Körperlänge der Menschen vermutet, der irrt.²

Vor weniger als 10 Jahren galt ein Backflip (Salto rückwärts) auf einem Motorrad als nicht machbar. Heute gehört dieser Trick zum Standardrepertoire eines jeden Freestyle Motocross-Fahrers. Egal in welcher Disziplin, es ist deutlich zu erkennen, dass die Anforderungen steigen und der Grund, dass Sportler heute überlegener sind, liegt nicht darin, dass sie physisch irgendwie anders wären, sondern dass sie effektiver trainieren.

Die Anforderungen auf geistlichen oder künstlerischen Gebieten - wie Musik - steigen mindestens ebenso schnell wie die sportlichen. Als Tschaikowsky 1878 sein Violinkonzert zu Ende komponiert hatte, bat er den berühmten Geiger Leopold Auer, es erstmals aufzuführen. Auer lehnte ab, weil er die Partitur für unspielbar hielt. Heute kann dies jeder junge Geiger spielen.³

Der 20 jährige Eddy van Halen spielte Anfang der 1980er Jahre ein Gitarrensolo auf dem Debüt-Album seiner Band „van Halen“. Er verwandte dabei die von ihm erfundene „Tapping“-Spieltechnik. Der Song „Eruption“ galt ebenfalls einige Jahre als unspielbar. Heute kannst Du Zehnjährigen, die kaum eine Gitarre halten können, in selbstgedrehten Videos auf Youtube zusehen, wie sie „Eruption“ spielen als wäre es eine Aufwärmübung. Die Musik ist die gleiche geblieben, Violinen und Elektro-Gitarren sind die gleichen geblieben und die Menschen haben sich nicht geändert. 100 Jahre Evolution reichen nicht aus, um die Tatsachen zu erklären. Die Menschen haben einfach gelernt effektiver zu üben und wesentlich bessere Ergebnisse zu erzielen. Und dieser Trend setzt sich fort.

Das Wissen über außergewöhnliche Leistungen hat sich speziell in den letzten 30 Jahren enorm weiterentwickelt. Die Erkenntnisse sind deswegen, auch für Dich, von so großer Bedeutung, weil man sie offenbar weitgehend verallgemeinern kann.⁴ Die Tatsache, dass sie im krassen Widerspruch zu dem stehen, was wir bisher über große Leistung zu wissen glaubten, ist einer der Gründe warum dieses Wissen bisher nicht ins allgemeine Bewusstsein vorgedrungen sind. Nach wie vor werden mangelndes Talent oder schlechte Anlagen als Ausreden für mangelnde Leistung vorgeschoben.

Vor diesem Hintergrund stellen sich sofort ein paar wichtige Fragen: „Wie muss ich üben? Wie oft muss ich

üben? Wie lange muss ich üben? Ab jetzt sind Deine schlechten Gene keine Ausrede mehr.

Training statt Routine - Qualität statt Quantität

Der Aspekt, der großartige Leistungen am treffendsten zu erklären scheint wird von Wissenschaftlern „bewusstes üben“ genannt. Ich nenne es im folgenden Training. Es ist zunächst wichtig zu verstehen was damit gemeint ist. Gewiss ist es nicht das, was die meisten von uns jeden Tag bei der Arbeit tun. Auch Begabungen fallen weit weniger ins Gewicht als bisher angenommen. Was immer große Künstler, Sportler, Unternehmer, Manager etc. auch auszeichnet, es basiert nicht auf Fähigkeiten, die über die Grenzen „natürlicher“ Leistungsfähigkeit hinausgehen. Viele der herausragenden Menschen, egal auf welchem Gebiet, sind auf verblüffende Weise einfach nur Durchschnitt.

Musizieren in der Freizeit kann vieles sein: Singen unter der Dusche, Maultrommel spielen, sich in Ekstase trommeln etc. Die Liste ist endlos. Es kann Spaß machen, Deinem Nachbarn aus vollem Herzen „You give love a bad name“ von Bon Jovi vorzusingen, jedoch wirst Du damit kein Rockstar.

Sport in der Freizeit kann ebenfalls vieles sein: Jogging, Schwimmen, Fußball etc. Auch diese Liste ist endlos. Sport sorgt dafür, dass Du Dich gut fühlst und hat eine gesundheitsfördernde Wirkung. Mehr ist nicht dabei. Musizieren und Freizeitsport absolviert man aus einer gewissen Routine heraus. Das Ganze soll in erster Linie Spaß machen. Ein höherer Anspruch besteht nicht.

Training ist etwas ganz anderes. Es soll Veränderung bewirken und Fortschritte bringen. Training heißt: Die minimal effektive Dosis auszuführen, um so die gewünschten Veränderungen zu bewirken. Beim Training steht die Intensität im Vordergrund. Dazu musst Du Deine Komfortzone verlassen, denn dann beginnt die

Wachstumszone. Ein gewisses Maß an Training führt zu höheren Leistungen, ein Höchstmaß zu Höchstleistung.

Der Kraftakt, der Routine in ein Training verwandelt, ist dabei vor allem mentaler Art, egal ob in der Musik oder jeder anderen Disziplin. Sogar im Sport, wo uns vielleicht die physischen Anforderungen am härtesten erscheinen. Auf fast allen Gebieten ist zur Höchstleistung eine so intensive Konzentration nötig, dass diese zwangsläufig rasch zur Erschöpfung führt. Das ist auch der Grund warum intensive Trainingseinheiten meistens sehr kurz ausfallen. Es ist gar nicht möglich für ein intensives Trainingsprogramm denselben Zeitaufwand zu betreiben, wie für ein lockeres Spaß-Programm. Ständig auf allerhöchstem Niveau zu trainieren ist der sicherste Weg in die Klapsmühle.

Diese Erkenntnisse müssen Dich jedoch nicht deprimieren. Sie sind befreiend. Wenn die Tätigkeiten, die zu wahrer Größe führen, leicht und lustig wären, würde sich jeder mit Ihnen beschäftigen - und die Besten würden sich vom Rest nicht unterscheiden. Die Tatsache, dass Training hart ist, besagt nichts anderes, als dass die meisten Leute die Finger davon lassen. Folglich wird dies Deine Erfolgsaussichten ungemein steigern. Training und Routine - beides solltest Du nicht miteinander verwechseln.

Trainings-Tipp:

Beginnend mit diesem Kapitel werde ich Dir kleine und einfache, aber zunehmend „unbequeme“ Übungen vorstellen. Einige davon werden Dir möglicherweise leicht oder auch unnötig vorkommen. Das wird sich ändern, sobald Du sie ausprobierst. Ich habe mich daran gewöhnt Lösungen anzubieten, anstatt nach ihnen zu fragen und die gewünschten Antworten zu provozieren, anstatt zu reagieren. Zu lernen Deinen Willen durchzusetzen ist daher nur ein Teil der Trainings-Tipps.

Betrachte das ganze als ein Spiel und rechne mit ein wenig Nervenflattern und Schweißausbrüchen - darauf kommt es an. Die meisten dieser Übungen beinhalten kurze aber intensive „Trainingseinheiten“. Notiere die Übungen in Deinem Kalender und mache nicht mehr als eine Übung auf einmal.⁵

Los geht's:

Stelle Fragen wie ein Kind

Wie viele Menschen haben den Mut kindliche, scheinbar dumme Fragen zu stellen? Die meisten Menschen bleiben lieber dumm als nachzufragen, wenn sie etwas nicht verstanden haben. Besonders in einer Gruppe mit Fremden gibt sich niemand die Blöße und outet sich als Dummerjan. Wieso gehen wir nur immer davon aus, dass alle anderen um uns herum, auf jeden Fall schlauer sind als wir selbst? Wenn Du Fragen stellst, die anders sind als die üblichen, erhältst Du auch Antworten, die anders sind. Übe in den nächsten Tagen, den Status Quo in Frage zu stellen. Alles was Dir als ein scheinbar logischer Zusammenhang präsentiert wird - hinterfrage. Komm zurück ins Trotzalter und sag zu allem: „Verstehe ich nicht, warum ist das so?“