

WILLIAM H. MCRAVEN



# MACH DEIN BETT

Die 10 wichtigsten Dinge, die ich  
als Navy SEAL gelernt habe und  
die auch dein Leben verändern

riva

New York Times  
NR.-1-BESTSELLER

WILLIAM H. MCRAVEN

# MACH DEIN BETT



WILLIAM H. MCRAVEN



# MACH DEIN BETT

Die 10 wichtigsten Dinge, die ich  
als Navy SEAL gelernt habe, und  
die auch dein Leben verändern

**riva**

## 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.

### Für Fragen und Anregungen

[info@rivaverlag.de](mailto:info@rivaverlag.de)

### Wichtiger Hinweis

Ausschließlich zum Zweck der besseren Lesbarkeit wurde auf eine genderspezifische Schreibweise sowie eine Mehrfachbezeichnung verzichtet. Alle personenbezogenen Bezeichnungen sind somit geschlechtsneutral zu verstehen.

7. Auflage 2022

© 2018 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Türkenstraße 89

80799 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Die englische Originalausgabe erschien 2017 bei Grand Central Publishing, ein Imprint der Hachette Book Group, Inc., unter dem Titel *Make your Bed*. Copyright © William H. McRaven, 2017.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Übersetzung: Dr. Kimiko Leibnitz

Redaktion: Caroline Kazianka

Umschlaggestaltung: Laura Osswald

Umschlagabbildungen: Unter Verwendung von [iStockphoto.com](https://www.iStockphoto.com)

ePub by Konvertus

ISBN Print 978-3-7423-0515-2

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-0063-5

ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-7453-0064-2



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

[www.rivaverlag.de](http://www.rivaverlag.de)

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# Inhalt

Vorwort

Beginnen Sie Ihren Tag mit einer erledigten Aufgabe

Allein schaffen Sie es nicht

Nur die Größe Ihres Herzens zählt

Das Leben ist nicht fair – akzeptieren Sie es und machen Sie weiter

Misserfolg kann abhärten

Wagen Sie Großes

Bieten Sie den Tyrannen die Stirn

Wachsen Sie über sich hinaus

Den Menschen Hoffnung geben

Geben Sie niemals auf

Rede zur feierlichen Verabschiedung der Absolventen der Universität von Texas

Dank

## Über den Autor