

Veit Lindau  
Erfolgsbooster



VEIT  
LINDAU

# ERFOLGS BOOSTER

MACH DEINE  
TRÄUME  
WAHR!

GOLDMANN

Der Goldmann Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags für externe Links ist stets ausgeschlossen.



1. Auflage

Originalausgabe November 2016

© 2016 Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: © FinePic®, München

Lektorat: Mareike Fallwickl, Hof bei Salzburg,  
Judith Mark, Freiburg i. Br.

fm · Herstellung: cb

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-22173-8

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

Wie auch immer du bis heute gelebt hast,  
du hast deine Möglichkeiten noch lange nicht  
ausgeschöpft.

Dieses Buch ist jener kühnen, verrückten Idee  
gewidmet,

die sich durch dich manifestieren möchte.

Alles, was wir manchmal brauchen,  
um endlich loszulegen und das Leben unserer  
Träume wahr werden zu lassen,

ist ein guter Freund, der sagt:

»Geh jetzt los«,

und der liebevoll-konsequent an unserer Seite  
steht,

bis wir unser Ziel erreicht haben.

Wenn du willst,

bin ich dieser Freund für dich.

Hör auf zu träumen.

Steh auf.

Richte dich aus.

Geh jetzt endlich los.

## PROLOG

Dieses Buch ist der Freund, den du dir an deiner Seite wünschst, wenn du dich einer der großen Herausforderungen deines Lebens stellst. Natürlich kann es keinen echten Menschen ersetzen. Doch es wurde von einem echten Menschen geschrieben. Von jemandem, der sehr an deinem Erfolg interessiert ist. Dafür muss ich dich nicht kennen. Ich weiß, dass du uns allen in deiner schönsten und stärksten Version am besten dienst. Jedes Mal, wenn ein Mensch eine starke, gute Vision empfängt und es ihm gelingt, sie auch zu manifestieren, wird Energie freigesetzt – in Form von Selbstvertrauen und Freude. Die Auswirkung dieser Welle spüren all seine Freunde und Kollegen. Sie berührt sie. Sie inspiriert sie. Sie verändert sie. Sie beginnen, alte Grenzen infrage zu stellen, ebenfalls größer zu denken und zu handeln. So kommt die Erfolgsfreude jedes Einzelnen auf offensichtlichen und verborgenen Wegen irgendwann bei uns allen an. Falls du irgendwo in einem verstaubten Bereich deiner Gehirnwindungen denken solltest, Erfolg sei egoistisch, vergiss das ganz schnell. Erfolg ist natürlich. Erfolg ist gut. Erfolg ist Leben.

Der einzige Grund, warum du einen leckeren Apfel essen kannst, ist, dass die Biene (die die Blü-



te bestäubte) und der Apfelbaum erfolgreich waren.

Die Menschen, die für dich zur inspirierenden, ermutigenden Quelle wurden, sind das die erfolglosen Jammerer oder diejenigen, die ihre Träume angehen und Realität werden lassen? Eine der schlimmsten geistigen Krankheiten, die uns befallen kann, ist erlernte Hilflosigkeit. Wir werden alle als kreative Genies und Freigeister geboren. Wir kommen mit dem instinktiven Vertrauen zur Welt, alles meistern zu können. Wir gehen zu Beginn selbstverständlich davon aus, ein Recht auf große Träume zu haben. Wir kennen noch kein »Ich kann nicht« und »Ich darf nicht«. Das wird uns beigebracht. Es wird uns eingeflüßt. Viele Jahre lang – auf die nette und die harte Tour. Mit 20 hast du diese künstlichen Grenzen so verinnerlicht, dass du sie nicht mehr infrage stellst. Im Gegenteil. Du beginnst, sie zu verteidigen. Du lachst nun selbst Menschen für ihre »verrückten« Ideen aus. Anstatt mit den kraftvollen Schöpfern in einen sportlichen Wettstreit zu treten, gesellst du dich zu den notorischen Verhinderern auf der Bank. Sie starren neidisch auf das Spielfeld und warten sehnsüchtig darauf, dass die Mutigen fallen. Denn deren Niederlage gibt ihren Zweifeln (scheinbar) recht.

Um erlernte Hilflosigkeit zu verstehen, stell dir einen Riesen vor, dem von seiner Geburt an im-

mer wieder der Gedanke eingebläut wurde, er sei ein kleiner, schwacher Zwerg. Zu Beginn glaubt er, das sei ein lustiges Spiel. Irgendwann vergisst er die Wahrheit. Er »weiß« nun, dass er hilflos ist. Er kann die Umstände – privat, beruflich, finanziell –, die ihn so nerven, nicht ändern. Er ist dafür zu schwach. Er hat es ein paar Mal versucht, doch er ist immer wieder auf halber Strecke gescheitert. Und wenn er ganz ehrlich ist, hat er schon vor dem Versuch gewusst, dass es wieder nicht klappen wird. Er trifft sich gern mit seinen anderen Zwergenfreunden. Es tut gut, dass sie ihn verstehen. Sie sitzen zusammen und spielen sich fast zärtlich Gründe zu, warum mehr nun mal nicht möglich ist.

Wenn du diese Runde von außen sehen könntest, und vielleicht hast du das schon einmal, würdest du dich fragen: Was ist mit diesen Riesen los? Warum stehen sie nicht einfach auf? Warum setzen sie ihre ungeheuren Kräfte nicht dafür ein, das großartige Leben ihrer geheimen Träume zu manifestieren?

Sie können sich nicht regen, weil sie in dem Traum eingeschlafen sind, hilflos zu sein.

Ihr Potenzial ruht ungenutzt am Boden ihrer Träume. Manchmal bis zum Ende ihres so kostbaren Lebens.

Unsere Gesellschaft ist stark leistungsorientiert. Wenn Kinder aus der Schule kommen, haben sie





verbal und nonverbal verstanden, dass sie nicht gut genug sind. Die rasante Entwicklungsdynamik von Technik und Informationsmedien, unsere hochkomplexen Arbeitsabläufe, die übermächtige Präsenz der globalen Krisen, all das verstärkt das Gefühl von Ohnmacht und Winzigkeit in uns.

Wann bist du das letzte Mal mit dem Gefühl ins Bett gegangen, dein Leben im Griff zu haben?

Wie wirkt es sich auf dein Wohlbefinden aus, wenn du immer und immer wieder die Erfahrung machst, nicht hinterherzukommen?

Ich schreibe das alles nicht, um dich zu deprimieren. Im Gegenteil. Ich möchte dich wachrütteln. Ich möchte dir zurufen: »Wach auf! Du bist nicht hilflos. Du sitzt einer Illusion auf. Du bist ein Titan, eine Titanin der Schöpfung.«

Egal wie alt du bist, wie oft du bereits gefallen bist, du bist so viel mächtiger, als du glaubst.

Du kannst so viel mehr verändern, als du denkst.

Du hast ein Recht, mit deinen Träumen nach den Sternen zu greifen und dich dann auf den Weg zu machen, um sie auch wirklich zu erreichen.

Dieses Buch enthält eine ordentliche Portion des Gegengifts für erlernte Hilflosigkeit – Selbstwirksamkeit.

Selbstwirksamkeit ist die Erfahrung ...

- ... zu wissen, was du willst,
- ... fähig zu sein, dir selbst das Kommando zu geben, dich in Bewegung zu setzen,
- ... dein Ziel dann auch zu erreichen.

Alle Studien der Positiven Psychologie der letzten zwei Jahrzehnte schälen Selbstwirksamkeit als eine der zentralen Säulen für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden heraus. Macht ja auch Sinn, oder?

Nicht zu wissen, was du willst, oder es nicht zu bekommen, ist auf Dauer verdammt frustrierend. Die gute Nachricht: Selbstwirksamkeit kannst du wie einen geistigen Muskel trainieren!

Die noch bessere Nachricht: Jeder bewusst erlebte Erfolg stärkt dich für das nächstgrößere Ziel. Die in einem Bereich deines Lebens neu gewonnene Selbstwirksamkeit steht dir auch in allen anderen Bereichen zur Verfügung. Im Klartext: Bewusst erlittene Siege im Berufsleben stärken dich auch im Liebesleben und fördern deine Gesundheit. Errungenschaften auf der körperlichen Ebene wirken sich auch auf deine Arbeitsleistung aus und so weiter.

Vielleicht ist dir aufgefallen, dass ich bewusst betone. Der Witz ist nämlich, wir alle – auch du – liefern jeden Tag eine exorbitant hohe Erfolgs-



quote ab. Wenn du heute Abend ins Bett gehst, wirst du in all deinen Vorhaben zu 98 Prozent erfolgreich gewesen sein. Aufstehen, atmen, essen, zur Arbeit gehen, die Kinder versorgen ...

Das Problem? Das ist dir wahrscheinlich gerade selbst aufgefallen, während du den vorhergehenden Satz gelesen hast: Dein Verstand wertet all diese grandiosen Leistungen, für die Hunderte von stillen Entscheidungen und Milliarden von biochemischen Prozessen nötig sind, nicht als Erfolg, sondern als Selbstverständlichkeit.

Ich verrate dir jetzt ein Geheimnis: Die Menschen, die du für ihre Errungenschaften bewunderst, sind nicht besser oder genialer als du. Sie verwerten das Leben nur effektiver.

Sie treffen ihre Entscheidungen bewusster. Sie erkennen ihre Erfolge bewusster an. Sie korrigieren bewusster. Sie verwerten Chancen bewusster. Dieses Mehr an Bewusstheit stärkt kontinuierlich ihre Selbstwirksamkeit. Diese wiederum wirkt stimulierend auf das noch ruhende Potenzial dieser Riesen ein.

Selbstwirksamkeit aktiviert im Lauf der Zeit mehr und mehr Zylinder deines schöpferischen Motors und bringt sie auf die Straße! BÄM!

Diese ausführliche Vorrede war wichtig, um dir nun kurz und knackig erläutern zu können, worum es in diesem Buch geht. Dich erwartet ein