

Ilja Grzeskowitz
Mach es einfach!

ILJA GRZESKOWITZ

Mach es einfach!

Warum wir keine Erlaubnis brauchen,
um unser Leben zu ändern

*Für Silke.
Liebe meines Lebens.*

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.

ISBN 978-3-95623-331-9

Programmleitung: Ute Flockenhaus, GABAL Verlag
Lektorat: Dr. Michael Madel, Ruppichteroth
Umschlaggestaltung: Martin Zech Design, Bremen | www.martinzech.de
Umschlagmotiv: grifos83 / texturise.blogspot.de
Autorenfoto: Ziad Kobeissi | www.ziadekobeissi.com

Satz und Layout: Das Herstellungsbüro, Hamburg | www.buch-herstellungsbuero.de
Druck und Bindung: Salzland Druck, Staßfurt

Copyright © 2016 GABAL Verlag GmbH, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise,
nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

www.gabal-verlag.de
www.facebook.com/Gabalbuecher
www.twitter.com/gabalbuecher

Inhalt

Prolog: Was wäre, wenn ...? 7

Hör auf zu warten: Warum der richtige Moment niemals kommen wird 21

- Zögerst du noch oder setzt du schon um? 23
- Wer sich nicht verändert, der wird verändert 27
- Das Ende der Ausreden 34
- Die Macher-Mentalität 39

Die innere Motivation zur Veränderung wecken: Warum tschakka tschakka längst out ist 45

- Motivation 1.0: Die Flucht vor dem Säbelzahn tiger 50
- Motivation 2.0: Zuckerbrot und Peitsche 53
- Motivation 3.0: Tschakka, du schaffst es! 55
- Motivation 4.0: Sinnvolle Veränderung statt hohler Phrasen 62

Der Pfad des Changemakers: Warum die größte Erfüllung im Machen liegt 68

- Macher zu sein ist kein Titel, sondern eine innere Haltung 71
- Schluss mit der Selbstsabotage 77
- Chef sein kann jeder 82
- Die Frage, die alles verändert 86

Keine Angst vor Veränderung: Warum unsere größte Schwäche gleichzeitig unsere größte Stärke ist 91

- Die Angst ist dein Freund 94
- Sinn statt Unzufriedenheit 100
- Die einzige Angst, die Sie haben sollten 105
- Intention schlägt alles 108

Einzig, nicht artig: Warum es sich lohnt, einzigartig statt anders zu sein 116

- Einzigartig statt anders 118
- Ihre persönliche Unabhängigkeitserklärung 122
- Die Renaissance der Werte 125
- Zehn Minuten im Olympiastadion 135

Vorhaben in Ergebnisse transformieren: Warum zwei Worte das Potenzial haben, Ihr Leben zu verändern 142

- Sagen Sie #AU JA! zur Veränderung 146
- Entscheiden Sie sich, zu entscheiden 149
- Sind Sie S.E.K.S.I. genug? 154
- Nutzen Sie die 1%-Formel 161

Der Sinn des Lebens ist Leben: Warum New York manchmal direkt um die Ecke liegt 169

- Der New-York-Quick-Check für nachhaltige Veränderung 174
- Eine Stunde macht den Unterschied 179
- Die vier Stufen des Lernens 183
- Feuern Sie die Nörgler, Besserwisser und Miesepeter 188

Epilog: Schreiben Sie Geschichte 196

Danksagung 200

Anmerkungen 203

Personen- und Stichwortregister 205

Über den Autor 209

Prolog: Was wäre, wenn ...?

*»Joe, noch einen für die Träume
Drei Zehner für das ›Baby Blue‹
Denn ›Baby Blue‹ ist so wie du, Marlene
Drei Minuten sind doch gar nichts
Joe, mach den Laden noch nicht zu
Nur einen noch, dann geb ich Ruh«
Hans Hartz, »Joe, noch einen«*

Es war ein ganz gewöhnlicher Dienstag im Herbst 1994. Und obwohl an diesem Tag nichts Besonderes auf der Welt geschah, werde ich ihn wohl nie mehr vergessen. Denn von einem Moment auf den anderen sollte sich meine eigene Welt auf den Kopf stellen. Ich leistete zur damaligen Zeit gerade meinen achtzehnmonatigen Zivildienst in einer integrativen Einrichtung am Universitätsklinikum der Hansestadt Lübeck ab. Neben ambulanten Kindern mit Lern- und Entwicklungsschwierigkeiten betreuten wir dort tagsüber auch Patienten der unterschiedlichsten Stationen, um ihnen den Krankenhausalltag ein wenig abwechslungsreicher zu gestalten. Eines dieser Kinder hatte ich besonders ins Herz geschlossen. Tommy war ein neunjähriger Junge, der wegen eines Hirntumors auf der Kinderkrebstation lag. Er war bereits mehrfach operiert worden und hatte keine Haare mehr auf dem Kopf. Dafür bedeckten zwei riesige Narben seinen kahlen Schädel. Äußere Spuren des verzweifelten Kampfes der Ärzte gegen die tückische Krankheit. Doch der Krebs war bereits so weit fortgeschritten, dass Tommy diesen Kampf nicht gewinnen konnte. Eine Sache war jedoch bemerkenswert. Trotz der erschütternden Diagnose war dieser tapfere Junge das fröhlichste Kind der ganzen Einrichtung. Mit einer ansteckenden Leidenschaft schnitzte er kleine Figuren an der Werkbank, puzzelte stundenlang vor sich hin, oder übte Stücke von

Herbert Grönemeyer auf der Gitarre. Und wenn er dann irgendwann zu erschöpft war, liebte er es, wenn ich ihm eines der Abenteuer von Asterix und Obelix vorlas.

Tommys unbändige Lebensfreude faszinierte mich. Er hätte jeden Grund der Welt gehabt, niedergeschlagen zu sein. Er war es jedoch nicht. Stattdessen lachte er viel, hatte stets gute Laune und steckte die anderen Kinder mit seinem Mut an. Doch gleichzeitig verschlechterte sich sein körperlicher Zustand rapide und es gab Tage, wo ich Tommy gar nicht mehr sah. Aber an besagtem Dienstag saß er wieder auf meinem Schoß und wir lasen gemeinsam *Asterix in Spanien*. Alles war eigentlich wie immer, doch als wir an seiner Lieblingsstelle angekommen waren (für Insider: dort, wo der kleine Pepe die Luft anhält, weil er keinen Fisch essen will), sagte Tommy fast schon beiläufig einen Satz zu mir, den ich nie vergessen werde: »Ilja, ich weiß, dass ich bald sterben werde. Aber ich habe keine Angst, weil der liebe Gott auf mich aufpasst. Ich find's übrigens super, dass du mir immer so viel vorliest. Die Pfleger haben da nie Lust zu. Als Dankeschön schnitze ich dir morgen einen Talisman an der Werkbank.« Obwohl ich in dem Moment heftig mit den Tränen zu kämpfen hatte, zwang ich mich, mir nichts anmerken zu lassen. Stattdessen sagte ich nur: »Cool, da freue ich mich.« Dann las ich ganz normal weiter, bevor wir uns kurz darauf wie üblich mit einem High five verabschiedeten. Den Talisman habe ich nie bekommen, denn zwei Tage später ist Tommy gestorben.

Mit meinen neunzehn Jahren hatte ich damals lange an dieser Erfahrung zu knabbern. Doch instinktiv begriff ich, dass mir dieser kleine, tapfere Knirps trotz der tragischen Umstände ein ganz besonderes Geschenk gemacht hatte. Aus dieser Begegnung habe ich mehr über Motivation gelernt als aus allen Büchern, Seminaren und Vorträgen in den vielen Jahren danach zusammen. Mit seiner Einstellung und seinem unbändigen Lebensmut hatte Tommy mir nämlich gezeigt, dass ein einzelner Mensch einen gewaltigen Unterschied machen kann, auch wenn sämtliche Umstände gegen ihn zu sprechen scheinen. Von ihm habe ich gelernt, dass ein kleiner Junge ein Vorbild sein kann, das uns vormacht, wie es geht, die Welt aus den Angeln zu heben und nachhaltig zu verändern. Gerade weil er wusste, dass er nicht mehr lange zu leben hatte, kostete er jeden einzelnen Moment aus und lebte

mit einer Intensität, die auf sämtliche Kinder und Erwachsene in seiner Umgebung ansteckend wirkte.

Und auch wenn Tommy natürlich viel zu früh verstorben ist, bin ich heute immer noch dankbar dafür, dass ich durch ihn eine wichtige Lektion lernen durfte. In einer Art naivem Ritual schwor ich mir damals, dass ich mein Leben voll und ganz auskosten würde. Ich nahm mir vor, erfolgreich zu werden, Karriere zu machen und all das zu erleben, was Tommy verwehrt geblieben war. Ich hatte zwar überhaupt keine Vorstellung, was ich dafür tun musste, aber im Nachhinein weiß ich, dass es einer dieser Wendepunkte war, die für den Verlauf meines weiteren Lebens entscheidend waren. Und auch heute noch zehre ich von dieser Begegnung. Denn immer, wenn ich mich mal wieder über irgendeine unwichtige Kleinigkeit aufregen will, erinnere ich mich daran, wie dankbar wir sein sollten, dass wir gesund sind und einen weiteren Tag die Gelegenheit haben, die Welt ein kleines Stückchen besser zu verlassen, als wir sie vorgefunden haben.

An dieser Stelle möchte ich Sie ganz herzlich begrüßen, liebe Leserinnen und liebe Leser. Ich freue mich sehr, dass Sie mir Ihr Vertrauen schenken. Weil ich weiß, dass Ihre Zeit die knappste Ressource von allen ist, bedeutet mir das wirklich sehr viel. Lange habe ich überlegt, ob ich ein Buch, das sich um die richtige Motivation zur Veränderung dreht, wirklich mit einer Geschichte über den Tod starten sollte. Schließlich ist eines meiner großen Ziele, Sie mit lebensbejahenden, inspirierenden und lösungsorientierten Impulsen auf Ihrem persönlichen Weg zu unterstützen. Mehrfach habe ich meine Erinnerungen an Tommy daher auch wieder in die virtuelle Schublade gelegt und es mit einem anderen Beginn probiert. Doch wie es mit hartnäckigen Ideen so ist, sie tauchen immer wieder auf und wollen irgendwann in die Tat umgesetzt werden. Und ist es nicht häufig erst die Erkenntnis der eigenen Sterblichkeit, die uns dazu bewegt, die eigene Motivation zu überdenken und einen radikalen Kurswechsel in unserem Leben vorzunehmen?



**Der Wille zur
Veränderung hat mit
unserer Sterblichkeit
zu tun und mit dem
Wissen, dass das Leben
ein Geschenk ist.**

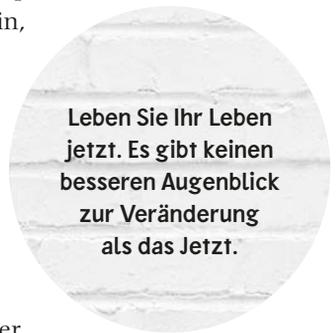
Wie viele Menschen kennen Sie, die so sehr Angst vor der notwendigen Veränderung haben, dass sie ihre eigenen Vorstellungen vom Leben den Erwartungen ihres Umfeldes untergeordnet haben und eigentlich mehr funktionieren, statt zu leben? Die sich viel zu lange der trügerischen Sicherheit des kleinsten gemeinsamen Nenners hingegeben haben, statt als Weltenbeweger jeden Tag in seiner vollen Gänze auszukosten. Die so lange auf den richtigen Moment gewartet haben, bis sie irgendwann voller Wehmut festgestellt haben, dass ihre Träume ganz leise gestorben sind. Deren einzige Motivation oft nur noch darin besteht, das abendliche Fernsehprogramm zu konsumieren. Und oftmals ist es dann eine Krise, ein Schicksalsschlag oder eben die Konfrontation mit dem Tod, die einen bereuen lässt, was man alles nicht getan, nicht erfahren und nicht erlebt hat. Je mehr ich über diesen Gedanken nachgedacht habe, desto mehr wurde mir bewusst, dass es keinen besseren Beginn dieses Buchs geben könnte, als eine Geschichte, die uns die eigene Sterblichkeit und das Geschenk des Lebens deutlich vor Augen führt.

Ich möchte Sie daher gleich zu Beginn daran erinnern, sich eine Tatsache immer wieder bewusst zu machen: Unsere Zeit hier auf Erden ist begrenzt und manchmal leider schneller vorbei, als wir denken. Wir sollten sie daher so intensiv wie möglich auskosten und das Maximum aus sämtlichen Lebensbereichen herausholen. Wir sollten arbeiten, lieben und leben, als ob es in jeder einzelnen Sekunde nichts Wichtigeres geben würde. Doch was tun die meisten Menschen? Sie lassen ihre Ansprüche in einer Schublade versauern, haben einen Job, der ihnen nicht gefällt, und leben in Beziehungen, die sie nicht glücklich machen. Natürlich, irgendwann will man das schon noch ändern, aber aktuell passt es leider schlecht in den vollen Terminkalender. Und so wartet man auf den richtigen Moment. Tage. Monate. Manchmal ganze Jahre. Doch die Hoffnung auf ein mögliches *Irgendwann* ist leider sehr trügerisch, denn häufig wird daraus ein *Niemals*.

Und wenn man dann eines Tages auf das eigene Leben zurückblickt, bereut man es auf einmal, nicht mehr Risiken eingegangen zu sein und die zahlreichen schönen Dinge versäumt und es nicht gewagt zu haben, die eigenen Träume zu leben. Mit einer tiefen Traurigkeit blickt man darauf zurück, dass man so viele Chancen nicht gesehen, so viele Ängste nicht überwunden und so viele Ziele nicht erreicht hat. Denn

ist es nicht so, dass wir den Wert von Dingen oftmals erst dann zu schätzen wissen, wenn wir dabei sind, sie zu verlieren? Ich kann mich noch genau an das Gefühl erinnern, als ich einmal für sechs Wochen einen Gips an meinem rechten Arm tragen musste, weil ich mir das Handgelenk gebrochen hatte. Es war eigentlich eine Kleinigkeit, aber von einem Tag auf den anderen fielen mir plötzlich die alltäglichsten Routinen schwer. Und als der Gips dann wieder ab war, spürte ich eine nie erlebte Dankbarkeit dafür, dass ich wieder in der Lage war, normal zu essen, mir die Schuhe zubinden oder Auto fahren zu können. Jim Rohn hat das einmal sehr treffend zusammengefasst: »Es gibt genau zwei Arten von Schmerz. Den der Disziplin und den des Bereuens.« Ich möchte ergänzen, dass wir immer nur einen von beiden vermeiden können. Und diese Wahl müssen wir jeden Tag neu treffen.

Finden Sie nicht auch, dass wir viel zu viele Gegebenheiten einfach als selbstverständlich hinnehmen, obwohl sie es gar nicht sind? Die Arbeit, die wir tun dürfen, die Menschen in unserem Leben und vor allem unsere Gesundheit sind wunderbare Beispiele dafür. Wir sollten für all diese Dinge dankbar sein, solange sie uns geschenkt werden. Und dann die Entscheidung treffen, uns niemals mit dem Status quo zufriedenzugeben, sondern nach außergewöhnlichen Ergebnissen in allen Lebensbereichen zu streben. Unsere Träume nicht leise sterben zu lassen, sondern jeden Tag alles dafür zu tun, dass sie in die Tat umgesetzt werden. Und zwar nicht irgendwann, sondern heute. Tun Sie jetzt die Dinge, die Sie nachts voller Sehnsucht aufwachen lassen, aber auch ein Risiko bedeuten. Gründen Sie Ihr eigenes Unternehmen, machen Sie Karriere, sprechen Sie Ihren Traumpartner an, reisen Sie um die Welt, engagieren Sie sich für eine wohlthätige Sache, schreiben Sie ein Buch, sagen Sie Ihren Kindern, wie sehr Sie sie lieben, stellen Sie Ihre Ernährung um, genießen Sie unvergessliche Sonnenuntergänge und tun Sie möglichst viel von dem, was Sie erfüllt. Ein altes Sprichwort sagt: Der beste Zeitpunkt, einen Baum zu pflanzen, war vor 20 Jahren. Der zweitbeste ist heute. Das gilt auch für Ihre Ziele und Träume. Wenn Sie heute den ersten Schritt machen, dann werden Sie in zwölf Monaten sehr dankbar sein, dass Sie ihn getan haben.

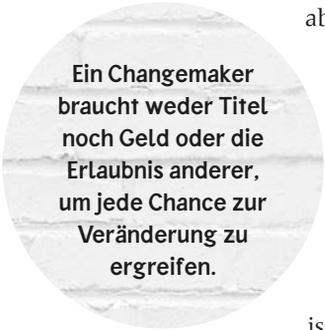


Wagen Sie es, die Gestaltung Ihres Lebens zur Chefsache zu erklären. Ein im Hafen liegendes Schiff befindet sich in völliger Sicherheit. Doch es wurde gebaut, um auf rauer See durch intensive Stürme und hohe Wellen zu segeln. Und genauso ist es mit Ihrem inneren Antrieb. Sie sind auf dieser Welt, um einen Unterschied zu machen. Natürlich können Sie jedes Risiko umgehen, im vermeintlich sicheren Hafen ein Leben lang den Status quo verwalten und dann und wann sehnsüchtig Richtung Horizont blicken. Oder aber Sie holen den Anker ein, setzen die Segel und starten die Reise in eine Zukunft, in der Sie Ihre Träume mit Haut und Haaren leben. Natürlich besteht immer auch die Möglichkeit, dass Sie an der einen oder anderen Klippe Schiffbruch erleiden können. Aber ein vermeintliches Scheitern ist überhaupt nicht schlimm, sondern eine großartige Gelegenheit, zu wachsen. Was hingegen richtig an Ihnen nagen wird, ist das Gefühl, das sich einstellt, wenn Sie zu lange gewartet haben und es dann irgendwann zu spät ist. Die Last der Disziplin wiegt ein Kilogramm. Die Last des Bereuens eine Tonne.

Je häufiger wir uns dieser Tatsache bewusst werden, desto intensiver können wir leben und jeden einzelnen Tag dafür nutzen, zur besten Version von uns selbst zu werden. Dafür ist es notwendig, dass Sie das Heft des Handelns selber in die Hand nehmen, un-

abhängig davon, an welcher Stelle der Lebensleiter Sie sich zurzeit befinden. Dass Sie sich von Titeln, Geld oder der Erlaubnis anderer Menschen lösen und die richtige Motivation zur Veränderung wecken. Und das bedeutet, dass Sie zu einem Changemaker werden müssen. Weil ich diesen Begriff sehr häufig verwenden werde, möchte ich Ihnen bereits an dieser Stelle kurz erläutern, was ich darunter verstehe. Für mich ist der Changemaker ein Mensch, der die kleinen und großen Veränderungen des Alltags als großes Ge-

schenk des Lebens betrachtet und diese Attitüde mit einer hohen Umsetzungscompetenz kombiniert. Der sich auf die Suche nach Chancen und Möglichkeiten macht und seine Zukunft aktiv gestaltet, statt nur den Status quo zu verwalten. Der es bevorzugt, Taten statt großer Ankündigungen sprechen zu lassen. Der dann gut ist, wenn es drauf ankommt, und als Vorbild für seine Mitarbeiter, Kunden und Kollegen



**Ein Changemaker
braucht weder Titel
noch Geld oder die
Erlaubnis anderer,
um jede Chance zur
Veränderung zu
ergreifen.**

einen Unterschied macht. Kurzum: Ein Changemaker ist jemand, der die Entscheidung getroffen hat, seine Karriere, seine Beziehungen und seine generelle Lebensqualität nicht dem Zufall zu überlassen, sondern jede einzelne Sekunde so intensiv wie möglich auszukosten.

Haben Sie sich in einigen der Aussagen bereits wiedergefunden oder bedarf es an der einen oder anderen Stelle doch noch etwas Arbeit? Um Sie bei der Analyse etwas zu unterstützen, möchte ich Sie zu einem kurzen Gedankenexperiment einladen, mit dem Sie zuverlässig herausfinden können, wie sehr Sie bereits ein Changemaker sind. Stellen Sie sich dazu bitte vor, dass Sie als alter und (hoffentlich) weiser Mensch am Ende Ihrer Tage in einem bequemen Schaukelstuhl auf Ihrer Veranda sitzen. Und während Sie in die wärmende Abendsonne blicken, lassen Sie die einzelnen Jahre Ihres Lebens vor Ihrem geistigen Auge vorüberziehen. Wenn Sie sich nun Ihre berufliche Karriere, Ihre familiäre Situation und die Entwicklung Ihres eigenen Potenzials anschauen – wären Sie dankbar und stolz, weil Sie ein erfülltes und zufriedenes Leben voller Glücksmomente geführt haben? Oder wären Ihre Gedanken eher von einer gewissen Traurigkeit dominiert, weil Sie so viele Ziele nicht erreicht, so viele Dinge nicht gewagt und so viele Träume nicht gelebt haben?

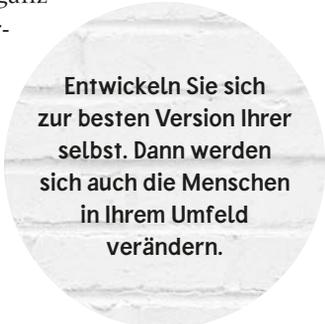
Haben Sie in dieser hypothetischen Rückschau die Welt nach Ihren Vorstellungen aktiv verändert oder haben Sie passiv abgewartet und sich den Zufällen, den Entscheidungen anderer Menschen und den äußeren Umständen hingegeben? Waren Sie ein Weltenbeweger oder ein Stillstandsverwalter? Wie auch immer Ihre Antwort auf diese fiktive Überlegung lautet, ich möchte Sie mit diesem Buch dazu inspirieren, den Pfad eines Changemakers einzuschlagen, der sein eigenes Leben aktiv gestaltet und für andere Menschen ein Vorbild ist. Ich möchte Sie motivieren, das Maximum aus Ihrer Karriere, Ihren Beziehungen und Ihrer generellen Zufriedenheit herauszuholen. Ihr volles Potenzial auszuschöpfen und einen Unterschied zu machen. Wenn Sie bereits auf einem guten Weg sind, dann möchte ich Sie herausfordern, noch eine Schippe draufzulegen und den Schritt von gut zu großartig zu gehen. Und wenn Sie manchmal in einer stillen Stunde das Gefühl haben, dass dies noch nicht alles gewesen sein kann, dann würde ich mich freuen, wenn Sie dieses Buch zu Ihrem persönlichen Weckruf werden lassen.

Egal, von welchem Ausgangspunkt Sie starten, heute ist der beste Tag, um die Weichen für eine Zukunft zu stellen, in der Sie die Zügel fest in der Hand halten. In der Sie sowohl die Richtung als auch die Geschwindigkeit vorgeben und sich dann an der Achterbahnfahrt namens Leben erfreuen. In der Sie sich aktiv verändern, als positives Beispiel für andere vorangehen und die Welt mit Ihren Taten aus den Angeln heben. In der Sie die Motivation zur Veränderung in die eigenen Hände nehmen und der Welt Ihren Stempel aufdrücken. Womöglich werden Sie jetzt einwenden: »Aber Ilja, ich bin doch nur ein gewöhnlicher Mensch, was soll ich denn schon groß ändern können?«

Darauf möchte ich Ihnen antworten: Sie ahnen ja gar nicht, was alles in Ihnen steckt. Warum sollte Ihnen nicht das Gleiche gelingen wie so vielen vor Ihnen? Wichtig ist, dass Sie dort beginnen, wo Sie jetzt stehen, und sich zuallererst um Ihre eigene Motivation kümmern. Und manchmal passieren dann eben auch Dinge, die Sie sich in Ihren kühnsten Träumen nicht vorstellen können. Denn ein inneres Feuer, das lichterloh brennt, breitet sich schnell zu einem Flächenbrand aus. Und schon bald werden Sie feststellen können, wie sich auch die Menschen in Ihrem Umfeld verändern. Ich behaupte sogar: Je weniger Sie probieren, die große Welt zu verändern, sondern danach streben, im Kleinen einen Unterschied zu machen, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich im Zuge dessen eben doch die großen Räder drehen.

Ich höre schon den nächsten Einwand: »Aber Ilja, echten Einfluss können doch nur Menschen nehmen, die bereits erfolgreich sind. Braucht man nicht Titel, Geld und gewisse Beziehungen, um etwas zu verändern?« Meine klare und eindeutige Antwort: »Nein, ganz im Gegenteil.« Brauchte Steve Jobs einen Titel, um gemeinsam mit seinen Freunden in der Garage von Los Altos das Apple-Imperium zu gründen? Brauchte Martin Luther King Geld, um seinen Traum mit Millionen von Menschen zu teilen? Brauchte Steve Bezos die Erlaubnis anderer Menschen, um den späteren Internetgiganten Amazon ins Leben zu rufen? Nein, diese Beispiele zeigen, welche Auswirkungen es haben kann, wenn man im Kleinen anfängt und sich traut, das eigene Potenzial dafür einzusetzen, zur besten Version von sich selbst zu werden.

Und schon sind wir beim roten Faden, beim zentralen Thema dieses Buches. Auch Sie brauchen keine Titel, Geld oder Erlaubnis, um ein erfolgreiches Leben zu führen. Sie brauchen keinen Titel, um als Vorbild voranzugehen und die Menschen in Ihrem Umfeld mitzureißen. Sie brauchen kein Geld, um mehr Umsatz zu machen, Ihre Arbeit voller Leidenschaft zu erledigen und für Ihre Kunden die Extra-Meile zu gehen. Sie brauchen niemanden, der Ihnen erlaubt, mutige Entscheidungen zu treffen und immer ein wenig mehr zu geben, als man von Ihnen erwartet. Das alles geschieht von ganz alleine, wenn Sie die Angst vor Veränderung überwinden und stattdessen mutige Ideen haben, klare Entscheidungen treffen und beherzt handeln. Wenn Sie den Titel dieses Buches zu Ihrem täglichen Mantra werden lassen: »Mach es einfach!«



**Entwickeln Sie sich
zur besten Version Ihrer
selbst. Dann werden
sich auch die Menschen
in Ihrem Umfeld
verändern.**

Egal, welchen Beruf Sie heute ausüben, ich möchte Ihnen folgende Idee anbieten: Ein Job ist immer nur dann ein gewöhnlicher Job, wenn wir uns dafür entscheiden, dass er lediglich gewöhnlich ist. Egal, ob Sie Azubi, Angestellter, Beamter, Abteilungsleiter oder Vorstandsvorsitzender sind, jede einzelne Tätigkeit dieser Welt ist eine einzigartige Gelegenheit, Ihr volles Potenzial zu nutzen und Ihr Umfeld mit Ihrer Persönlichkeit zu prägen. Verabschieden Sie sich daher bitte von dem Gedanken, dass Ihr persönlicher Erfolg von äußeren Umständen abhängen würde. Alles, was Sie brauchen, um die kleinen und großen Veränderungen des Alltags zu initiieren, steckt bereits in Ihnen. Ihr riesiges Potenzial wartet nur darauf, von Ihnen entfaltet und ausgebaut zu werden.

Wenn es doch aber so einfach ist, warum gibt es dann so wenige Menschen, die sich trauen, die Welt aus den Angeln zu heben? Weil die Theorie zwar einleuchtend ist, die praktische Umsetzung jedoch auf einem ganz anderen Blatt steht. In meiner täglichen Praxis als Motivationstrainer und Veränderungs-Coach stelle ich immer wieder fest, wie sehr wir zu einer Gesellschaft von Jammerern, Nörglern und Besserwissern geworden sind. Niemand ist mehr zufrieden. Keiner sieht die riesigen Chancen, welche unsere spannende Zeit mit sich bringt. Ändern sollen sich allerdings immer die anderen, damit man selber so

bleiben kann, wie man ist. Aber wenn alle so denken, wird sich nie etwas ändern. Wenn Sie darauf warten, dass Ihr Chef, Ihre Mitarbeiter oder Ihr Lebenspartner schon die richtigen Entscheidungen für Sie treffen werden, dann befinden Sie sich auf direktem Weg Richtung Mittelmaß. Und damit in die Unzufriedenheit. Lassen Sie das nicht zu und entscheiden Sie sich, ab sofort einen Unterschied zu machen. Gehen Sie selbst voran. Wagen Sie es, dem Leben den Stempel Ihrer Persönlichkeit aufzudrücken. Handeln Sie nach Ihren Werten und Vorstellungen. Treffen Sie Ihre eigenen Entscheidungen. Lassen Sie Ihre Träume nicht leise sterben, sondern schreien Sie heraus, wie sehr Sie das Leben lieben. Wenn Sie diese Philosophie konsequent anwenden, wird Ihr Alltag um ein Vielfaches bunter, Ihr Unternehmen erfolgreicher, Ihre berufliche Karriere erfüllter und Ihre generelle Zufriedenheit intensiver werden.

Klingt erst einmal ganz gut, nicht wahr? Es ist aber beileibe nicht so leicht, wie es sich anhört. Es ist viel leichter, auf andere zu vertrauen, sich in der grauen Masse zu verstecken und ein angepasstes Schaf in der großen Herde zu werden. Als Vorbild voranzugehen und Verantwortung zu übernehmen ist der harte, der steinige, der riskante Weg. Denn wenn Sie es wagen, die eigene Motivation zur Chefsache zu erklären, dann schlüpfen Sie immer in die Rolle eines Pioniers. Sie werden Wege beschreiten, die vorher noch niemand gegangen ist. Sie werden Entscheidungen treffen, obwohl Sie nicht wissen, ob es die richtigen sind. Und Sie werden Fehler machen. Viele Fehler. Große Fehler. Doch Sie werden aus diesen Fehlern lernen und an ihnen wachsen. Und das ist der entscheidende Punkt. Nur wenn Sie selbst von einer tiefen und sinnvollen Motivation angetrieben werden, können Sie auch andere motivieren. Nur wenn Sie als Mensch besser werden, können Sie auch ein besserer Unternehmer, Chef oder Kollege werden. Nur wenn Sie persönlich wachsen, können auch Ihre beruflichen Ergebnisse wachsen.

Täglich unterstütze ich Unternehmer, Führungskräfte und Manager dabei, diesen Wachstumsprozess bestmöglich umzusetzen. Liebe Leserinnen und Leser, gerne möchte ich auch Sie dazu ermutigen, Ihre Motivation nicht länger von äußeren Faktoren oder anderen Menschen abhängig zu machen, sondern die notwendigen Veränderungen in Ihrem Unternehmen, in Ihrer Familie und in den unterschied-

lichsten Situationen des Alltags aktiv anzustoßen. Denken Sie immer daran: Wenn Sie es nicht tun, tut es niemand. Ich würde mir daher wünschen, dass dieses Buch zu einem treuen Begleiter und zu einer steten Quelle der Inspiration für Sie wird.

Nichts liegt mir dabei ferner, als Ihnen vorzuschreiben, wie Sie Ihr eigenes Leben zu führen haben. Schließlich habe ich selber über 30 Jahre gebraucht, um den Mut zu haben, mich von Titeln, Geld und der Erlaubnis meines Umfelds zu lösen und die aktive Gestaltung meines eigenen Lebens zur Chefsache zu erklären. Und glauben Sie mir, bis es so weit war, musste ich mit denselben Dämonen kämpfen wie jeder andere auch. Ich habe gezweifelt, hatte Angst und mehr als einmal resigniert. Und auch heute gehört zu jedem erklommenen Gipfel eben immer auch ein entsprechendes Tal, welches es vorher zu durchschreiten gilt.

Und trotzdem höre ich immer wieder die gleichen Einwände: »Okay, Ilja, bei dir mag das ja so einfach sein, aber meine Situation ist viel komplizierter. Ich könnte niemals das Gleiche schaffen wie du.« Lassen Sie mich daher zwei wichtige Dinge klarstellen. Zunächst einmal sollten Sie sich weder mit mir noch mit anderen Menschen vergleichen. Dazu sind Sie wir alle viel zu individuell. Sie müssen nicht wie ich Ihren erfolgreichen Job hinschmeißen, sich selbstständig machen und noch einmal ganz von vorne anfangen. Das ist mein ganz persönlicher Weg, den auch nur ich gehen kann. Sie müssen Ihren eigenen finden und sich von Ihren Werten und Visionen antreiben lassen. Das kann als Unternehmer, Führungskraft oder Manager geschehen. Aber auch als Angestellter, als Hausfrau oder als Student können Sie das Leben eines Changemakers führen, als Vorbild vorangehen und andere mit Ihrer Motivation anstecken.



**Erklären Sie die
aktive und offensive
Gestaltung Ihres
Lebens zur Chefsache,
die Sie selbst in die
Hand nehmen.**

Der zweite Punkt ist mir sogar noch wichtiger. Ich habe weder besondere Talente noch außergewöhnliche Fähigkeiten. Es ist eher ein wenig wie bei Thomas Gottschalk, der einmal gesagt hat: »Ich kann nichts so richtig gut, außer zu reden und die Leute zu unterhalten.«

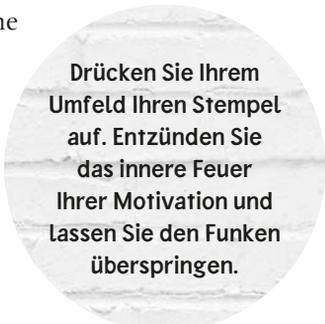
Bei mir ist es sogar so, dass ich in vielen Dingen eigentlich ziemlich schlecht bin. Im Gegensatz zu früher lasse ich mich davon aber nicht mehr frustrieren, sondern konzentriere mich auf das, was ich kann. Und das ist bei mir das Reden, das Schreiben und die Fähigkeit, das Potenzial von Menschen zu entdecken und in seiner vollen Gänze zu entfalten. Nein, ich bin weder jemand Besonderes, noch bin ich ein Guru, der den einzigen wahren Weg gefunden hat. Ich bin ein ganz normaler Mensch, der die gleichen Erfahrungen gemacht, mit den gleichen Problemen gekämpft und die gleichen Krisen durchlebt hat wie Sie. Auch ich befand mich in Situationen, in denen ich fremdgesteuert war und mich darauf verlassen habe, dass andere schon dafür sorgen werden, dass ich motiviert bin und meine Arbeit erledige. In denen ich jegliche Eigeninitiative vermieden habe, weil ich mir eingeredet hatte, dass ich dafür Titel, Geld oder Erlaubnis benötigen würde. Auch ich habe meine eigenen Träume sehr lange in der Schublade versauern lassen und mir eingeredet, dass irgendwann schon der richtige Zeitpunkt kommen würde. Doch es ist mir gelungen, mich am eigenen Schopf aus dem Sumpf dieses passiven Lebens herauszuziehen und die Prinzipien dieses Buches zu meiner bestimmenden Lebensphilosophie werden zu lassen. Ich habe mich getraut. Ich habe mich entschieden, den harten, den steinig und riskanten Weg zu gehen. Dabei habe ich natürlich auch viele Fehler gemacht. Aber ich habe schnell gelernt und bin an den Herausforderungen gewachsen. Und je mehr ich mich innerlich entwickelt habe, desto mehr wurden auch die Erfolge im Außen sichtbar.

Doch ohne die Unterstützung vieler toller Menschen hätte ich es nicht geschafft. Weil ich das nie vergessen werde, ist es heute zu meiner großen Mission geworden, meine Erfahrungen an andere weiterzugeben. In Vorträgen, Seminaren und ganz besonders in meinen Büchern. Lassen Sie mich eine fundamentale Überzeugung mit Ihnen teilen. Ich glaube tief und fest daran, dass jeder Mensch eine Aufgabe, Bestimmung oder Berufung im Leben hat. Auch Sie wurden mit einer Persönlichkeit geboren, die es in dieser Form nur ein Mal gibt. Auch Sie besitzen einzigartige Talente und Fähigkeiten, die es im Laufe des Lebens zu entdecken und zu entfalten gilt. Und das gelingt eben nur, wenn Sie bereit sind, Verantwortung zu übernehmen, eigenständig zu denken und jederzeit mit gutem Beispiel voranzugehen. Wenn Sie aus der bequemen Komfortzone der Beliebigkeit ausbrechen und sich

trauen, zur besten Version von sich selbst zu werden. Wenn Sie beginnen, Ihre eigene Welt aktiv zu gestalten, und von dort eine große Welle der Veränderung loszutreten, die sich immer weiter ausbreitet.

Wenn Sie bereit sind, diesen faszinierenden Weg zu gehen, dann freue ich mich auf unsere gemeinsame Reise. Ich möchte dabei ein kleines Experiment wagen. Dies ist ein sehr persönliches Buch und ich möchte Ihnen gerne viele Einblicke in mein Inneres gewähren. Um meine Emotionen auf verschiedenen Ebenen mit Ihnen teilen zu können, beginnt jedes Kapitel mit einem Song, welcher mich beim Schreiben besonders inspiriert hat. Das Buch wird auf diese Weise von einem Soundtrack begleitet, und ich hoffe, dass die Kombination aus Musik, Liedtexten und meinen Ideen für Sie ebenfalls eine besondere Wirkung hat.¹

Und noch etwas. Um meine Leser bestmöglich zu unterstützen, habe ich eine geschlossene Gruppe auf Facebook eingerichtet, die ausschließlich Lesern dieses Buches vorbehalten ist. Dort haben Sie nicht nur die Gelegenheit, sich von mir persönlich mit Rat und Tat unterstützen zu lassen, sondern sich vor allem mit anderen Machern auszutauschen. Die Idee dahinter ist eine Art riesige Mastermind-Gruppe, die nur einen einzigen Zweck hat: Sie auf Ihrem persönlichen Weg zu unterstützen. Unter diesem Link gelangen Sie zur Gruppe, ich freue mich, Sie dort begrüßen zu dürfen: <https://www.facebook.com/groups/MachEsEinfach>.



**Drücken Sie Ihrem
Umfeld Ihren Stempel
auf. Entzünden Sie
das innere Feuer
Ihrer Motivation und
lassen Sie den Funken
überspringen.**

Und nun holen Sie Ihre Träume aus der Schublade und beginnen Sie, ein Leben zu führen, welches nicht durch Einschränkungen, sondern durch Möglichkeiten geprägt ist. Versuchen Sie heute ein besserer Chef, Kollege oder Partner zu sein, als Sie es gestern waren. Lassen Sie uns tiefe Täler durchschreiten und hohe Gipfel erklimmen. Lassen Sie uns Gleichgültigkeit und Einheitsbrei durch Entschiedenheit und Großartigkeit ersetzen. Ziehen Sie die Eigenverantwortung der Fremdbestimmung vor. Und warten Sie damit nicht, bis Sie einen Titel haben, genug Geld besitzen oder andere Menschen Ihnen die Erlaubnis geben. Es liegt alles an Ihnen. Und es liegt alles in Ihnen. Werden Sie zur besten

Version von sich selbst und drücken Sie der Welt Ihren Stempel auf. Entzünden Sie das innere Feuer Ihrer Motivation und lassen Sie den Funken überspringen. Lassen Sie uns gemeinsam die Welt verändern. Im Kleinen, und vielleicht sogar im Großen. Ich gehe in diesem Buch gerne voran. Es wäre mir eine große Ehre, wenn Sie mir folgen.

Herzlichst,
Ihr *Ilja Grzeskowitz*

Berlin – Miami Beach – Bangkok
im Frühjahr 2015

Hör auf zu warten: Warum der richtige Moment niemals kommen wird

*»And I think it's gonna be a long long time,
Till touch down brings me round again to find,
I'm not the man they think I am at home.
Oh, no no no, I'm a rocket man.«*

Elton John, »Rocket Man«

Es ist Montag, der 16. Juni 2014. Ich sitze an der Panke, einem kleinen Fluss im Norden von Berlin, und genieße den Tag. Nicht eine Wolke steht am Himmel, und das Thermometer ist bereits um elf Uhr morgens auf 25 Grad geklettert. Nachdem ich die letzte Zeit fast durchgehend für Vorträge auf Reisen war, nutze ich den ersten freien Tag seit Wochen, um meine Seele ein wenig baumeln zu lassen. Und während ich die vergangenen Erlebnisse an meinem geistigen Auge vorüberziehen lasse, bleibt mein Blick an einem Stück Holz hängen, das mit der Strömung auf dem Wasser treibt. Die Beobachtung fasziniert mich. Jede Bewegung ist mehr oder weniger zufällig und der Kurs wird von den äußeren Gegebenheiten bestimmt. So manches Mal bleibt das Holzstück an einem Stein oder einer Pflanze hängen, bis es dann irgendwann mit einer schnelleren Stromschnelle aus meinem Blickfeld verschwindet.

Und ich weiß nicht mehr genau, woran es lag, aber in diesem Moment musste ich daran denken, wie viele Menschen ein Leben nach genau diesem Muster führen. Man treibt mehr oder weniger zufällig dahin, ohne dass man ein klares Ziel oder eine konkrete Aufgabe hätte. Man wartet lieber ab und passt sich an, anstatt die eigene Zukunft aktiv zu gestalten. Diese Form der passiven Lebensführung hat gravierende