

ILJA GRZESKOWITZ

# MACH ES EINFACH!

Warum wir  
keine Erlaubnis  
brauchen,  
um unser Leben  
zu verändern

10 CHANGE

GABAL

## 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 Kinderkrebsstation 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.

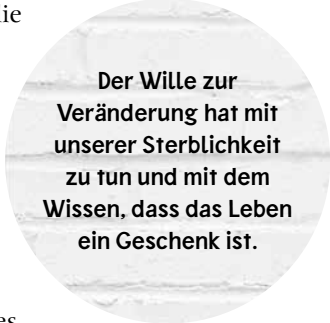
Tommys unbändige Lebensfreude faszinierte mich. Er hätte jeden Grund der Welt gehabt, niedergeschlagen zu sein. Er war es jedoch nicht. Stattdessen lachte er viel, hatte stets gute Laune und steckte die anderen Kinder mit seinem Mut an. Doch gleichzeitig verschlechterte sich sein körperlicher Zustand 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.**

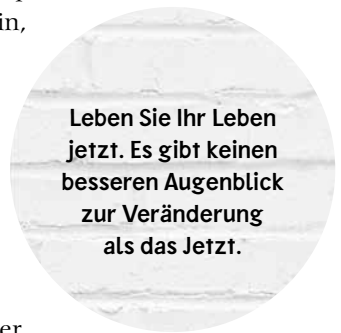
Wie viele Menschen kennen Sie, die so sehr Angst vor der notwendigen Veränderung haben, dass sie ihre eigenen Vorstellungen vom Leben den Erwartungen ihres Umfeldes untergeordnet haben und eigentlich mehr funktionieren, statt zu leben? Die sich viel zu lange der trügerischen Sicherheit des kleinsten 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.

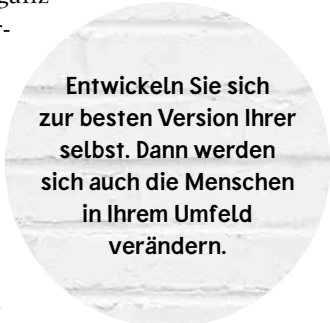


Egal, von welchem Ausgangspunkt Sie starten, heute ist der beste Tag, um die Weichen für eine Zukunft zu stellen, in der Sie die Zügel fest in der Hand halten. In der Sie sowohl die Richtung als auch die Geschwindigkeit vorgeben und sich dann an der Achterbahnfahrt namens Leben erfreuen. In der Sie sich 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.«

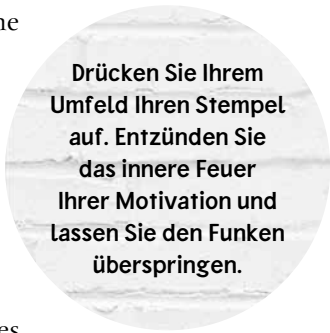
Bei mir ist es sogar so, dass ich in vielen Dingen eigentlich ziemlich schlecht bin. Im Gegensatz zu früher lasse ich mich davon aber nicht mehr frustrieren, sondern konzentriere mich auf das, was ich kann. Und das ist bei mir das Reden, das Schreiben und die Fähigkeit, das Potenzial von Menschen zu 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.<sup>1</sup>

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.

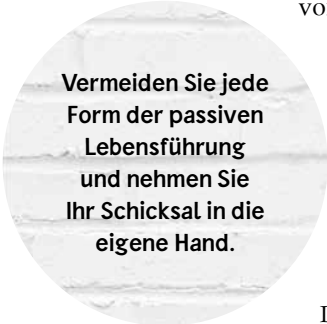
Und ich weiß nicht mehr genau, woran es lag, aber in diesem Moment musste ich daran denken, wie viele Menschen ein Leben nach genau diesem Muster führen. Man treibt mehr oder weniger zufällig dahin, ohne dass man ein klares Ziel oder eine konkrete Aufgabe hätte. Man wartet lieber ab und passt sich an,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



Auswirkungen. Jeder verlässt sich darauf, dass andere schon Verantwortung übernehmen werden. Niemand traut sich mehr zu entscheiden. Keiner will einen Fehler machen. Kurs, Richtung und Geschwindigkeit des eigenen Lebens unterliegen einer fatalen Beliebigkeit, und irgendwann arrangiert man sich mit der zweifellos auftretenden Unzufriedenheit. Lieber wird der Stillstand verwaltet, als das Schicksal selbst in die Hände zu nehmen und Veränderungen eigenständig anzustoßen.

Ich möchte Ihnen ein typisches Beispiel geben. Vor Kurzem leitete ich einen Workshop mit Managern der mittleren Führungsebene, die für die Niederlassung eines großen Konzerns mit Umsätzen in zweistelliger Millionenhöhe verantwortlich waren. Ich kenne viele Führungskräfte, die sich nach diesem Job alle zehn Finger geleckert hätten. Aber die handelnden Personen empfanden ihre eigene Situation eher als eine große Belastung. Mehr noch, hätte es noch keine Definition von

Stillstand gegeben, so hätte man sie dort live und in Farbe vorfinden können. Dies lag vor allem daran, dass der ehemalige Niederlassungsleiter vor einigen Jahren verstorben war, der bis dahin sämtliche Entscheidungen herzlich, aber schlussendlich doch patriarchisch getroffen hatte. Alle Beteiligten hatten sich mit der Situation angefreundet, schließlich lief alles mehr oder weniger reibungslos.



**Vermeiden Sie jede Form der passiven Lebensführung und nehmen Sie Ihr Schicksal in die eigene Hand.**

Doch obwohl die Verantwortung nach dem Tod des ehemaligen Chefs zumindest theoretisch auf mehrere Schultern verteilt wurde, entstand auf einmal ein tückisches Vakuum. Das Ergebnis war fatal. Projekte blieben liegen, wichtige Kunden gingen verloren und es herrschte insgesamt eine Atmosphäre der Unsicherheit, die sämtliche Mitarbeiter lähmte. Und die Reaktion der versammelten Führungsriege zeigte mir einmal wieder sehr deutlich, wie groß der Bedarf an Menschen ist, die mit einer hohen inneren Motivation als Vorbild vorangehen. Denn auf meine Frage, wer denn in den letzten Monaten für die großen und kleinen Veränderungen des Unternehmens zuständig war, erhielt ich von einer der anwesenden Führungskräfte wie selbstverständlich die Antwort: »Na, keiner. Es war ja niemand da, der es hätte entscheiden können!«

## Zögerst du noch oder setzt du schon um?

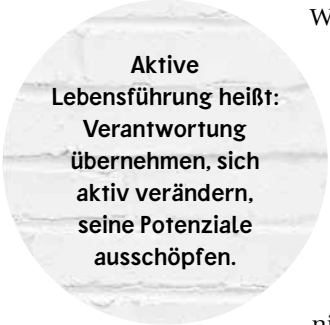
Wie sieht das bei Ihnen aus, liebe Leserinnen und Leser, wie häufig waren Sie schon in Situationen, in denen Sie gedacht haben: »Da müsste jetzt dringend jemand etwas machen«? Wie häufig hätten Sie etwas gerne geändert, haben sich aber darauf verlassen, dass sich jemand anders schon kümmern wird? Wie häufig waren Sie mit einem bestimmten Bereich Ihres Lebens unzufrieden, haben aber so lange gezögert, bis dann schlussendlich alles beim Alten geblieben ist? Ich kenne dieses Verhalten aus meiner eigenen Vergangenheit nur zu gut. Ich war ein wahrer Experte darin, die Verantwortung abzugeben und darauf zu hoffen, dass andere schon die richtigen Entscheidungen für mich treffen werden. Doch eines Tages habe ich begriffen, wohin mich diese Haltung geführt hatte, nämlich in ein fremdbestimmtes und von Unzufriedenheit geprägtes Leben. Und es war beileibe nicht leicht, mich aus diesem Verhaltensmuster zu befreien und die volle Verantwortung für sämtliche meiner Ideen, Entscheidungen und Taten zu übernehmen.

Weil ich weiß, wovon ich spreche, ist mir dieses Buch auch ein absolutes Herzensbedürfnis. Durch meinen heutigen Beruf habe ich das große Glück, mit den unterschiedlichsten Menschen in Kontakt treten und arbeiten zu dürfen. Und unabhängig vom sozialen, wirtschaftlichen oder hierarchischen Status beobachte ich täglich, wie der Großteil dieser Menschen sich mit einer fatalistischen Sicherheit darauf verlässt, dass andere schon für sie entscheiden und die Richtung vorgeben werden. Weil der weitverbreitete Irrglaube vorherrscht, dass man einen Titel, Geld oder die Erlaubnis anderer bräuchte, um erfolgreich Veränderungen anzustoßen. Doch diese Denkweise hat gravierende Auswirkungen, denn schleichend verlernt man dabei, Verantwortung zu übernehmen, sich aktiv zu verändern und das eigene Potenzial in seiner vollen Gänze auszuschöpfen. Es bricht mir immer wieder das Herz, wenn ich Menschen begegne, die mit einzigartigen Talenten, wundervollen Fähigkeiten und einer großartigen Kreativität gesegnet sind und diese Gaben einfach verkümmern lassen.

Und nur falls Sie jetzt denken, dass es nur ein paar Auserwählte sind, die über diese Art von inneren Schätzen verfügen, dann möchte ich Ihnen eine meiner tiefsten Überzeugungen mitteilen: In jedem einzel-

nen Menschen schlummert ein riesiges Potenzial, das nur darauf wartet, an die Oberfläche befördert und dort genutzt zu werden. Und es spielt keine Rolle, welchen Job Sie gerade ausüben, welchen Titel Sie haben oder von welcher Ausgangsposition Sie starten. Es ist auch nicht von Bedeutung, ob Sie ein erfolgreicher Unternehmer, ein Angestellter im öffentlichen Dienst oder Hausfrau und Mutter sind. Entscheidend ist einzig und allein, ob Sie bereit sind, sich weiterzuentwickeln. Die Welt wartet darauf, bewegt zu werden. Und zwar von Ihnen. »Aber Ilja«, werden Sie jetzt möglicherweise einwenden, »ich soll mein Unternehmen, mein Umfeld oder sogar die

Welt verändern? Ich komme ja kaum dazu, meinen Alltag vernünftig zu organisieren. Und außerdem habe ich weder Beziehungen noch genügend Macht oder Geld.«



**Aktive  
Lebensführung heißt:  
Verantwortung  
übernehmen, sich  
aktiv verändern,  
seine Potenziale  
ausschöpfen.**

Glauben Sie mir, ich habe Verständnis für diese Einwände, denn schließlich höre ich sie so gut wie jeden Tag. Allerdings habe ich schon vor langer Zeit beschlossen, diese Art von Ausreden nicht mehr gelten zu lassen. Denn auch wenn man Ihnen regelmäßig einreden will, dass die Weltenbewe-ger der heutigen Zeit über besonders außergewöhnliche Fähigkeiten verfügen würden, könnte dies falscher nicht sein. Ganz im Gegenteil, es sind immer Menschen wie Sie, die regelmäßig die größten Del-len ins Universum schlagen. Es sind Menschen wie Sie, die mit Ihren Ideen und Innovationen einen Unterschied machen. Es sind Men-schen wie Sie, die mit Ihren Entscheidungen und Taten dafür sorgen, dass die Welt jeden Tag ein kleines Stückchen besser wird. Und Sie benötigen dafür weder Titel noch Geld und auch nicht die Erlaubnis von anderen. Nicht von Ihrem Chef, nicht von Ihren Kollegen und auch nicht von Ihrem sozialen Umfeld. Alles, was Sie brauchen, um Ihre ganz persönliche Motivation zur Veränderung zu wecken, tragen Sie bereits in sich. Sie zweifeln an dieser Aussage? Dann lassen Sie uns gemeinsam die folgenden Faktoren anschauen, die außer Ihnen niemand sonst beeinflussen kann.

## **Zehn Dinge, die Sie auch unter schwierigen Rahmenbedingungen jederzeit beeinflussen können**

1. Sie können jeden Tag mit einer positiven Attitüde durchs Leben gehen.
2. Sie können jeden Tag mit Ihren Gedanken, Entscheidungen und Taten für andere Menschen ein Vorbild sein.
3. Sie können jeden Tag Ihre Arbeit mit Leidenschaft, Ehrgeiz und Motivation erledigen.
4. Sie können jeden Tag an Ihrer persönlichen Entwicklung arbeiten.
5. Sie können jeden Tag dafür nutzen, groß zu träumen und mutig zu handeln.
6. Sie können jeden Tag einem anderen Menschen eine Freude machen.
7. Sie können jeden Tag mit hohen Standards und Erwartungen dafür sorgen, dass Ihre Kollegen, Kunden und Mitarbeiter sich an Ihnen orientieren können.
8. Sie können jeden Tag alles dafür geben, heute etwas besser zu sein, als Sie es gestern waren.
9. Sie können jeden Tag einen weiteren Schritt auf dem Weg zur Großartigkeit machen.
10. Sie können jeden Tag Ihre Talente, Ihre Fähigkeiten und Ihre Erfahrungen dafür einsetzen, zur besten Version von sich selbst zu werden.

Sehen Sie, was ich meine? Für all diese Dinge brauchen Sie keine Titel, kein Geld, auch nicht die Erlaubnis anderer Menschen. Es liegt alles an Ihnen. Es liegt alles in Ihnen. Und niemand verlangt, dass Sie sofort die gesamte Welt retten sollen (das überlassen Sie am besten Tim Bendzko). Nein, fangen Sie bei sich an. An Ihrem Arbeitsplatz, in Ihrer Familie und in Ihrem Umfeld. Eines meiner Lieblingszitate stammt von Mutter Teresa, die einmal gesagt hat: »Wenn jeder einzelne Mensch vor seiner eigenen Tür kehren würde, dann wäre die Welt ein sehr sauberer Ort.« Recht hatte sie, diese bemerkenswerte Dame. Veränderung beginnt immer im Innen und wird dann über unsere Taten im Außen sichtbar.

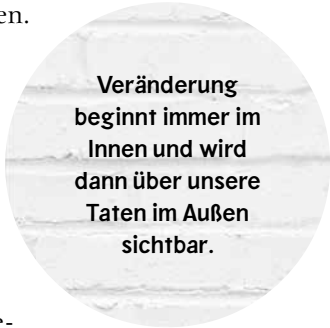
Wenn Sie diese Grundregel verinnerlicht haben, wird sich Ihnen eine vollkommen neue Welt eröffnen. Nicht äußere Umstände, externe Ereignisse oder andere Menschen sind der Ausgangspunkt von Veränderungen in Ihrem Leben. Wenn Sie etwas anderes sein, tun oder haben möchten, liegt der Ursprung immer in Ihnen. Sie müssen der Funke sein, der am Ende das große Feuer der Veränderung entzündet. Und genau deshalb trägt dieses Buch auch den Titel: »Mach es einfach!« Egal, was genau Sie verändern möchten, warten Sie nicht auf andere, sondern gehen Sie immer mit gutem Beispiel voran. Denn Ihre persönliche Entwicklung und Ihre äußeren Ergebnisse sind untrennbar miteinander verzahnt. Sie folgen einer klaren Reihenfolge, die ich Ihnen wieder in zehn Punkten zusammengefasst habe.

#### **Zehn äußerliche Erfolge, die Ihren Ursprung im Innern haben**

1. Wenn Sie als Person wachsen, kann auch Ihre Lebensqualität wachsen.
2. Wenn Sie sich selbst helfen, können Sie auch anderen helfen.
3. Wenn Sie für sich sorgen, können Sie auch für andere sorgen.
4. Wenn Sie motiviert sind, können Sie auch andere motivieren.
5. Wenn Sie zur besten Version von sich selbst werden, können Sie auch das Potenzial von anderen entfalten.
6. Wenn Sie begeistert sind, können Sie auch andere begeistern.
7. Wenn Sie Ihren Fokus auf Chancen und Möglichkeiten richten, kann Ihr Umfeld positiver werden.
8. Wenn Sie sich selbst wertschätzen, können Sie auch Ihre Mitmenschen wertschätzen.
9. Wenn Sie sich selbst aufbauen, können Sie auch ein erfolgreiches Unternehmen aufbauen.
10. Wenn Sie sich verändern, können Sie auch die Welt verändern.

In Ihnen schlummern so viele wundervolle Schätze, die darauf warten, gehoben und genutzt zu werden. Wenn Sie wollen, können Sie sofort damit beginnen. Alles, was es dafür bedarf, ist eine Entscheidung. Das unbedingte Bekenntnis dazu, ab sofort Verantwortung für Ihre Ergeb-

nisse, Ihre Karriere und Ihr Leben zu übernehmen. Und ehe Sie sich versehen, werden Sie damit eine gigantische Domino-Rallye auslösen, die sich auf Ihre Mitarbeiter, Kollegen und Kunden übertragen wird. Genau das passiert nämlich, wenn Sie aufhören zu warten und stattdessen mutig vorangehen und Ihre Mitarbeiter, Kunden und Kollegen auf Ihrem Weg mitnehmen. Wenn Sie nichts von anderen erwarten, wozu nicht auch Sie bereit wären. Wenn Sie Taten statt Worte sprechen lassen. Wenn Sie zuerst sich selbst verändern und dann beobachten, wie sich um Sie herum alles ändert.



**Veränderung  
beginnt immer im  
Innen und wird  
dann über unsere  
Taten im Außen  
sichtbar.**

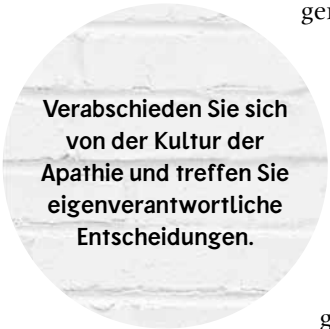
## **Wer sich nicht verändert, der wird verändert**

In meinem Buch »Die Veränderungs-Formel: Aus Problemen Chancen machen« habe ich die These aufgestellt, dass der erfolgreiche Umgang mit dem immer schneller werdenden Wandel die wichtigste Schlüsselkompetenz der Zukunft sein wird.<sup>2</sup> Seitdem ist einige Zeit vergangen und es reicht ein Blick in die Tageszeitung Ihrer Wahl (sofern es diese überhaupt noch gibt), wie sehr ich mit dieser Aussage ins Schwarze getroffen habe. Die Gesellschaft wandelt sich, die Welt dreht sich immer schneller und die permanente Veränderung ist zu einem täglichen Begleiter geworden. Die Regeln haben sich geändert und Werte verschoben sich. Was gestern noch Standard war, kann heute schon längst wieder überholt sein.

Ich bin in den unterschiedlichsten Unternehmen und in den unterschiedlichsten Branchen unterwegs. Und es gibt eine Frage, die ich wieder und wieder gestellt bekomme: »Ilja, die Veränderungen hören nicht auf, und wir haben gefühlt schon die hundertste Umstrukturierung hinter uns, wann wird es denn endlich wieder normal?« Darauf biete ich gerne folgende Idee an: »Aber was wäre, wenn es das ist? Was wäre, wenn die permanente Veränderung längst die neue Normalität geworden ist?« Die Frage ist heutzutage nicht, ob Sie von Veränderungen betroffen sind, sondern: »Wie gut sind Sie vorbereitet, und wie gehen Sie damit um?«

Doch genau da liegt der große Knackpunkt. Statt die notwendigen Veränderungen anzugehen, haben sich viele Menschen darauf spezialisiert, lieber auf den richtigen Moment zu warten. Und so verpasst man es, die eigene Karriere anzukurbeln, die Abläufe am Arbeitsplatz mitzugestalten oder den lange gehegten Traum in die Tat umzusetzen. Auch die Unternehmen haben sich auf die veränderten Rahmenbedingungen noch nicht eingestellt. In manchen Fällen habe ich sogar den Eindruck, dass einige Organisationen gedanklich vor über 30 Jahren stehen geblieben sind. In der Praxis spiegeln sich diese verkrusteten Strukturen meist in ausgeprägtem Hierarchiedenken und einer strikten Top-down-Führungskultur wider, und dadurch zwangsläufig auch

in sehr viel Bürokratie. Die Denkweise ist einfach: Je länger und exotischer der Titel eines Managers auf seiner Visitenkarte ist, desto mehr Macht hat er im Regelfall. Diese Mentalität führt jedoch dazu, dass Entscheidungswege in die Länge gezogen werden, Verantwortung von unten nach oben delegiert wird und Veränderungen sehr lange dauern bzw. gar nicht erst stattfinden.



**Verabschieden Sie sich von der Kultur der Apathie und treffen Sie eigenverantwortliche Entscheidungen.**

Im Tagesgeschäft hat dies enorme Auswirkungen: Wenn die Chefetage nichts entscheidet, passiert auch nichts. Die Folge: Es bildet sich langsam, aber sicher eine Kultur der Apathie, in der man sich zurücklehnt, abwartet und darauf vertraut, dass jemand anders es schon richten wird. Und ehe man sich versieht, befindet man sich in einem Dilemma. Während sich die Überzeugung immer mehr intensiviert, dass Veränderungen ohne Titel, Geld oder Erlaubnis anderer unmöglich sind, gibt man Schritt für Schritt die eigene Selbstverantwortung ab. Man verlernt die Fähigkeit, eigenständige Entscheidungen zu treffen, strategische Entwicklungen zu beurteilen und sich selbst zu verändern. Lieber jammert man (meist auf sehr hohem Niveau) über die viel zu anspruchsvollen Kunden, die faulen Kollegen oder die äußeren Umstände, anstatt die notwendigen Veränderungen selbst umzusetzen.

Dass es auch anders geht, ist mir vor Kurzem sehr bewusst geworden, als ich nach einem Vortrag von Frankfurt zurück nach Berlin geflogen bin. Wenn Sie selbst ab und zu einmal fliegen, dann wissen Sie, dass man mit den Menschen, die neben einem sitzen, manchmal

richtig Glück haben kann. Mit der Betonung auf »manchmal«. Da ich an besagtem Tag noch etwas arbeiten wollte, hatte ich direkt nach dem Boarding mein MacBook Air aufgeklappt und gehofft, dass ich während des Fluges ein paar Seiten für mein neues Buch schreiben könnte. Es war ein deutliches Signal nach außen: Ich möchte meine Ruhe. Doch meinen Sitznachbarn schien das nicht zu stören, denn noch vor dem Start quatschte er mich an: »Und, fliegen Sie auch nach Berlin?« Am liebsten hätte ich geantwortet: »Nein, ich steige über Hannover aus!« Aber das Eis war gebrochen und wir unterhielten uns fast den ganzen Flug über seine aktuelle Situation im Job. Er war Manager in einem Unternehmen, das sich gerade in einem intensiven Changeprozess befand. Und seine Einstellung hat mich sehr beeindruckt. Er sagte nämlich: »Wissen Sie, Herr Grzeskowitz, unsere Lage ist wirklich nicht einfach, aber ich sehe es so: Egal, wie schwer die Rahmenbedingungen auch sind, es gibt Dinge, die ich beeinflussen kann. Und es gibt Dinge, die ich nicht beeinflussen kann. Ich habe mich entschieden, mich ausschließlich auf die erste Kategorie zu konzentrieren.«

Ziemlich beeindruckend, oder? Könnten Sie das Gleiche von sich behaupten, wenn Sie sich die Frage stellen, worauf Sie sich im Normalfall konzentrieren? Dabei ist die Wahl des Fokus grundsätzlich ziemlich einleuchtend. Sie können sowieso nicht beeinflussen, was um Sie herum passiert. Sie können nicht beeinflussen, ob die Wirtschaft sich verändert, was Ihre Konkurrenz macht oder wie sich Ihr Lebenspartner verhält. Betrachten Sie die äußeren Umstände einfach als gegeben. Aber Sie können jederzeit beeinflussen, wie Sie darauf reagieren. Genau dafür sollten Sie Ihre Kraft einsetzen. Für die Dinge, die Sie verändern können. Alleine diese Verschiebung Ihrer Attitüde gibt Ihnen eine große Macht, die Sie, so oft es geht, bewusst einsetzen sollten.

Ein praktisches Beispiel: Vorletzten Sommer habe ich meinen Urlaub in Huntington Beach verbracht. Die Stadt liegt südlich von LA und ist vor allem durch zwei Dinge bekannt: Jürgen Klinsmann wohnt dort und der Strand gilt als Surf-Mekka der USA. Und die Surfer dort haben einen tollen Wahlspruch: »Du kannst die Welle nicht verhindern. Aber du kannst lernen, sie zu reiten.«

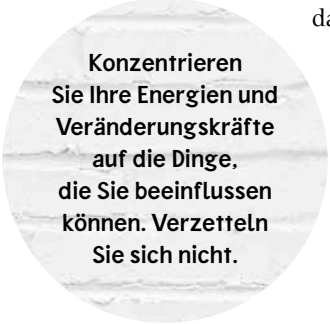
Genau das ist die Mentalität, von der ich spreche. Mag die Situation auch noch so herausfordernd sein, Sie haben immer die Wahl. Ob Sie



Teil des Problems werden oder sich auf eine mögliche Lösung konzentrieren. Ob Sie sich als Opfer der äußeren Umstände fühlen oder Verantwortung übernehmen. Ob Sie sich aktiv verändern oder passiv abwarten, was um Sie herum geschieht. Doch was machen die meisten Menschen? Sie warten und warten und warten und kommen erst dann ins Handeln, wenn Sie von den äußeren Umständen dazu gezwungen werden. Und auf einmal ist die Veränderung da, ob man will oder nicht. Daher Hand aufs Herz, waren Sie schon mal in einer Situation, in der Sie gedacht haben: »Hätte ich bloß eher gehandelt«?

Auch wenn ich gerne darauf verzichtet hätte, kenne ich dieses Gefühl nur allzu gut. Letztes Jahr wurde in unserer Siedlung bei zwei Familien eingebrochen. Deshalb sagte meine Frau zu mir: »Wir brauchen unbedingt eine Alarmanlage.« Ich antwortete: »Nein, wenn jemand einbrechen will, dann lässt er sich auch nicht von einer Alarmanlage aufhalten.« Sie sagte: »Doch, wir brauchen eine.« Ich entgegnete: »Nein, wir brauchen keine.« Sie sagte: »Doch.« Ich: »Nein.« Sie kennen dieses partnerschaftliche Pingpong-Spiel, oder? Und es wäre wahrscheinlich noch ewig so weitergegangen, wenn ich nicht das große Geheimnis einer guten Beziehung kennen würde. Der Mann muss immer die letzten beiden Worte einer Diskussion haben: »Ja, Schatz.«

Also wurde zwei Wochen später die Alarmanlage installiert. Seitdem haben wir kein Türschloss mehr, und statt Schlüsseln benutzen wir kleine, programmierbare Plastikchips. Gesteuert wird das ganze System über eine Computereinheit, die bei mir im Arbeitszimmer hängt. Die ist ein wahres Multitalent. Sie programmiert die Bewegungsmelder, aktiviert die Anlage, deaktiviert sie wieder und ruft Sie sogar auf dem Handy an, wenn ein Alarm ausgelöst wird. Ziemlich kompliziert. Der Techniker fragte daher nach der Installation auch: »Soll ich Ihnen erklären, wie die Bedienung funktioniert?«



**Konzentrieren  
Sie Ihre Energien und  
Veränderungskräfte  
auf die Dinge,  
die Sie beeinflussen  
können. Verzetteln  
Sie sich nicht.**

Nun gibt es ja die vier klassischen Veränderungsphasen: Verdrängung. Widerstand. Akzeptanz. Commitment. Und ich befand mich gerade mitten in Phase zwei. Heftiger Widerstand. Deshalb sagte ich: »Nein, nicht nötig.« Denn erstens wollte ich die Anlage ja gar

nicht haben, und zweitens kann das ja so schwer nicht sein, oder? Nachdem ich diese mutige Aussage getroffen hatte, löste ich in den folgenden drei Tagen mit meinem neuen Chip gleich mehrfach Fehlalarm aus. Und jedes Mal musste meine Frau die Anlage entschärfen. Sichtlich genervt sagte sie daher: »Hör zu, Ilja, langsam werde ich sauer. Du gibst dir null Mühe. Dabei ist es ganz einfach. Bei Rot ist die Anlage scharf. Bei Grün ist sie aus. Und wenn der Alarm angehen sollte, dann musst du zum Deaktivieren nur deine PIN-Nummer eingeben. Hast du sie dir gemerkt?« Natürlich hatte ich das nicht. Trotzdem sagte ich wieder: »Ja, Schatz.«

Doch wenn Sie sich nicht aktiv verändern, dann werden Sie irgendwann verändert. Und ich weiß nicht, ob es Zufall oder Schicksal war, aber ein paar Tage später ist meine Frau mit den Kindern übers Wochenende zum Geburtstag ihres Vaters gefahren. Ich hielt an dem Tag einen Vortrag in Bayern und bin erst abends nach Hause gekommen. Nach einer anstrengenden Rückreise hatte ich mich schon auf mein gemütliches Bett gefreut und hätte wahrscheinlich zwölf Stunden durchgeschlafen. Wenn ich nicht nachts um vier Uhr von einem verdächtigen Piepen geweckt worden wäre. Und ich wusste sofort: Es ist die blöde Alarmanlage.

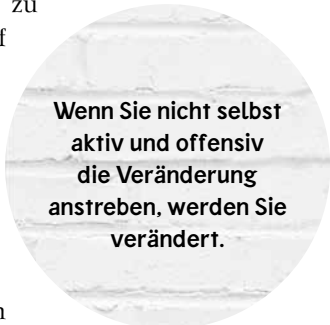
Also machte ich mich auf den Weg, um nachzuschauen, was los war. Weil es im ganzen Haus stockduster war, drückte ich den Lichtschalter im Treppenhaus. Nichts passierte. Ich ging zurück ins Schlafzimmer und probierte es dort. Wieder passierte nichts. Im ganzen Haus funktionierte nicht ein Lichtschalter. In meiner Verzweiflung öffnete ich die Taschenlampen-App von meinem iPhone und ging zum Sicherungskasten. Alles war in Ordnung. Alle Sicherungen drin. Langsam wurde mir richtig mulmig zumute. Ich schaute nach draußen. Nicht eine Laterne war an. In keinem Fenster brannte Licht. Die komplette Straße war dunkel. Das mulmige Gefühl wurde stärker. Und die Alarmanlage piepte immer noch. Mit meiner iPhone-Taschenlampe ging ich zur Steuereinheit und drückte hektisch ein paar Knöpfe. Und es musste der richtige dabei gewesen sein, denn auf einmal war Ruhe. Ich wollte mir gerade auf die Schulter klopfen, als eine verzerrte Stimme aus dem Kasten ertönte: »Die Alarmanlage wurde aktiviert.« Und drei Sekunden später löste ich über den Bewegungsmelder Alarm aus.

Stellen Sie sich zur völligen Dunkelheit nun bitte auch noch einen ohrenbetäubend lauten Alarmton vor. Ich wollte gerade in Panik verfallen, da klingelte mein iPhone. Ich ging ran und lauschte einer aufgezeichneten Nachricht: »Es wurde Alarm ausgelöst. Zum Bestätigen bitte die Neun drücken.« Doch ich hatte keine Zeit, ich musste ja den Alarm abstellen. Also zurück zur Steuereinheit. Und was stand dort, in großen, leuchtenden Buchstaben auf dem Display? »Bitte geben Sie Ihre PIN-Nummer ein.« Und genau in dem Moment kam mir der entscheidende Gedanke: »Hättest du bloß eher gehandelt.« Aber jetzt war es zu spät. Also konzentrieren. Wie war die PIN-Nummer? Ich wusste, dass es irgendetwas mit einem Geburtstag zu tun hatte. Ich gab vier Zahlen ein: 3175. Nichts. 7513. Wieder nichts. Ich probierte sämtliche Varianten aus. Nichts. Der Alarm hörte einfach nicht auf.

Was sollte ich tun? Obwohl es mir oberpeinlich war, schnappte ich mir mein iPhone und wählte die Nummer meiner Frau. Nach einer gefühlten Ewigkeit ging sie ran. Die Mailbox. Jetzt fiel mir nur noch eine Möglichkeit ein: Nachts um halb fünf rief ich auf dem Festnetz meiner Schwiegereltern an. Und eine Minute und eine ordentliche Gardinenpredigt später wusste ich die PIN-Nummer wieder. Ich gab die vier Zahlen ein, und plötzlich war alles still. Ich hatte noch einmal Glück gehabt.

Wie gehen Sie mit dem Wandel um, liebe Leserinnen und Leser, verändern Sie sich aktiv, oder warten Sie lieber auf den richtigen Moment und hoffen darauf, dass Sie schon Glück haben werden? Heute kann ich über die Geschichte lachen, aber in dem Moment habe ich etwas sehr Wichtiges gelernt: Seien Sie immer vorbereitet und richten Sie Ihren Fokus auf Chancen und Möglichkeiten. Denn wenn Sie sich nicht aktiv verändern, dann werden Sie irgendwann verändert. Ich möchte Sie daher einladen, die Zeiten des passiven Abwartens ein und für alle Mal hinter sich zu lassen. Die PIN-Nummer Ihres Lebens selber festzulegen. Dem Wandel immer einen Schritt voraus zu sein. Und das beginnt mit der Entscheidung, Verantwortung zu übernehmen, auch wenn es nicht der leichte Weg ist. Mit der bewussten Wahl, in den Spiegel zu blicken und zu sagen: »Egal, wo ich mich heute befinde, egal, wie zufrieden oder unzufrieden ich mit meinen Ergebnissen bin, es liegt nur an mir. An niemand anderem. Und auch nur ich kann etwas daran ändern.«

Wenn die Zuhörer in meinen Vorträgen diesen Satz zum ersten Mal von mir hören, ernte ich regelmäßig ein zustimmendes Nicken. Aber lassen Sie sich bitte nicht täuschen. Denn auch wenn die dahinterstehende Philosophie theoretisch leicht zu verstehen ist, steht die praktische Umsetzung auf einem ganz anderen Blatt. Viele Menschen sind wirklich bemüht und wünschen sich nichts so sehr, wie die Fesseln der Abhängigkeit abzustreifen. Sie träumen davon, den eigenen Arbeitsplatz, das eigene Umfeld und die eigene Zukunft selbst zu gestalten. Doch oftmals fehlt ganz einfach der Glaube, dass eine solche Mentalität tatsächlich alltagstauglich ist. Denn schon früh im Leben werden wir davon überzeugt, dass ohne Titel, Geld und die Erlaubnis anderer keine Veränderungen möglich sind.



**Wenn Sie nicht selbst aktiv und offensiv die Veränderung anstreben, werden Sie verändert.**

Bereits in der Schule werden unsere Kinder darauf vorbereitet, sich möglichst schnell anzupassen. Sie sitzen in Reih und Glied hinter ihren Tischen, orientieren sich an Lehrplänen, die schon seit Jahren nicht mehr zeitgemäß sind, und lernen auf die harte Tour, dass für Individualität, Kreativität und Eigenverantwortung im Klassenzimmer kein Platz ist. Und ehe man sich versieht, hat sich diese Lernerfahrung tief ins Gehirn eingebrannt, und man vertraut darauf, dass andere schon die richtigen Entscheidungen für einen treffen werden. Zuerst die Lehrer, später der Chef und ganz am Ende der alles umsorgende Nanny-Staat. Titel, Macht und hierarchische Positionen werden zu Götzen, an denen man sich orientiert und auf die man sich verlässt. Man sitzt in einer geschützten Blase, wird ein braves Schaf in der Herde und funktioniert dann irgendwann nach den Ansprüchen, Erwartungen und Regeln anderer.

Aber wenn alle darauf warten, dass »die anderen« sich schon kümmern werden, ist der Stillstand vorprogrammiert. Es wird daher Zeit, aus diesem Teufelskreis auszubrechen und selbst ein Zeichen zu setzen. Mit dem Warten aufzuhören, und sich aktiv zu verändern. Die eigene Karriere, das eigene Unternehmen und die eigene Welt mit Ihrer Persönlichkeit zu gestalten. Und nur, um das auch ganz klar und deutlich anzusprechen: Natürlich ist es kein Hinderungsgrund, wenn

Sie einen Titel haben, der Ihnen Macht und einen gewissen Handlungsspielraum gewährt. In diesem Fall haben Sie sogar noch mehr die Verpflichtung, für Ihr Umfeld ein Vorbild zu sein. Doch notwendig ist es nicht. Eine Position als Führungskraft oder Chef gibt Ihnen nur das große Privileg, die Philosophie dieses Buches ganz offiziell anzuwenden. Es geht allerdings auch ohne.

## **Das Ende der Ausreden**

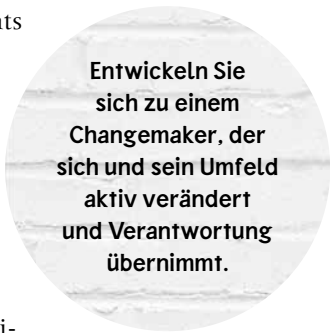
Wir leben in spannenden Zeiten. Noch nie war es so leicht, Erfolg zu haben. Und noch nie war es so schwer, sich dem immer schneller werdenden Wandel anzupassen. Aus diesem Grund spielen viele Menschen lieber auf »Nummer sicher«. Sie warten ab und verstecken sich hinter Vorschriften, hierarchischen Strukturen und dem berühmtesten Satz der Veränderungsresistenz: »Das haben wir noch nie so gemacht!« Und ehe man sichs versieht, hat man es sich in seiner eigenen Komfortzone noch ein wenig bequemer eingerichtet und verwaltet tagein, tagaus den lieb gewonnenen Status quo. Doch um Veränderungen aktiv anstoßen zu können, ist es unbedingt notwendig, dass wir die eigene Bequemlichkeit überwinden und den Fokus stattdessen auf die riesigen Chancen und Möglichkeiten von Veränderungen richten.

Heißt das, dass Sie ab sofort alle Probleme ausblenden sollten? Nein, ganz im Gegenteil. Sie sollten sich sogar mit einer Tatsache möglichst schnell anfreunden. Die Welt ist nicht gerecht und das Leben ist beileibe kein Ponyhof. Es legt Ihnen viele Steine in den Weg, fordert Sie täglich aufs Neue heraus und stellt Ihnen so manche Prüfung, ob Sie es mit Ihren Zielen und Träumen auch wirklich ernst meinen. Ich würde mir wünschen, dass es anders wäre, aber es ist nun mal so, wie es ist. Auch das ist eine Tatsache, die wir grundsätzlich nicht ändern können. Richten wir unseren Fokus also lieber auf die Dinge, die in unserem Einflussbereich liegen. Und davon gibt es eine Menge.

Wenn Sie meine bisherigen Bücher kennen, dann wissen Sie, dass ich davon überzeugt bin, dass das Leben schwarz oder weiß ist. Sie können sich entweder verändern – oder Sie bleiben, wie Sie sind. Sie können sich für oder gegen etwas entscheiden. Sie können Verantwortung

übernehmen oder zum Spielball der äußeren Umstände werden. Dass ich so wenig an Graubereiche glaube, ist übrigens eine zwangsläufige Begleiterscheinung meines eigenen Entwicklungsprozesses. Denn je mehr Sie wie ein Changemaker denken und handeln, desto weniger haben Sie Lust auf das übliche Herumwurschteln. Stattdessen werden Sie schnell am Gefühl der Zufriedenheit Gefallen finden, das Sie zwangsläufig erfahren werden, je mehr Sie sich festlegen.

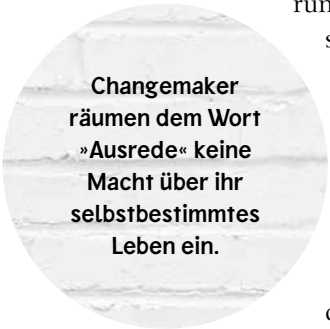
Der vor uns liegende Weg beginnt mit einer solchen Entscheidung. Gerade wenn die äußeren Umstände hart, der Weg steinig und das Risiko hoch sind, stehen Sie vor einer fundamentalen Richtungswahl. Flüchten Sie sich in die Passivität und suchen Sie nach Ausreden und Gründen, warum Sie ja doch nichts ändern können? Nehmen Sie Ihr Herz in die Hand und werden Sie zu einem Changemaker, der sich und sein Umfeld aktiv verändert. Der Verantwortung übernimmt, auch wenn das Schicksal es vermeintlich nicht besonders gut mit ihm meint. Der sich mit seinen Zielen und Träumen committet, auch wenn der Weg steinig ist. Der mutige Entscheidungen trifft, auch wenn das Risiko hoch ist. Während ich diese Zeilen schreibe, wird mir sehr bewusst, wie harmlos diese Aussagen klingen, wenn Sie hier auf dem Papier stehen. Aber lassen Sie sich davon bitte nicht täuschen, denn die praktische Auswirkung könnte größer nicht sein. Die Entscheidung, ob Sie lieber ein Zögerer oder ein Macher sein wollen, stellt nämlich die Weichen für Ihre weitere Zukunft. Beruflich wie privat.



**Entwickeln Sie  
sich zu einem  
Changemaker, der  
sich und sein Umfeld  
aktiv verändert  
und Verantwortung  
übernimmt.**

Die naheliegende Wahl ist die vermeintlich sichere. Sie entscheiden sich dafür, den Weg des geringsten Widerstands zu gehen, und tun das, was alle tun. Sie machen es sich in Ihrer Komfortzone richtig schön bequem und arrangieren sich mit der Tatsache, dass die Zeiten hart, die Umstände schwer und die Zukunftsaussichten düster sind. Und nur um sicherzugehen, reden Sie sich zusätzlich noch ein, dass ohne Titel und Geld ja sowieso nichts geht. Gekleidet wird diese Attitüde dann in die unterschiedlichsten Ausreden, mit denen man sich das eigene Verharren in der Komfortzone schmackhaft machen will.

Wenn Sie mit offenen Ohren durchs Leben gehen, werden Sie schnell feststellen, in welch fantasievollen Variationen Ihnen diese Ausreden begegnen. Mal sind sie offen formuliert, mal etwas verschleiert, und dann wiederum ganz subtil. Und immer wieder werden Sie beobachten, dass Menschen eine nie dagewesene Kreativität an den Tag legen, wenn es darum geht, nach einer die Umsetzung verhindernden Ausrede zu suchen. Ein Mentor zu meiner Zeit im Einzelhandel sagte vor vielen Jahren folgenden Satz zu mir: »Grzeskowitz, merken Sie sich eins, das können Sie fürs ganze Leben gebrauchen: Wer etwas nicht will, der sucht nach Ausreden und Gründen, warum es nicht geht. Und wer etwas wirklich will, der findet auf jeden Fall eine Lösung.« Recht hatte er. Ich habe das große Privileg, täglich mit Menschen, Organisationen und Unternehmen an vielfältigen Veränderungen arbeiten zu dürfen. Die Inhalte sind dabei sehr unterschiedlich. Aber eines ist immer gleich: die Art und Weise der Ausreden.



**Changemaker  
räumen dem Wort  
»Ausrede« keine  
Macht über ihr  
selbstbestimmtes  
Leben ein.**

Natürlich würden diese Menschen niemals zugeben, dass es sich um Ausreden handelt, mit denen man sich die eigene Komfortzone schönredet und das Gewissen beruhigt. Stattdessen spricht man davon, realistisch zu sein, dass die Dinge nun mal so seien oder dass man eben nicht so viel Glück habe wie andere Menschen.

Doch am Ende des Tages sind diese verbalen Nebelkerzen trotzdem nichts anderes als Ausreden, warum man lieber wartet, statt eine gewünschte Veränderung in die Tat umzusetzen. Woher ich das weiß? Warum ich das mit einer solchen Deutlichkeit behaupten kann? Ganz einfach. Die meisten dieser Ausreden habe ich selber verwendet. Nicht nur ein Mal, sondern über sehr viele Jahre hinweg. Und in meiner täglichen Arbeit als Redner, Motivationstrainer und Veränderungscoach höre ich sie in verschiedensten Varianten und unterschiedlichsten Ausprägungen immer wieder. Auch wenn nichts mehr zu gehen scheint, für eine gepflegte Ausrede reicht es dann am Ende doch immer noch.

Das große Dilemma ist dabei, dass es den meisten Menschen nicht einmal mehr auffällt, wenn sie eine der typischen Ausreden benutzen. Man hat sich die einzelnen Ausflüchte schon so häufig selber erzählt,

dass man es irgendwann als tiefe und unerschütterliche Wahrheit akzeptiert. Und es geht so schnell. Auch ich ercappe mich immer noch dabei, dass ich bei einer Idee, einem Argument oder einer anstehenden Veränderung fast schon reflexartig zu einer klassischen Ausrede greifen will. Zum Glück trainiere ich aber auch die Fähigkeit des kritischen Denkens, sodass es mir in der Regel auffällt und ich eine bewusste Entscheidung treffen kann, die volle Verantwortung zu übernehmen.

Der Schlüssel für die Transformation einer passiven Zögerer-Attitüde zu einer gestaltenden Macher-Mentalität liegt im Bewusstsein des Status quo. Nur wenn Sie wissen, wie häufig Sie zu einer Ausrede greifen, um nicht handeln zu müssen, können Sie etwas verändern. Ich möchte Sie daher an dieser Stelle einladen, den ehrlichen Blick in den Spiegel zu wagen, und zu überprüfen, wie häufig Sie in die Denkfalle des »Das haben wir schon immer so gemacht, warum sollte ich etwas ändern!« tappen, anstatt Verantwortung zu übernehmen. Und glauben Sie mir, Ausreden lauern wirklich überall. Meist klingen sie so dermaßen harmlos und vertraut, dass sie uns schon gar nicht mehr auffallen.

Doch sie sind da. Jeden Tag. In so gut wie jeder Lebenslage. Im letzten Jahr habe ich die Leser meines Blogs dazu aufgerufen, gemeinsam mit mir die längste Ausredensammlung der Welt zu starten.<sup>3</sup> Mittlerweile sind schon fast 200 Ausreden in der Liste zusammengekommen, und ich würde mich freuen, wenn Sie durch Ihren Beitrag noch weiter wachsen würde (<http://www.grzeskowitz.de/das-ende-der-ausreden-ein-manifest/>). Bei jedem einzelnen Kommentar ist mir sehr bewusst geworden, wie häufig mir eine bestimmte Aussage im Alltag begegnet, wie sehr sich Menschen damit selbst blockieren und den eigenen Erfolg sabotieren. Damit Sie einen kleinen Vorgeschmack bekommen, möchte ich Ihnen an dieser Stelle meine ganz persönlichen Top Ten der gängigsten Ausreden vorstellen.



### Die zehn gängigsten Ausreden, die Ihnen im Alltag immer wieder begegnen

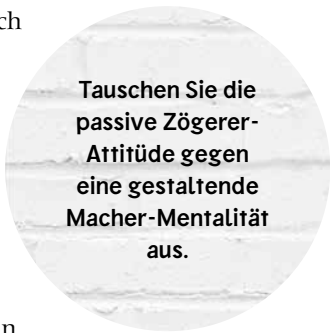
1. Ich habe kein Geld.
2. Ich bin zu jung / alt / klein / groß etc.
3. Das geht mir viel zu schnell / langsam.
4. Mir fehlt die Zeit.
5. So haben wir das noch nie gemacht.
6. Ich habe kein Talent.
7. Das kenne / weiß / kann ich schon.
8. Ja, aber ...
9. So einfach geht das nicht.
10. Das bringt doch nichts.

Schon mal gehört? Vielleicht sogar schon mal gesagt? Keine Sorge, wir alle benutzen regelmäßig die eine oder andere Ausrede. Entscheidend ist, dass Sie sich bewusst werden, was diese mit Ihnen macht. Denn unterm Strich werden Ausreden dafür benutzt, um keine Entscheidungen treffen zu müssen, nicht ins Handeln zu kommen und den Status quo aufrechtzuerhalten. Sie bestätigen uns darin, lieber auf den richtigen Moment zu warten. Den besonderen Augenblick, wo alles passt. Doch dieser wird niemals kommen, denn irgendetwas kommt immer dazwischen.

Machen Sie sich also vor jeder wichtigen Entscheidung klar: So etwas wie den perfekten Moment gibt es nicht. Sie werden immer aus einem Zustand heraus handeln, in dem Sie nicht ausreichend vorbereitet sind und Ihnen Wissen, Fähigkeiten oder Informationen fehlen. Und das ist das Tragische am Zögern. Wir warten auf einen nur theoretisch existierenden Zustand der Perfektion, den wir sowieso nie erreichen werden. Die Folgen: Abwarten. Aufschieben. Ausreden suchen. Doch je bequemer die eigene Komfortzone ausgebaut wird, desto mehr breitet sich auch die Beliebigkeit aus. Und das ist tragisch. Denn wie schon der ehemalige deutsche Bundespräsident Gustav Heinemann treffend fest-

stelle: »Wer nichts verändern will, wird am Ende auch das verlieren, was er bewahren möchte.«

Hören Sie auf zu warten, und entscheiden Sie sich ganz bewusst dafür, ab sofort das Ende sämtlicher Ausflüchte einzuläuten. Mit jeder Ausrede, die Sie nicht mehr verwenden, erlangen Sie ein Stück Selbstverantwortung zurück und verabschieden sich von der heute so weit verbreiteten Opfermentalität. Das ist anfänglich vielleicht ungewohnt und manchmal sogar hart. Denn je unabhängiger Sie von den äußeren Umständen werden, desto mehr werden Sie auch an Ihre persönlichen Grenzen stoßen. Das ist gut, denn nur auf diesem schmalen Grat zwischen Erfolg und Scheitern können Sie wachsen und besser werden. Und niemand verlangt von Ihnen, dass Sie wie ein Roboter sämtliche Gefühle ausblenden sollen.



**Tauschen Sie die  
passive Zögerer-  
Attitüde gegen  
eine gestaltende  
Macher-Mentalität  
aus.**


Wann immer Sie in eine Situation geraten, in der alles gegen Sie zu laufen scheint, ist es vollkommen menschlich, wenn Sie traurig, wütend oder frustriert sind. Diese Gefühle sollten Sie auch zulassen und wertschätzen. Wichtig ist nur, dass Sie nicht in einen Strudel der Negativität geraten, sondern rechtzeitig wieder nach vorne blicken und sich die Frage stellen, welche Lernaufgabe das Leben gerade für Sie bereithält. Ganz nach dem Motto: Hinfallen, aufstehen, Krone richten und weitergehen. Sind Sie bereit für das Ende der Ausreden? Sehr gut, aber seien Sie sich über eines im Klaren: Wenn Sie einmal von dem kostbaren Nektar der Selbstverantwortung gekostet haben, dann werden Sie nie mehr etwas anderes trinken wollen.

## **Die Macher-Mentalität**

Es war einmal ein Junggeselle, der mit Anfang 40 immer noch zu Hause bei seinem Vater wohnte. Eines Abends sagte dieser beim Essen: »Sohn, ich bin krank, mir geht es nicht gut und es geht langsam dem Ende entgegen. Ich habe nur dich. Wenn ich in drei bis vier Jahren nicht mehr bin, dann wirst du die Firma und mein gesamtes Vermögen

in Höhe von 100 Millionen Euro erben.« Also beschloss der Sohn, sich eine Frau zu suchen, mit der er seinen zukünftigen Reichtum teilen könnte. Und tatsächlich, während einer Dienstreise traf er auf dem Flughafen die schönste Frau, die er jemals gesehen hatte. Sie war so umwerfend, dass es ihm fast den Atem verschlug. Trotzdem sprach er sie an und sagte: »Ich mag zwar nur wie ein gewöhnlicher Mann aussehen, aber mein Vater wird in drei bis vier Jahren sterben. Dann erbe ich sowohl die Firma als auch ein Vermögen in Höhe von 100 Millionen Euro. Hier ist meine Visitenkarte.« Mit einem mysteriösen Lächeln nahm die Dame die Karte entgegen und ging. Doch sie drehte sich noch einmal um und sagte nur einen Satz: »Wir werden uns wiedersehen.« Und sie sollte Wort halten. Noch am selben Abend wurde sie seine Stiefmutter.

Ich weiß nicht, wie es Ihnen geht, aber ich muss über diese kleine Anekdote immer wieder schmunzeln. Trotzdem steckt auch ein sehr ernster Kern in der Geschichte. Die Botschaft ist eindeutig. Warten Sie nicht, bis es zu spät ist, sondern ergreifen Sie die Gelegenheiten dann, wenn sie sich bieten. Doch leider wird dieses Vorhaben sehr häufig von der sich rasant ausbreitenden Volkskrankheit Nummer eins torpediert. Was ich damit meine? Ich spreche von der berühmten-berüchtigten Aufschieberitis. Die Symptome sind immer gleich. Statt eine Veränderung umzusetzen, wartet man ab lieber ab und begründet das eigene Zögern mit den unterschiedlichsten Ausreden. Und dann wartet man. Und wartet und wartet. Bis irgendwann der Sankt-Nimmerleins-Tag gekommen ist und jemand anders die Chance genutzt und die Gelegenheit beim Schopf gepackt hat.



**Die Macher-Mentalität hilft Ihnen, Ihr Leben nach Ihren Vorstellungen zu gestalten und Ihre Lebensqualität zu verbessern.**

Der zögernden Abwartehaltung Lebewohl zu sagen und das Ende der Ausreden einzuläuten ist daher ein wichtiger Schritt. Aber er reicht bei Weitem noch nicht aus. Es bedarf einer Alternative zu den ehemaligen Verhaltensmustern. Einer Macher-Mentalität, die Ihren Fokus auf das Erkennen von Chancen, das Ergreifen von Gelegenheiten und die Umsetzung von Veränderungen richtet. Möglicherweise braucht es einige Zeit, bis Sie sich von alten Mustern und Konditionierungen gelöst haben. Aber es lohnt sich. Und

das Training ist denkbar einfach. Ersetzen Sie den alten Reflex durch einen neuen. Wo Sie früher gezögert, gezweifelt und zur guten alten Ausrede gegriffen haben, halten Sie kurz inne und denken dann ganz bewusst: »Ich mach das jetzt einfach!« Ein paar Anregungen gefällig?

### **Warten Sie nicht, sondern machen Sie es einfach!**

- Warten Sie nicht, bis Ihr Chef Sie dazu auffordert, sondern gehen Sie jetzt die Extra-Meile für Ihre Kunden: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht darauf, dass ein Kollege sich schon kümmern wird, sondern übernehmen Sie die Aufgabe: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht, dass Ihre Kunden Sie schon finden werden, sondern greifen Sie jetzt zum Telefonhörer: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht bis Silvester, um Ihre Gewohnheiten umzustellen, sondern fangen Sie heute an: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht darauf, dass in Konfliktsituationen andere Menschen auf Sie zukommen, sondern ergreifen Sie die Initiative: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht auf den perfekten Moment, sondern handeln Sie: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht, bis Sie einen Titel, genügend Geld oder die Erlaubnis anderer haben, sondern verändern Sie Ihr Leben heute: »Ich mach das jetzt einfach!«
- Warten Sie nicht bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag, sondern sagen Sie aus voller Brust: »Ich mach das jetzt einfach!«

Das ist die Macher-Mentalität, mit der Sie vom Ausreden- zum Umsetzungsweltmeister werden. Das ist die richtige Haltung, mit der Sie das Zögern durch Handeln ersetzen. Das ist die Attitüde, mit der Sie das Heft des Handelns in Ihren eigenen Händen halten und in der Lage sind, Ihre Karriere, Ihre Beziehungen und Ihr Leben nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten. In den nächsten Kapiteln wollen wir uns daher gemeinsam die wichtigsten Zutaten anschauen, die Sie benötigen, um die Macher-Mentalität in Ihren Alltag zu integrieren.