

MUHAMMAD ALI: FLOAT LIKE A BUTTERFLY, STING LIKE A BEE

ERFOLG

1/2021

DAS LESEN ERFOLG **Magazin**

ADAM SANDLER

MIT WITZ UND CHARME ZUM ERFOLG

JEFF BEZOS

ERFOLGS-FAKTOR SCHLAF



Verleger
Julien Backhaus über
Chancen

MARTIN SEMMELROGGE
IM INTERVIEW

PARIS HILTON
STIL-IKONE
DER NEUZEIT

IM INTERVIEW

PETER MAFFAY



BACKHAUS VERLAG 5€
ÖSTERREICH 5,60 € | SCHWEIZ 8,00 CHF



4 190872 505003

01

**ERFOLG wird bei uns
groß geschrieben.
UMWELT aber auch:
Das E-PAPER-ABO**

Jetzt downloaden und lesen, was erfolgreich macht.

www.erfolg-magazin.de/shop/



Julien Backhaus
Verleger und
Herausgeber



**Noch mehr
Erfolg für Sie!**

**Das nächste Heft
erscheint am
25. Februar 2021**

Eine neue Chance

Es heißt so schön: Es kommt nicht darauf an, was dir passiert, sondern wie du darauf reagierst. Das klingt gut; wenn nicht gerade Krise ist. Denn wenn uns das Schicksal selber trifft, sehen wir oft den Wald vor lauter Bäumen nicht. So auch in der aktuellen Pandemie. Alle Regeln des gesunden Menschenverstandes scheinen vergessen. Mancherorts gilt es sogar als hirnerbrannt, mit gesundem Menschenverstand zu argumentieren. Plötzlich gelten ganz andere Maßstäbe.

Um so schöner ist es, in dieser komplizierten Zeit Menschen zu beobachten, die sich noch immer an das oben genannte Sprichwort erinnern und auch danach verfahren. Menschen, die die Krise nehmen, wie sie ist, und dann phänomenal darauf reagieren. Viele schaffen es gar, aus der Not eine Tugend zu machen und Gewinn aus ihr zu schlagen. Zum Wohle aller. Das sind Win-Win-Situationen, wie sie im Buche stehen. So wie unser Cover-Star Peter Maffay. Der erfolgreichste deutsche Rocker konnte nicht auf Tour gehen. Was macht er?

Er produziert ein Album inklusive einem Song, den er gemeinsam mit seinen Fans aufgenommen hat. Wie das? Per Videoschnipsel. Jeder konnte seine Gesangkunst unter Beweis stellen und eine Strophe beitragen. Das Lied wurde ein Megaerfolg. Inklusive Musikvideo. Und auch Radio wollte Maffay lange machen. Also angepackt und umgesetzt. Herzlich willkommen bei der Peter Maffay Radio Show.

Viele Menschen haben die aktuelle Zeit dazu genutzt, über Ihre Vorhaben nachzudenken. Wie fragten schon die Hühner in ihrem berühmten Lied? „Wenn nicht jetzt, wann dann?“ So hoffe ich, dass auch Sie zu den Mutigen zählen und lang geplante Dinge in die Tat umsetzen und sich nicht von dem Getöse der ganzen Welt ablenken lassen.

Viel Vergnügen beim Lesen
Ihr Julien Backhaus

Impressum

Erfolg Magazin ISSN 25057342

Verlag Backhaus Verlag GmbH ist ein Unternehmen der Backhaus Mediengruppe Holding GmbH, Geschäftsführender Gesellschafter Julien Backhaus

Redaktion/Grafik Erfolg Magazin
Chefredakteur (V.i.S.d.P.) Julien D. Backhaus
Redaktion Markus Wichmann/Martina Schäfer
E-Mail: redaktion@backhausverlag.de
Layout und Gestaltung Svenja Freytag
E-Mail: magazine@backhausverlag.de
Lektorat Textelsior

Herausgeber, Verleger Julien D. Backhaus
Anschrift: Zum Flugplatz 44, 27356 Rotenburg
Telefon: (0 42 68) 9 53 04 91
E-Mail: info@backhausverlag.de
Internet: www.backhausverlag.de

Onlineredaktion
E-Mail: info@backhausverlag.de

Druck

BerlinDruck GmbH + Co KG
Oskar-Schulze-Str. 12, 28832 Achim
Telefon: (04 21) 4 38 710
Telefax: (04 21) 4 38 7133
E-Mail: info@berlindruck.de

Vertrieb

IPS Pressevertrieb GmbH
Carl-Zeiss-Str. 5, 53340 Meckenheim
Telefon +49 22 25 88 01-0
Telefax +49 22 25 88 01-4 99
www.ips-d.de

Folgen Sie uns auch auf



Verkauf/Abo

Achtung, Preisänderung:
**Jahresabonnement Deutschland
bei 6 Ausgaben/Jahr EUR 39,00***

Einzelheft Deutschland
EUR 5,00* + EUR 1,50 Versand
Jahresabo Ausland EUR 48,50*

Einzelheft Ausland EUR 5,00*
+ EUR 4,00 Versand
*Preise inkl. 5 % MwSt.
Telefon (0 42 68) 9 53 04 91
E-Mail Verwaltung@backhausverlag.de

Autoren (Verantwortliche i.S.d.P)

Die Autoren der Artikel und Kommentare im Erfolg Magazin sind im Sinne des Presserechts selbst verantwortlich. Die Meinung des Autors spiegelt nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider. Trotz sorgfältiger Prüfung durch die Redaktion wird in keiner Weise Haftung für Richtigkeit geschwiegen denn für Empfehlungen übernommen. Für den Inhalt der Anzeigen sind die Unternehmen verantwortlich.

Vervielfältigung oder Verbreitung nicht ohne Genehmigung.

Alle Rechte vorbehalten.



INHALT 1/2021



34

Martin Semmelrogge
im Interview

Erfolg

Peter Maffay im Interview.....	12
Martin Semmelrogge im Interview.....	34

Leben

Muhammad Ali Rainer Zitelmann	8
Adam Sandler.....	20
Paris Hilton Michael Jagersbacher.....	24

Einstellung

Ambition: Wie große Karrieren gelingen Buchauszug aus Dorothea Assig und Dorothee Echers Buch »Ambition«.....	44
---	----

12

Peter Maffay
im Interview

»[...] INSOFFERN MUSS MAN
DIE GEMEINSCHAFT AKZEPTIEREN,
SIE SCHÄTZEN, MUSS DIE SPIELREGELN,
DIE IN EINER GEMEINSCHAFT EXISTIEREN
UND DIE AUF KOEXISTENZ
AUSGERICHTET SIND, ANNNEHMEN
UND NICHT AUF
EGOMANIE SETZEN.«



Wissen

- Erfolgsfaktor Schlaf
Dr. Martin Schlott..... **30**
- Das Lemmig Prinzip
Buchauszug aus Cass R. Sunsteins
»Das Lemming Prinzip« **40**

Story

- Lerne zuerst, dich selbst zu besiegen
Dejan Sekulic..... **18**
- Den Menschen als Ganzes sehen
Sandra Perlbach..... **28**

Sonstiges

- News: Aktuelle News aus der Erfolgswelt **6**
- Die Erfolg Magazin Brand Ambassadors **48**
- Die Erfolg Magazin Top Experten **49**
- Best of Web:
Schauen Sie doch mal online rein **50**

24

Paris Hilton



20

Adam Sandler



NEWS

SpaceX bringt Astronauten zur ISS

Am 15. November war es endlich soweit und die erste offizielle Mission einer SpaceX-Rakete startete mit vier Astronauten an Bord in Richtung Internationale Raumstation (ISS). Michael Hopkins, Victor Glover, Shannon Walker und Soichi Noguchi, ein Astronaut der japanischen Raumfahrtbehörde, hoben in der SpaceX Crew Dragon Kapsel ab.

Der für 14. November geplante Start musste wegen schlechten Wetters auf Sonntag Abend verschoben werden. Dadurch verlängert sich die Zeit, die die Astronauten in der Kapsel verbringen um rund 19 Stunden. Die eigentliche Route am Samstag hätte, durch die Stellung der ISS zum Abflugpunkt, eine Reisezeit von acht Stunden bedeutet. Durch die Verschiebung auf Sonntagabend sind die Astronauten 27 Stunden unterwegs. Die Kapsel verfügt über eine funktionierende Toilette. Während des Fluges haben die Astronauten die Möglichkeit zum Schlaf und Erholung, während die vollautomatische Kapsel zur ISS manövriert. Im Mai wurden, bei einem Testflug, die beiden Testpiloten Douglas Hurley und Robert Behnken mit einer SpaceX-Rakete zur Internationalen Raumstation transportiert. Mit dem jetzigen Transport der vier

Astronauten ist SpaceX aus dem Teststadium herausgetreten und hat die erste offizielle Mission für die Nasa übernommen.

Nachdem Elon Musk, CEO von SpaceX, Ende der Woche über Twitter geschrieben hatte, dass er Symptome habe und auf Covid-19 getestet werde, überprüfte die NASA ob eine Gefährdung durch vorherigen Kontakt für die Mission besteht. Freitag Nacht gab die NASA bekannt, dass die Überprüfung abgeschlossen sei und keine Beeinträchtigung für die Mission bestehe.

Seit 2011 das eigene Space Shuttle Programm der USA eingestellt wurde, war die NASA auf die russischen Raketen Sojus angewiesen um Personal und Material zur ISS und zurück liefern zu können. Mit der offiziellen Zulassung des SpaceX Programms und dem noch in Entwicklung befindenden Programm von Boeing,



sind in naher Zukunft zwei private Anbieter für die Aufträge der NASA zuständig. Da höchstwahrscheinlich kein neues eigenes US-Weltraumprogramm mit eigenen Trägerraketen aufgelegt werden wird, wird die NASA regelmäßig Missionen bei SpaceX und Boeing buchen.

Erfolgszitat: Oprah

Jeden Tag neu auf Instagram bei [@erfolgmagazin](#)

»Scheitern ist ein großartiger Lehrer. Wenn Sie offen dafür sind, hat jeder Fehler eine Lektion zu bieten.«

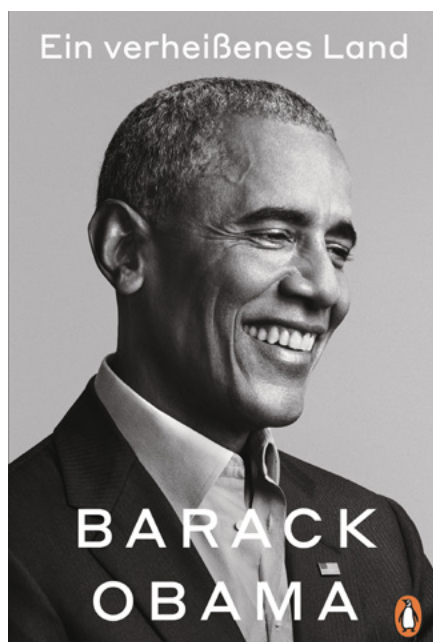


Aktuelle News aus der Erfolgswelt

Barack Obamas neues Buch

Am 17. November dieses Jahres ist ein neues Buch des ehemaligen Präsidenten der USA, Barack Obama, erschienen. In diesem ersten, bereits lange erwarteten Band seiner Präsidentschaftserinnerungen erzählt er von seinem Leben als junger Mann auf Identitätssuche sowie seinem politischen Werdegang. Dieser war von vielen drastischen Veränderungen und schwierigen Zeiten geprägt. Obama findet sehr persönliche Worte und beschreibt auch die prägenden Momente seiner historischen Präsidentschaft.

In seinem Buch bietet er einen Rückblick auf seine Präsidentschaft und einen Einblick in die Ausmaße von po-



litischen Entscheidungen, Wahlen und internationaler Diplomatie.

Obama teilt seine Gedanken über die verschiedensten politischen Vorgänge weltweit, sowie über einige der Entscheidungen, die er während seiner Amtszeit fällte. Er berichtet offen von der Gradwanderung, die er als Schwarzer Amerikaner und Präsidentschaftskandidat bewältigen musste. Die Erwartungen einer ganzen Generation wurden ihm auferlegt. Den Mut aufzubringen, die moralische Herausforderung anzunehmen, Entscheidungen von großer Tragweite zu treffen, wurden fester Bestandteil seines Lebens.

Für den 44. Präsidenten der USA bedeutet Demokratie, dass gegenseitiges Verständnis und Empathie die Grundlagen für ein gemeinsames, sorgsames Leben sind und somit nichts ist, was automatisch funktioniert. Demokratie muss geschaffen, aufgebaut und bewahrt werden.

Die Bestverdiener unter den Toten



Michael Jackson, Elvis Presley und Kobe Bryant – sie Alle sind auf der diesjährigen Liste der »Reichsten Toten« im Wirtschaftsmagazin »Forbes«.

Kobe Bryant, der Beginn diesen Jahres bei einem Helikopterabsturz ums Leben kam, verdiente nach seinem Tod bisher 20 Millionen Dollar. Grund dafür war die große Anteilnahme der Sportwelt, wodurch sich seine Autobiografie, Trikots und sonstiger Merchandise häufig verkaufte.

Elvis Presley schafft es jährlich auf die Liste, in diesem Jahr mit 23 Millionen Dollar. Grund dafür ist seine Musik, welche heute noch weltweit gehört wird, und sein Anwesen »Graceland«, welches als Museum fungiert.

Seit 8 Jahren ungeschlagen auf Platz 1, ist Michael Jackson. Er verdiente im Jahr 2020 noch nennenswerte 40,5 Millionen Dollar. Grund dafür sind die erhaltenen Songrechte bei der Plattenfirma »Sony« und seine Zirkusshow »One Show« in Las Vegas, welche mehrmals am Abend gespielt wird und große Beliebtheit genießt.

MUHAMMAD ALI

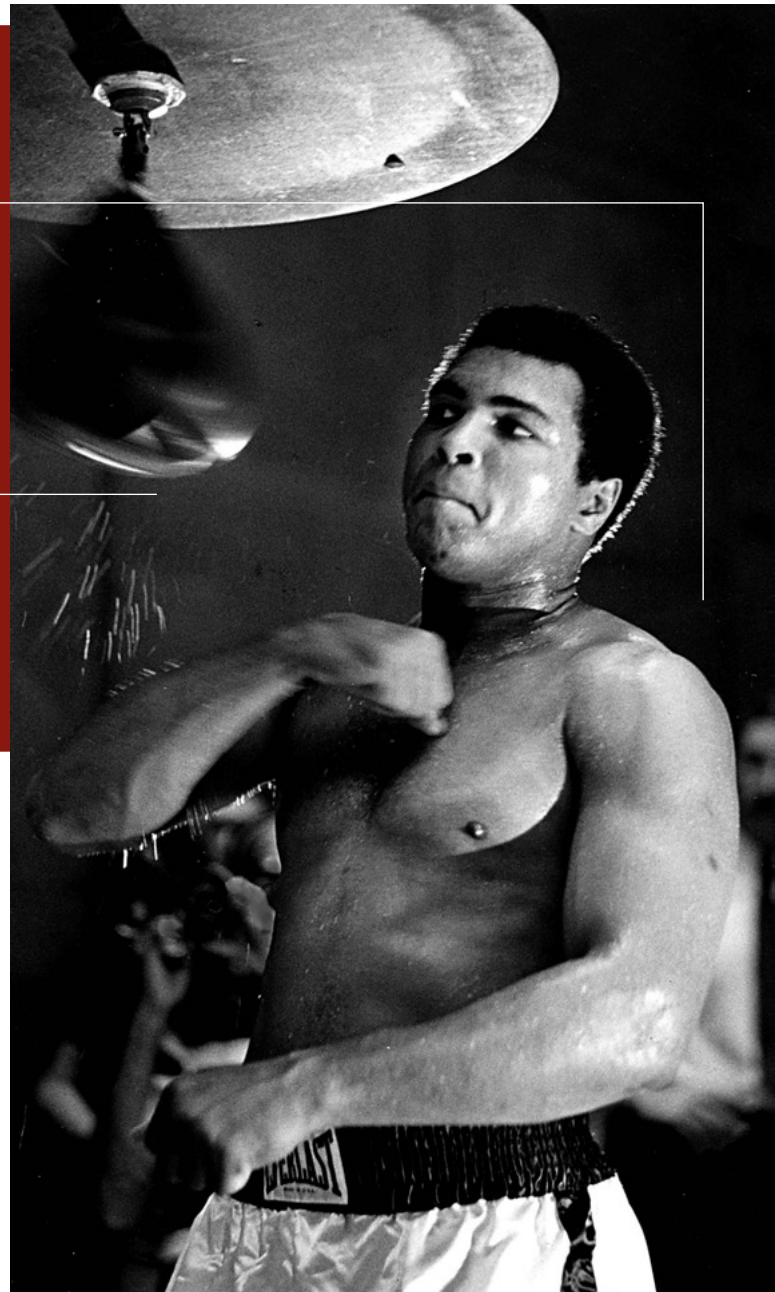
»THIS GUY MUST BE DONE,
I'LL STOP HIM IN ONE.«
– MUHAMMAD ALI

Muhammad Ali war bekannt dafür, vor seinen Wettkämpfen kurze Verse zu schreiben und vorherzusagen, in welcher Runde sein Gegner fallen würde.

Rainer Zitelmann erklärt, warum es wichtig sein kann, sich selbst zu vermarkten

Muhammad Ali war der bekannteste Sportler des 20. Jahrhunderts und gewann drei Mal den Titel des unumstrittenen Schwergewichtsweltmeisters im Boxen. Seine Leistungen im Boxen waren überragend, aber nicht der ausschlaggebende Grund für seine Popularität. Vor allem war er ein Genie der Selbstvermarktung.

Cassius Clay – so sein Geburtsname – war bereits eine Berühmtheit, bevor er im Jahr 1964 seinen ersten Titelkampf gegen den Schwergewichts-Weltmeister Sonny Liston erfolgreich bestritten hatte. Schon ein Jahr vor diesem Sieg hob ihn die Zeitschrift »Time«, die damals eine Auflage von zehn Millionen Exemplaren hatte, auf ihre Titelseite. Eine Zeichnung zeigte ihn mit herausfordernd gehobenem Kopf und offenem Mund; über Clays Kopf umfasste ein paar Boxhandschuhe einen Gedichtband – eine Anspielung auf seine Gewohnheit, kurze Verse zu dichten.



War Ali wirklich "der Größte"?

Computeranalysen vergleichen die Prozentzahl der gelandeten Treffer eines Boxers im Vergleich zur Prozentzahl der Treffer, die ihre Gegner anbringen. Die Differenz dieser beiden Werte betrug bei dem Weltschwergewichtler Floyd Mayweather jr. 25,2 Prozentpunkte, bei Joe Frazier 18,9 Prozentpunkte, während bei Muhammad Ali die Differenz sehr viel schlechter war und minus 1,7 Prozentpunkte betrug. Selbst wenn man weitere Faktoren einbezieht, wie etwa die Zahl der schweren Treffer, schaffte es Ali nicht unter die besten Schwergewichtler der Boxgeschichte.

Clay war nicht gebildet, tat sich schwer im Lesen wie im Schreiben. Im Jahr 1957 unterzog er sich einem Intelligenztest und erzielte ein unterdurchschnittliches Ergebnis. Sein Abschlusszeugnis von der High School erhielt ein "certificate of attendance", den schlechtesten von der Schule vergebenen Abschluss. In dem 391 Schüler starken Abschlussjahrgang belegte er Platz 376. Für eine Zeitungskolumne, die man in vier bis fünf Minuten lesen konnte, brauchte er 20 bis 30 Minuten, aber er hatte ein unglaubliches Talent für PR und erklärte schon als junger Mann detailliert seine Medienstrategie, also wie er mit einzelnen Zeitungen und Journalisten umging.

Ein PR-Genie

Ein Beispiel für seinen Einfallsreichtum im Umgang mit den Medien war ein Zusammentreffen mit einem Fotografen, der Clay für die Zeitschrift »Sports Illustrated« fotografieren sollte. Ali fragte ihn, für welche Medien er noch arbeite, und war elektrisiert, als der Fotograf erwähnte, dass er häufig auch für »Life« fotografierte, damals das auflagenstärkste Magazin in den USA. Clay fragte den Fotografen, ob er ihn auch für »Life« fotografieren könnte, aber der entgegnete, dass er das nicht entscheiden könne und wohl kaum einen Auftrag dazu von der Redaktion erhalten werde – dies war noch in den Anfängen der Karriere von Clay. Der ließ jedoch nicht locker und fragte den Fotografen aus, welche Fotos er sonst noch so mache. Nachdem der Fotograf erwidert hatte, dass er sich auf Unterwasserfotografie spezialisiert habe, erzählte Clay ihm ein »Geheimnis«: Er sei der einzige Schwergewichtler, der unter Wasser trainiere – aus dem gleichen Grund, aus dem manche Sportler beim Laufen schwere Schuhe tragen. Der Fotograf war zwar erst misstrauisch, aber Ali bot ihm an, ihn bei einem

Training dieser Art zu begleiten und exklusiv für »Life« darüber zu berichten. Er rief das Magazin an und erhielt schließlich den Auftrag für die Fotosession und »Life« brachte einen Artikel, wie der Box-Champion unter Wasser trainierte.

Und noch ein PR-Gag...

Vor seinem ersten Weltmeister-Titelkampf gegen Sonny Liston fuhr er mit einem Bus, an dessen Außenseite er große Schilder angebracht hatte: »The Grea-

**»FLOAT LIKE A BUTTERFLY,
STING LIKE A BEE«
– BUNDINI BROWN**

test«, »World's Most Colorful Fighter«, und »Sonny Liston will go in eight«. Er rief ein paar Zeitungen und Radiokanäle an und fuhr dann mitten in der Nacht mit dem Bus vor das Haus von Liston. Er krakelte auf dem Rasen vor dem Haus des Schwergewichts-Weltmeisters herum und kündigte an, wie er ihn verprügeln würde. Ein besonderer PR-Gag von Clay war, dass er begann, vor den Wettkämpfen genau vorherzusagen, in welcher Runde sein Gegner fallen werde. Das hatte kein Boxer vor ihm getan und sorgte allein schon für große Spannung. Clay begann früh, sich kurze Verse auszudenken, die später sein Markenzeichen wurden. So sagte er einem Reporter:

»This guy must be done, I'll stop him in one.« Bei einem anderen seiner frühen Kämpfe sagte er voraus, sein Gegner werde in der sechsten Runde fallen. Kritiker stießen sich daran, dass Clay zuweilen eine ganze Runde Leerlauf einlegte, nur um seine Vorhersage einlösen zu können.

»Schwebe wie ein Schmetterling, stich wie eine Biene«

Ein besonderes Markenzeichen – vom Beginn bis zum Ende seiner Karriere – waren kurze Gedichte und Verse, die Clay zunächst selbst dichtete. 1963 schloss sich Bundini Brown Clay an, der sich selbst als Schriftsteller sah und jedenfalls ein großes Talent hatte, für Clay Sprüche zu dichten. Er war es auch, der den Spruch erfand und zum Markenzeichen erhob, der zum bekanntesten Slogan Clays werden sollte:

»Float like a butterfly, sting like a bee« – »Schwebe wie ein Schmetterling, stich wie eine Biene«: Mit diesen Worten fasste Brown Clays Stil so treffend zusammen, dass sie immer wieder zitiert wurden, und Clay selbst wiederholte sie wohl Tausende Male.

Clay provozierte bewusst mit seinen Sprüchen und mit seiner lauten Angeberei. Er war der Meinung, dass viele Zuschauer nur kamen, um zu sehen, wie jemand diesem »schwarzen Großmaul die Fresse polierte«. Später wurde Clay politisch sehr aktiv und war Fürsprecher der Schwarzen und Gegner des Vietnamkrieges. Aber in den ersten Jahren seiner Boxkarriere spielten diese Themen keine Rolle.

»I ain't got no quarrel with them Vietcong«

Nachdem er sich der »Nation of Islam« anschloss, nannte Clay sich »Muhammad Ali«. Er wurde Mitglied dieser Vereinigung, die – anders als etwa Martin Luther King – die Integration strikt ablehnte und dem weißen Rassismus einen schwarzen Rassismus entgegensetzte. Ali wurde bekannt dafür, dass er den Kriegsdienst verweigerte und sich gegen den Krieg in Vietnam stellte. Seine Begründungen für diesen Schritt wechselten, was Alis Glaubwürdigkeit nicht erhöhte. Einmal erklärte er als Begründung, die USA seien ein christliches Land und seine Religion



Der Text basiert auf **Rainer Zitelmanns** jüngst erschienenem Buch:

„Die Kunst, berühmt zu werden. Genies der Selbstvermarktung von Albert Einstein bis Kim Kardashian.“

336 Seiten

Erschienen: Juli 2020

FinanzBuch Verlag

ISBN 978-3-95972-350-3

verbiete es ihm, an einem Krieg auf Seite der »Ungläubigen« teilzunehmen.

Seine bekannteste Äußerung zur Begründung für die Kriegsdienstverweigerung war jedoch: »I ain't got no quarrel with them Vietcong.« Dieser Satz wurde überall in Amerika zitiert und auf T-Shirts gedruckt – es wurde vielleicht eine der am häufigsten zitierten Äußerungen von Ali. So wurde er Teil der kritischen Generation, die in den 60er-Jahren weltweit gegen den Vietnamkrieg protestierte. Für die einen wurde er zum Held, aber viele Amerikaner lehnten ihn auch wegen seiner unpatriotischen Einstellung ab.

Im Jahr 1965 wurde Ali die Boxlizenz durch die World Boxing Association und die New York State Athletic Commission entzogen, die anderen Boxkommissionen des Landes schlossen sich an und ihm wurde sogar der Weltmeistertitel aberkannt. Im Juni 1967 wurde er wegen Kriegsdienstverweigerung zu fünf Jahren Gefängnis verurteilt, eine Strafe, die er jedoch nie antreten musste und die drei Jahre später wieder aufgehoben wurde.

Ali setzte auch in der Zeit seiner erzwungenen Kampfpause die Öffentlichkeitsarbeit fort, aber in anderer Weise. Er reiste durch das ganze Land, sprach auf zahlreichen Veranstaltungen wie etwa auf College Campus. Als Ali nach mehr als drei Jahren Pause in den Ring zurückkehrte, hatte sich die Stimmung zu seinen Gunsten gewandelt. Er erhielt trotz der langen Kampfpause sogar weitaus

höhere Gagen als zuvor und wurde zum bestbezahltesten Sportler. Allein für seinen Kampf gegen Frazier, der als »Kampf des Jahrhunderts« bezeichnet wurde, erhielt er eine Garantiezahlung von 2,5 Millionen Dollar, was heute mehr als 15 Millionen Dollar wären und die mit Abstand höchste Garantiezahlung war, die ein Boxer jemals erhalten hatte.

»George Foreman ist ein Belgier«

Ali gelang es, Frazier, der selbst schwarz war, als Hoffnung der Weißen zu positionieren. Er wiederholte immer wieder, die einzigen

»I AIN'T GOT NO QUARREL WITH THEM VIETCONG.« – MUHAMMAD ALI

Leute, die Joe Frazier die Daumen drückten, sind weiße Typen in Anzügen, Sheriffs in Alabama und Mitglieder des Ku Klux Klans. Er dagegen kämpfte für den kleinen Mann aus dem Ghetto.

Ali verfolgte diese Taktik nicht nur in seinem Kampf gegen Frazier, sondern generell, wenn er gegen schwarze Boxer antrat, die er als Hoffnung der Weißen oder »Onkel Tom« diffamierte.

Am 30. Oktober 1974 fand der Kampf gegen George Foreman in Zaire statt – ein Kampf, der in die Boxgeschichte eingehen sollte. Vor dem Beginn des Kampfes machte Ali eine PR-Tour durch Zaire, um die Einwohner des Landes für sich zu gewinnen. Auf dem Flug nach Zaire erklärten seine Berater Ali, dass manche seiner Attacken auf Foreman in Afrika möglicherweise nicht so gut funktionieren würden wie in den USA. Die Mehrheit der Bevölkerung von Zaire war christlich und nur wenige Menschen würden dort den Begriff »Onkel Tom« verstehen, mit dem Ali ansonsten seine schwarzen Gegner abfällig bezeichnete. Ali dachte kurz nach und fragte dann, wen die Menschen in Zaire hassen. Nachdem man ihm erklärt hatte, dass die Menschen in der ehemaligen belgischen Kolonie Belgier am meisten hassen würden, wusste Ali, was er zu tun hatte. Bei seiner Ankunft in

Zaire brüllte er: »I am the Greatest« und fügte umgehend hinzu: »George Foreman ist ein Belgier.« Ali hatte Foreman, der selbst schwarz war, zunächst als Weißen bezeichnet. Jetzt nannte er ihn einen kolonialistischen Unterdrücker der Kongoleesen. So wie Steve Jobs die Konkurrenz zwischen Apple und IBM als Kampf des Guten gegen das Böse stilisierte, so machte Ali aus dem Kampf zweier schwarzer Boxer einen Kampf gegen den vermeintlichen Unterdrücker aller schwarzen Nationen. Er steigerte sich sogar in die absurde Behauptung hinein, wenn Foreman gewinne, blieben die Schwarzen weitere 300 Jahre lang Sklaven, wenn er gewinne, seien sie frei.

Amerika und Ali versöhnen sich

In den kommenden Jahren wurde Ali mit seinen politischen Äußerungen zunehmend moderater. Er nahm jetzt sogar öffentlich seine Bemerkung zurück, dass er keine Probleme mit dem Vietcong habe. Ali, der in den 60er-Jahren der Held der linken Studenten war, irritierte manche seiner früheren Anhänger, als er nun sogar bei der Präsidentenwahl öffentlich den Republikaner Ronald Reagan unterstützte, der für die Linke eine Hassfigur war. Die Versöhnung Alis mit Amerika wurde deutlich, als er im Jahr 2005 von dem republikanischen Präsidenten George W. Bush die Presidential Medal of Freedom entgegennahm, die höchste zivile Auszeichnung des Landes.

Freilich hatte sich nicht nur Ali verändert, sondern auch Amerika. Beide, Ali und der amerikanische Zeitgeist, hatten sich aufeinander zubewegt. Er war auch deshalb über so lange Zeit populär, weil er sich zwar einerseits gegen den Mainstream auflehnte, andererseits aber damit zugleich Teil des neuen Mainstreams wurde. In den 60er-Jahren war er Teil der Protestkultur und wurde als, wenn auch sehr radikaler, Teil der schwarzen Bürgerrechtsbewegung und der Bewegung gegen den Vietnamkrieg wahrgenommen. Als Kämpfer für die Sache der Afroamerikaner und gegen den Vietnamkrieg wurde er ebenso gehasst wie bewundert. Nachdem diese Kämpfe ausgefochten waren und Amerika sich in den 70er- und 80er-Jahren geändert hatte, fiel es Ali leichter, sich dem neuen Zeitgeist anzupassen und sich mit seinem Land zu versöhnen.

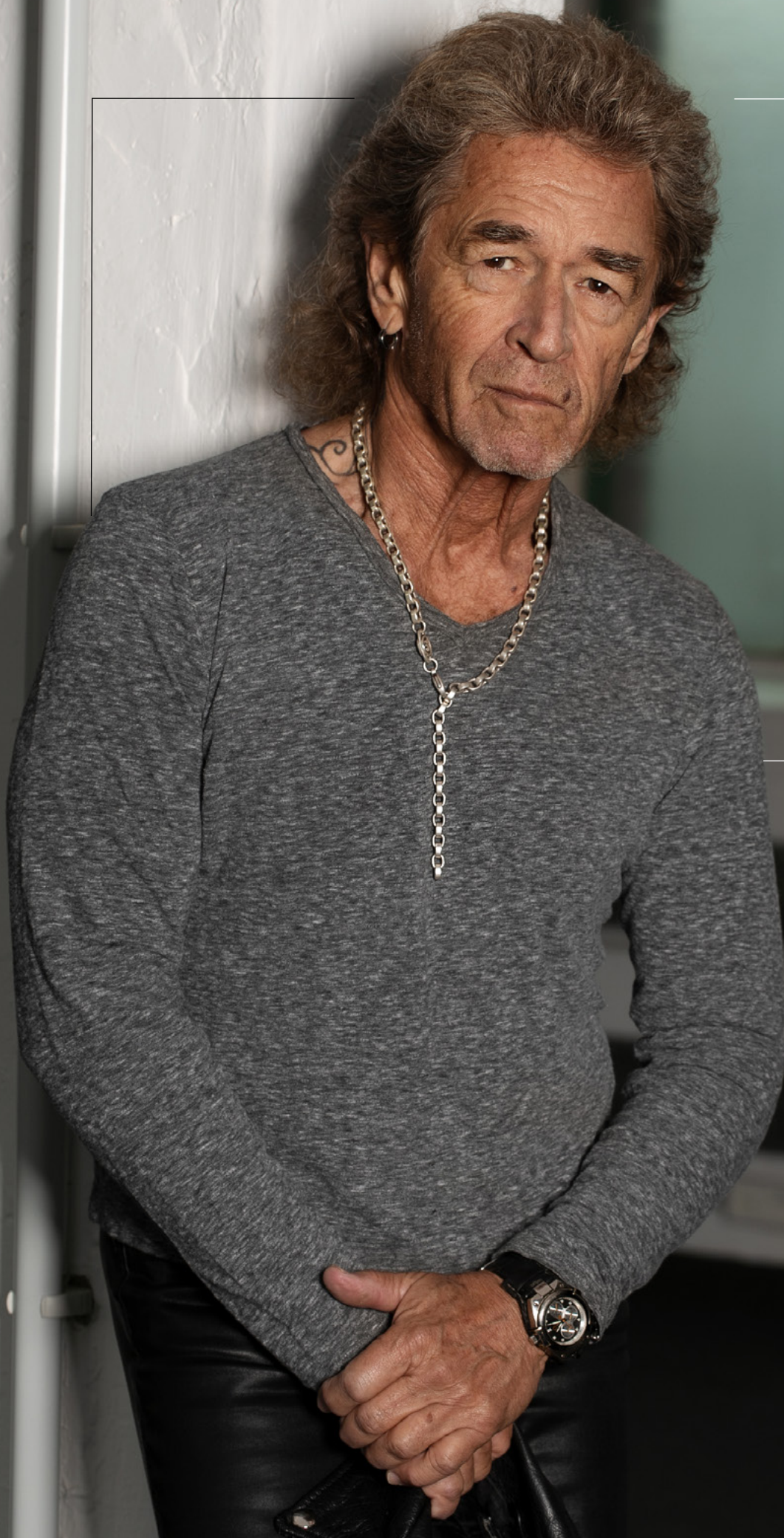


Dr. Dr. Rainer Zitelmann, der Autor dieses Textes, ist erfolgreicher Immobilieninvestor und mehrfacher Bestsellerautor.



Muhammad Ali, der mit Geburtsnamen Cassius Marcellus Clay hieß, war US-amerikanischer Boxer, der als einziger drei Mal den Titel »linearer Weltmeister« in seiner Karriere gewonnen hat.

In Madame Tousseauds Wachsfiguren Kabinett ist eine Figur des weltberühmten Boxers ausgestellt.



Peter Maffay
ist einer der bekanntesten
und am längsten erfolg-
reichen deutschen Musiker.

PETER MAFFAY

im Interview über Erfolg, Gelassenheit
und Attitüde

Seine erste Single „Du“ verkaufte sich über eine Million Mal und wurde der größte deutschsprachige Hit des Jahres 1970. Peter Maffay ist mit 19 Nummer-Eins-Alben der erfolgreichste Künstler in den deutschen Album-Charts. Der deutschsprachige Rock-Musiker und Miterfinder der Figur „Tabaluga“ engagiert sich unter anderem für kranke und traumatisierte Kinder. Mit mittlerweile 71 Jahren steht er weiterhin mit voller Energie auf der Bühne und ein Ende ist noch lange nicht absehbar.

**»ES GIBT KEINE ERKENNBAREN ANSÄTZE ZU
EINER LÖSUNG UNTER DEN JETZIGEN
BESTIMMUNGEN, DIE UNSERE BRANCHE IM
AUGENBLICK RETTEN KÖNNTE.«**

Sie sind jetzt 71 geworden. Sie sind Sternzeichen Jungfrau und man sagt, die mögen es am liebsten, wenn alles in geordneten Bahnen verläuft, gut strukturiert und durchdacht. Trifft das auch auf Sie selbst zu?

Ja, wenn ich das mag, dann trifft das auch bestimmt auf mich zu. Das ist nur eine ziemlich relative Betrachtung, denn nicht alles, was ich tue, ist so klar und deutlich strukturiert. Es ist aber zumindest ein gutes Ziel.

»ES MAG VIELLEICHT NACH AUSSEN SO WIRKEN, ALS WÜRDEN WIR SPIELEND MIT DEN DINGEN, DIE UNS IM AUGENBLICK UMGEBEN, FERTIG WERDEN. DAS IST NICHT DER FALL.«

Wie ist für Sie die aktuelle Corona-Situation? Irritierend, oder?

Fatal eher. Irritierend ist nicht der richtige Begriff, den ich verwenden würde. Die Situation ist fatal, weil die Existenzen vieler meiner Kollegen, vieler meiner Partner und vieler Dienstleister betroffen sind. Außerdem liegt der sechststärkste Wirtschaftszweig, wenn sie so wollen, am Boden. Die Existenzen vieler sind nicht nur bedroht, sondern zum Teil schon kollabiert. Und wir als Unternehmen sehen keinen Leuchtturm. Das heißt, wir haben eine Vollbremsung im Frühjahr dieses Jahres hingelegt – von hundert auf null. Und aus dieser Situation oder aus dieser Umklammerung haben wir uns bis jetzt nicht befreien können. Es gibt keine erkennbaren Ansätze zu einer Lösung unter den jetzigen Bestimmungen, die unsere Branche im Augenblick retten könnte.

Sie zum Beispiel haben ja wahrscheinlich keine existenzielle Angst, kennen aber viele Kollegen, die diese haben.

Natürlich habe ich die. Es geht ja nicht um mich persönlich. Viele Künstler, die in Deutschland unterwegs und tätig sind, haben teilweise eigene unternehmerische Struk-

turen. Die verwalten sich selber. Diese Künstler haben ein Management, von den Schallplattenfirmen losgelöste Tätigkeiten wie zum Beispiel Promotion und Marketing. Genau dafür gibt es ganze Teams. Das ist so inzwischen gang und gäbe und all diese Teams leben von den Einnahmen des Protagonisten, den sie vertreten. Und wenn der keine Einnahmen mehr erzielen kann, dann gibt es für den ein oder anderen eine Aufschubfrist, weil da vielleicht Rücklagen gemacht worden sind. Bei den

meisten ist das gar nicht machbar, aber bei einigen ist das sicherlich möglich gewesen. Aber wenn für den Künstler keine Möglichkeit besteht aufzutreten oder keine Möglichkeiten da sind, Geld zu verdienen, dann sind auch diese Strukturen erheblich

unter Druck. Und das passiert bei vielen jetzt ein halbes Jahr nach dem Lockdown. Und insofern ist klar, dass wir dieses halbe Jahr bis jetzt überstanden haben. Ich habe 40 Mitarbeiter. Das sind zum Teil 20 Mitarbeiter, die für die Stiftung tätig sind und die wiederum lebt ja auch von den Dingen, die wir machen. Und die 20 anderen, die sich mit Musik beschäftigen, die sind im erheblichen Maße zum Beispiel mit den Problemen konfrontiert, von denen ich gerade spreche. Das betrifft ebenso das Umfeld von Herrn Lindenberg & CO, wie das von allen anderen. Was aber am schlimmsten ist, dass es vor allem Nachwuchskünstler trifft, die solche Strukturen nicht haben. Die stehen allein da und können eben nicht auf helfende Umstände in ihrer Umgebung zurückgreifen.

Sie selbst haben ja was ganz Schlaues gemacht. Sie haben aus der Not eine Tugend gemacht und für ihr neues Album einen Song mit ihren Fans zusammengemacht, mit Videoschnipseln. Gleichzeitig sind Sie ja auch einer der erfolgreichsten deutschen Musiker, mit den meisten Nummer-Eins-Alben weltweit. Liegt das genau daran, dass Sie scheinbar die stärkste Community haben, die man sich vorstellen kann?

Sie erlauben, dass ich das ein bisschen abschwäche. Es mag vielleicht nach außen so wirken, als würden wir spielend mit den Dingen, die uns im Augenblick umgeben, fertig werden. Das ist nicht der Fall. Und ich





kriege die Sorgen und Ängste der Mitarbeiter mit. Ich kriege über die Kommunikation zu anderen Partnern und Mitarbeitern mit, wie die sich schwertun, die jetzige Zeit zu bewältigen. Und das einzige, was wir tun können, und deswegen läuft unser Laden auch ungebremst, ist die Produktionsmittel einzusetzen, wie zum Beispiel ein Tonstudio. Und dann haben wir gesagt: „Ok, Maffay, du hast ja irgendwo ein Faible für Radio. Warum versuchst du dich nicht irgendwann mal als Podcaster?“ Also haben wir ein kleines Radio-Format in Gang gesetzt und ein TV-Format dazu und haben eine Kette von Sendungen gestaltet, mit Leuten, die wir zu uns einladen. Artist-Radio, Artist-TV, so könnte man das bezeichnen. Und damit haben wir uns in den letzten paar Wochen emsig beschäftigt. Das war auch sehr zeitintensiv. Ich habe sowas noch nie gemacht. Und ich habe auch keine Ahnung, ob das irgendwie mehr oder mäßig funktionieren wird. Trotzdem ist es eine schöne Aufgabe gewesen. Nur sie ersetzt bei Weitem nicht, nicht finanziell, nicht unternehmerisch und schon gar nicht emotional, das was eigentlich mein Job ist. Nämlich im Studio Musik zu produzieren und damit irgendwann mal auf eine Bühne zu gehen. Es ist ein Ventil, eine Möglichkeit, Alternativen zu erzeugen. Wenn man es schaffen würde, und daran arbeiten manche und wir auch, aus der Summe aller Alternativen, wirtschaftliche Perspektiven zu entwickeln, dann würden wir über diese Zeit hinwegkommen. Aber das muss sich erst zeigen. Das Risiko, dass es nicht aufgehen wird, das ist jeden Tag da.

Sie stehen jetzt seit 50 Jahren auf der Bühne. Haben Sie sich selber so eine Art Deadline gesetzt für öffentliche Auftritte? Oder soll es bis zum letzten Atemzug gehen?

Es gibt ja diesen etwas zynischen Rock'n'Roll-Satz „Live Hard, Die Fast“. Also wenn Schluss ist, dann bitte mit einem Paukenschlag, wenn es nach Möglichkeit geht. Ich glaube diesen Wunsch, den haben viele. Sich langsam zu verkriechen, ist ja nicht die Absicht, mit der man vor etlichen Jahren angetreten ist.

Und insofern versucht man sich eine Verfassung zu bewahren, die einen solchen Paukenschlag möglich macht. Sie haben mein Alter erwähnt. Ich bin 71, auf das 72igste steuere ich zu. Ich bin anatomisch gesehen kein Jüngling mehr. Jetzt könnte irgendwo

verbleibenden 19 Konzerte unserer Tour spielen. Ich darf es nur nicht und die anderen meiner Kollegen ebenfalls nicht. Und deswegen wünsch ich mir, dass die Politik beispielsweise die Parameter, die sie für öffentliche Konzerte erzeugt hat, überdenkt, trotz der Coronazahlen, die wieder steigen. Und dass sich die Bundesregierung fragt, ob man mit einer höheren Kapazität nicht vielleicht doch spielen kann, ohne sich und andere zu gefährden. Denn wenn man den toten Punkt überwinden würde und mehr Karten verkaufen würde, das betrifft alle Veranstalter und alle Dienstleister, wenn man das erreichen würde, dann würde man in einen positiven wirtschaftlichen Bereich hineingeraten. Selbst wenn der nur marginal ist, wäre das schon ein guter Anfang. Dann würde sich diese Branche von selbst erholen. Und diese Chance müssen wir nur bekommen. Im Augenblick macht sich die Politik über dieses Limit keine Gedanken. Sie müssen sich nur mal vorstellen, die Waldbühne Berlin ist für 25.000 Menschen zugelassen, 4.500 Menschen waren da, aber alle waren total begeistert, genauso wie wir auch. Mit solch einer geringen Besucherzahl kann man eigentlich solch ein Konzert nicht spielen. Wenn man da zwei-, dreitausend Leute mehr reinließe, dann wäre der Abstand zwischen

»ES GIBT JA DIESEN ETWAS ZYNISCHEN ROCK'N'ROLL-SATZ „LIVE HARD, DIE FAST“. ALSO WENN SCHLUSS IST, DANN BITTE MIT EINEM PAUKENSCHLAG, WENN ES NACH MÖGLICHKEIT GEHT.«

Schluss sein. Vor ein paar Tagen habe ich in Berlin gespielt und ich hatte nicht das Gefühl, dass ich da nicht über die Runden komme. Ganz im Gegenteil. Aber auch diese Situationen sind endlich und werden nicht immer so bleiben, wie sie im Augenblick sind. Das ist völlig klar. Wenn die Anzeichen dafür sehr deutlich werden, dann muss ich, ob ich will oder nicht, einen Gang runterschalten. Und die Frage ist dann nur, ob der Gang, wenn man ihn runterschaltet, dann noch die eigenen Vorstellungen erfüllt. Und da wird man sich fragen: „War es das? Ja oder nein?“ Im Augenblick: nein. Im Augenblick würde ich liebend gerne rausgehen und die

den Leuten immer noch groß genug und das Hygieneprinzip könnte absolut gewahrt werden. Und dann würde man anfangen, ein solches Konzert auch bezahlen zu können und die Leute, die dafür arbeiten.

Was Sie neben Ihrer Studio- und Bühnenkarriere alles tun, hat ja schon ganze Bücher gefüllt. Eines davon hieß im Untertitel: „Bekenntnisse eines Getriebenen“. Verbinden Sie Positives mit diesem Begriff?

Ja absolut. Für mich ist Getriebensein nichts Negatives. Es kann dazu werden, wenn man sich dementsprechend verhält



und sein Umfeld malträtiert. Dann ist ein Getriebener etwas, das man sich nicht unbedingt wünscht. Aber getrieben zu sein von Unruhe, von Kreativität, es gibt wie ich finde eine positive Getriebenheit, die ist lebenserhaltend. Ich erlebe in meinem Umfeld immer wieder Menschen, die man als positiv Getriebene bezeichnen kann und die bis ins hohe Alter enorme Leistungen vollbringen. Und die sind für mich ein bisschen, wenn Sie so wollen, Vorbild.

Ihr neues Buch heißt „Hier und Jetzt“. Soll das auch für eine gewisse Unbeschwertheit werben?

Das Buch „Hier und Jetzt“ ist entstanden, als diese Unbeschwertheit noch da war. Die hat jetzt stark gelitten durch die Umstände, die wir alle beklagen. Und trotzdem ist es nicht nur, ich sag mal, ein inhaltlich romantischer Ausflug. Das ist schon Realität. Die Natur und die Hinwendung zur Natur kann gerade im jetzigen Stadium, unserer jetzigen Situation, vielen Menschen helfen, sich von dieser Umklammerung, vielleicht nicht zu befreien, aber diese Umklammerung besser zu ertragen. Ich bin heute Morgen um sieben in den Garten gegangen und habe Laub zusammengekehrt. Ich war vielleicht eine Stunde draußen und habe dies als eine wunderschöne Bewegung und als eine wohltuende Zeit empfunden. Das sind so ein paar Dinge, die man früher in dieser Form so nicht gemacht hat. Und das sind die kleinen positiven Komponenten dieser Zeit, dass man mit der Familie ein bisschen zusammen ist. Wobei sich auch da die Umstände verschärfen. Es ist angestrengter geworden, sie sprachen von Unbeschwertheit. Diese Unbeschwertheit wünschen wir uns alle ja wieder zurück. Dass man rausgehen kann und nicht nachdenken muss, wird man angesteckt, steckt man jemanden an, oder, oder, oder. Das Buch selber gibt da ein bisschen wieder, wie man diese Unbeschwertheit empfinden könnte, wenn diese Bedrohung, diese Pandemie, nicht da wäre.

Sie verbringen ja sehr viel Zeit mit Kindern und Jugendlichen, durch ihre Stiftung. Wie nehmen Sie die Kinder von heute war? Was ermutigt Sie und was besorgt Sie eher?

Bei den ganz Kleinen erlebt man diese Unbeschwertheit, von der wir gesprochen haben. Ganz einfach deshalb, weil die sich über die Zusammenhänge keine Gedanken machen. Sie erleben ihr Umfeld sozusagen problemfrei. Die Älteren, die schon eher in der Lage sind zu reflektieren, merken, dass Kreisläufe unterbrochen sind, zum Beispiel in der Bildung. Der Weg zur Schule und

der Aufenthalt sind nicht mehr so einfach wie vor Monaten und es verschärft sich im Augenblick. Das hat auch für diejenigen die heranwachsen und lernen, erkennbare negative Effekte und diese erkennen die Jugendlichen auch. Die Kinder und Jugendlichen, die zu uns kommen, sind darüber hinaus noch betroffen von körperlichen und seelischen Defiziten, von fehlenden Eltern teilen, Krankheiten oder Missbrauch. Also sie haben einen sehr schweren Rucksack zu schleppen, der schon da war und jetzt durch die Pandemie noch verstärkt wird. Das ist das, was ich wahrnehme. Und trotzdem gibt es viele die, was ich zutiefst bewundere, Lebensmut und Zuversicht zeigen. Und das ist eigentlich auch die richtige Haltung, die man sich wieder, wenn einem das selber ein bisschen abhandenkommt, zu Eigen machen muss.

Die jüngeren Generationen haben ein Recht darauf, dass wir, die Älteren, die Flinte nicht ins Korn werfen. Sondern dass wir aktiv an der Verbesserung der Perspektive und den Möglichkeiten, die auf uns zukommen, arbeiten. Das sind wir den jüngeren Generationen schuldig.

Sie waren in ihrem Leben ja immer für eine Kontroverse zu haben. In einer politisch immer korrekteren Welt könnte das eventuell bald tabu sein. Braucht die



Peter Maffays neues Album »Peter Maffay und...« enthält 17 Duette mit verschiedensten Größen der Musikbranche und erschien am 27.11.2020.

Welt wieder mehr „Rock“, wenn es um verschiedene Meinungen geht?

Ob das „Rock“ ist, weiß ich nicht. Auf jeden Fall braucht die Welt, oder wir Menschen brauchen Versöhnlichkeit. Also nicht Friede, Freude, Eierkuchen, das ist dummes Zeug. Aber wir brauchen eine Bereitschaft, aufeinander zuzugehen und zwar auf gleicher Augenhöhe. Wir brauchen Mut, denen entgegenzutreten, die gesunde Strukturen

»WENN MAN DAS TUT, DANN ENTSTEHT SO ETWAS WIE EINE GRUNDSÄTZLICH POSITIVE LEBENSATTITÜDE. AUS DIESER LEBENSATTITÜDE HERAUS, UND NUR AUS IHR, KANN ERFOLG ERWACHSEN.«

mit Füßen treten. Wir erleben, dass sich immer mehr Menschen radikalisieren und abwandern, dass die Mitte der Gesellschaft, die eigentlich unser Rückgrat ist, anfängt, ein bisschen zu zerbröseln. Dem muss man entgegenwirken. Aber das Ganze wird nur gehen, wenn man eine gewisse Form von minimalem Respekt aufbringt, wenn man aufeinander zugeht. Und dann, aus dieser Attitüde heraus, kann so etwas wie eine positive Haltung entstehen. Und die brauchen wir. Mit einer negativen Haltung werden wir keine tragfähigen Lösungen erzeugen können. Und eine positive Attitüde, die muss man sich erarbeiten. Das ist manchmal unbequem, aber anders geht es nicht, dazu muss man bereit sein. Also, wem alles zu viel ist, dem gelingt halt nichts. Das ist möglicherweise ein ziemlich platter Spruch, aber eine gewisse Weisheit birgt er trotzdem in sich. Man muss bereit sein über Hürden zu springen, dann kommt man auch irgendwo hin. Wenn man das nicht tut, bleibt man vor der Hürde stehen und das war es. Das kann ja nicht Zweck eines Lebens sein, dass man aufgibt. Deswegen sehe ich das im Grunde genommen so: Wenn man schon nicht das volle Glas sieht, dann wenigstens das halb volle Glas. Immer noch besser als das halbleere.

Wir wären ja nicht das ERFOLG Magazin, wenn wir nicht fragen würden, wie

Sie persönlich Erfolg definieren und bisher definiert haben. Denn das wäre die zweite Frage: Hat sich diese Definition in ihrem Leben auch mal verändert?

Es verändert sich im Leben Gott sei Dank vieles und dankenswerterweise bleibt auch vieles so, wie es war. Der Fingerabdruck wird sich nicht verändern. Das Hemd, das man trägt, kann modisch angepasst sein. Der Typ in dem Hemd, ist immer noch der gleiche. Die Persönlichkeit eines Menschen, glaube ich, verändert sich in den meisten Fällen nicht. Aber dass man hinzulernt, dass man sein Wissen erweitert, den Horizont versucht zu ergründen oder zumindest das, was dahintersteckt, das hat Udo schon gesungen. Das ist ein schönes Ziel, das man haben kann und haben sollte. Deswegen sind wir immer Reisende

und haben Begegnungen. Und jede Begegnung hinterlässt irgendetwas an Bodensatz, aus dem etwas Neues entstehen oder etwas ergänzt werden kann. Das muss man für sich als schöne Erfahrung definieren. Wenn man das tut, dann entsteht so etwas wie eine grundsätzlich positive Lebensattitüde. Aus dieser Lebensattitüde heraus, und nur aus ihr, kann Erfolg erwachsen. Weil man dann auch offen ist für Menschen, die einen umgeben. Wenn man die komplette Kraft, die daraus wächst, die Symbiosen, die machbar sind, sieht, kann Erfolg eintreten. Wir sind von unserem Naturell her nur in den seltensten Fällen in der Lage, Dinge grundsätzlich alleine zu erledigen und hinzukriegen. Das wird immer nur in einer Gemeinschaft gehen. Insofern muss man die Gemeinschaft akzeptieren, sie schätzen, muss die Spielregeln, die in einer Gemeinschaft existieren und die auf Koexistenz ausgerichtet sind, annehmen und nicht auf Egomane setzen. Wir leben in einer Gesellschaft, wir leben in einer Demokratie, in der das im Grunde genommen möglich ist. Und deswegen ist es ja auch so wahnsinnig wichtig, diese Qualität in unserer Gesellschaft zu erhalten und darum zu kämpfen. Das lohnt sich auf jeden Fall. Und all das, diese vielen kleinen Mosaiksteinchen, fügen dann ein Bild zusammen, welches Erfolg heißen kann.

LERNE ZUERST, DICH SELBST ZU BESIEGEN

Dejan Sekulic räumt mit hemmenden Gedankenmustern auf

Was du über dich selbst denkst, bestimmt, wer du bist, welche Chancen und Möglichkeiten du dir einräumst, welche Kämpfe du kämpfst oder lieber vermeidest. Dejan Sekulic musste diese Weisheit hart lernen, doch gerade dieser steinige Weg, dieses eigene Erleben, Erfahren und Verarbeiten formte ihn zu dem „Status quo-Crasher“, als der er heute Menschen den Weg weisen kann, über sich selbst hinauszuwachsen.

Als kleines Kind schielte Dejan Sekulic sehr stark. Noch dazu war er extrem schüchtern, was ihm in Kombination schnell den Stempel des zurückgebliebenen Dummerchens einbrachte. Einige Experten, die die Einschulungstests durchführten, bescheinigten ihm mangelnde Intelligenz und äußerten Zweifel, ob er die Schule durchstehen könnte. „Sonderbehandlung“ wurde den Eltern empfohlen. Natürlich übernimmt ein Sechsjähriger die Vorurteile seiner Umwelt, ohne sie zu hinterfragen. Dies hatte entsprechende Folgen für das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen, den Platz im sozialen Gefüge und die Schulleistungen. Von einem Lehrer wurde er regelmäßig vor der ganzen Klasse unter anderem als „dumm“ und zu „nichts zu gebrauchen“ bezeichnet. Es wurde als kleines Wunder angesehen, dass der Junge die Mittlere Reife schaffte. Das Geheimnis dahinter war einfach: In der Realschule fand er endlich einen Lehrer, der ihn seinem wirklichen Potenzial entsprechend „ganz normal“ behandelte.

„Als wir in der Schule dann Geschichte hatten, war ich von Christoph Columbus und Abraham Lincoln so begeistert, dass ich anfang, Biographien von großen Per-

»Habe keine Angst, du selbst zu sein. Habe höchstens Angst, der Masse zu folgen und eines Tages zu bereuen, niemals du selbst gewesen zu sein.«

sönlichkeiten zu lesen“, erinnert Sekulic sich daran, wie er sich nach und nach von den Fesseln der von klein auf eingetrichterten Grenzen befreite und sagt: „So bin ich dann zu meiner Leidenschaft, der Potenzialentfaltung, Selbstmotivation und Persönlichkeitsentwicklung gekommen. Seitdem habe ich etliche Bücher darüber gelesen, Seminare und Weiterbildungen besucht und die Selbstzweifel wurden kleiner und kleiner, dafür der Glaube an mich und meine Träume größer.“

Im Berufsleben angekommen, startete er endgültig durch: Einer Kellnerlehre folgte der Besuch der Hotelfachschule, wo er, als „nur“ Realschüler, in Hospitality Management erfolgreich den Abschluss machte. Ehrgeizig ging er seinen Weg und arbeitete sich zur Führungskraft hoch.

Beruflich lief es wunderbar, doch privat ereilte ihn 2006 ein Schicksalsschlag: Die zweite Schwangerschaft seiner Frau endete unglücklich und die junge Familie stürzte in eine tiefe Krise. Dejan Sekulic lernte daraus: „Nein, das Leben verläuft nicht immer nach unseren Vorstellungen und in einem Moment kann es dir alles nehmen, außer drei Dinge: Deine Bereitschaft



Bild: Kalja Hanold/Fotostudio fotogen, Deposiphotos/Checco, Cover: Selbstverlag.

»Der Mensch ist dazu geboren,
Großes zu leisten, wenn er
versteht, sich selbst zu besiegen.«

– Bruce Lee



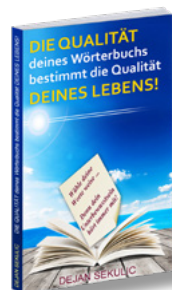
niemals aufzugeben und weiterzumachen, deine Träume und Ziele und dein Vertrauen ins Leben und an das Gute.“

Es gibt auch für eine Führungskraft keine Garantie auf faire Behandlung oder auch nur eine Verschnaufpause im Leben. Eine neue Chefin intrigierte so lange, bis sie ihm unter fadenscheinigen Gründen kündigen konnte, um stattdessen ihren Bekannten auf Sekulic's Posten zu setzen. Hier kam Dejan Sekulic die kontinuierliche Arbeit an seiner Persönlichkeit und seinem Potenzial zugute. „Groll gegen andere Menschen zu hegen, ist das Schädlichste, das wir uns antun können. Lerne zu verzeihen und sei dankbar für jede Erfahrung“, lernte er daraus. Im Laufe dieser Zeit klärte sich auch sein Bild davon, was er beruflich tatsächlich machen wollte und er schlug einen völlig neuen Weg ein. „Ich bin froh, dass ich die Entscheidung getroffen habe und den Mut hatte, ich selbst zu sein, statt der Masse zu folgen. Dass ich MEIN Leben lebe und nicht das, was andere für mich vorgesehen hatten, ist einer meiner größten Siege“, bekräftigt er.

Er wechselte in die Personalberatung und bildete sich in Human Resources, Erwachsenenbildung und Coaching weiter, um anderen den Weg zu zeigen, über sich selbst hinauszuwachsen. „Ich helfe Menschen, Hindernisse zu überwinden, ihr Potenzial zu entfalten sowie beruflich und privat mehr Erfolg, Glück und Lebensfreude in ihr Leben zu ziehen. Weg vom Status quo, hin zur Einzigartigkeit, denn jeder Mensch ist etwas Besonderes“, erklärt er seine Mission.

Wie sehr ihm das am Herzen liegt, zeigt sich auch darin, dass Dejan Sekulic inzwischen fünf Bücher über das Thema geschrieben hat, drei davon wurden Amazon-Bestseller. Daneben rief er vier Online-Trainingsprogramme ins Leben. Seine Gabe beschreibt er so: „Ich kann niemanden motivieren, sondern ihn höchstens dazu inspirieren, sich selbst zu

besiegen und sämtliche der eigenen Möglichkeiten zu entfalten.“ Man kann seine Zukunft nur dann nach seinen eigenen Vorstellungen gestalten, wenn man den Mut hat, seinen Träumen und Zielen nachzugehen, ganz egal, was Zweifler oder Zyniker sagen. Davon ist er überzeugt. Einer der entscheidenden ersten Schritte ist, sein



»DIE QUALITÄT deines
Wörterbuchs bestimmt
die Qualität DEINES LEBENS!«

von **Dejan Sekulic**

172 Seiten

Erschienen: Januar 2019

Selbstverlag

ISBN 1794037780

eigenes Mindset zu schulen und ständig weiterzuentwickeln. Genau das vermittelt er in seinem Kurs „Durchbruch! ...und Schluss mit Status quo! Entfalte dein volles Potenzial und verabschiede dich von der Masse.“

Seine Methode dafür ist das Neurolinguistische Programmieren, erweitert

durch Erfolgspsychologie, ein wenig Philosophie, je einen Schuss serbische und schweizer Mentalität und ein paar Weisheiten aus aller Welt. »Die Qualität deines Wörterbuchs bestimmt die Qualität deines Lebens. Wähle deine Worte weise, denn dein Unterbewusstsein hört immer mit«, ist eine dieser Weisheiten. Er erklärt: „Mit uns selbst führen wir die meisten Gespräche. Doch wie sieht diese Konversation genau aus? Häufig eher negativ. Genau das entscheidet eben über Erfolg oder Misserfolg, Glück oder Pech.“

Viel Aufmerksamkeit erntete er für sein Video- und Audio-Programm „4 Minuten Inspiration“, das er auf seiner Website www.dejan-sekulic.com zum kostenlosen Download bereitstellt. „Es ist dein mentales Training – Nahrung für deinen Geist und deine Seele. Dieses Video ist für alle Menschen, die mehr erreichen und einen direkten Einfluss auf ihr Denken sowie ihre Lebensqualität nehmen wollen“, gibt er mit auf den Weg.

„Es hört sich etwas abgespaced an, doch dass ich meine Gabe entdeckt habe, sie lebe und die Welt dadurch zu einem besseren Ort machen kann – dafür bin ich dem Leben unendlich dankbar“, meint er und nimmt mit Elan immer neue Projekte in Angriff, um Menschen zu inspirieren. Beispielsweise sind seine Programme zur Potenzialentfaltung und Persönlichkeitsentwicklung in deutscher, aber auch sehr bald in serbischer Sprache erhältlich. Vier Bücher sind es bereits in der Balkansprache erschienen und für 2021 werden weitere übersetzte Online-Trainingsprogramme folgen.

ADAM SANDLER

Wir blicken auf den vielseitigen
Karriereweg des berühmten
Komödien-Schauspielers

Zehn goldene Himbeeren, ausgezeichnet in allen zu vergebenen Kategorien, die bislang höchste Anzahl in der Geschichte des Negativpreises, diesen Rekord kann sich Adam Sandler für seinen 2012 erschienen Film „Jack und Jill“ auf die Fahne schreiben. Auch viele seiner früheren Filme wurden von Kritikern zerrissen und erhielten Auszeichnungen bei den Razzies. Trotz der negativen Kritiken spielten die Filme hohe Millionenbeträge ein und Adam Sandler konnte sich durch seinen Slapstick-Humor eine große Fangemeinde aufbauen.

Am 9. September 1966 im New Yorker Stadtteil Brooklyn geboren, wuchs Sandler

in Manchester New Hampshire auf. Hier schloss er 1988 die Manchester Central High School ab. 1991 schloss er sein Studium an der Tisch School of the Arts der New York University mit einem „Bachelor of Fine Arts“ ab. Schon während seiner Zeit an der High School spielte er in der Cosby Show mit und war außerdem

in der MTV-Spielshow Remote Control als Darsteller zu sehen.

Neben seinen ersten schauspielerischen Erfahrungen trat Sandler auch in Comedy-Clubs auf. Dort wurde

er von dem Comedian Dennis Miller entdeckt und dem Produzenten von Saturday Night Live empfohlen. 1990 wurde Sandler von der Show als Autor engagiert und ein Jahr später trat er auch in der Show selbst als Darsteller auf und sang ironische

selbstgeschriebene Lieder. Darunter auch „The Chanukah Song“, der 2009 von Neil Diamond auf dem Album „A Cherry Cherry Christmas“ gecovered wurde. 1996 verließ Sandler die Show, um sich voll und ganz seiner Schauspielkarriere zu widmen.

Den ersten Schritt auf dem Weg zum Filmstar machte Sandler mit der Hauptrolle in dem Film „Billy Madison – Ein Chaos zum Verlieben“. Hier spielte er einen erwachsenen Mann, der die erste bis zwölfte Klasse in der Schule wiederholen muss, um seinen Vater davon zu überzeugen, dass er dessen Hotelimperium übernehmen kann. Nach dem Film folgten weitere Hauptrollen in Komödien, wie „Happy Gilmore“ (1996) und „Eine Hochzeit zum Verlieben“ (1998). Seinen Starstatus erreichte Sandler mit dem 1998 erschienenen Film „Waterboy – Der

»DEN ERSTEN SCHRITT AUF DEM WEG ZUM FILMSTAR MACHTE SANDLER MIT DER HAUPTROLLE IN DEM FILM „BILLY MADISON – EIN CHAOS ZUM VERLIEBEN“.





Bilder: imago images/ZUMA-Wire

Adam Sandler (re.) arbeitet gerne und viel mit engen Freunden und Schauspielkollegen zusammen, so auch im ersten Teil der Filmreihe »Kindsöpfe«. Hier ist Adam Sandler (v. li. n. re) mit Chris Rock, Kevin James, Rob Schneider und David Spade zu sehen.

Typ mit dem Wasserschaden“. Obwohl Sandler mehrere goldene Himbeeren bekam, und Filmkritiker teils eher negative Kritiken schrieben, kamen die Filme bei Sandlers Fangemeinde und dem Publikum gut an. In den Jahren 2005 bis 2015 wurde Adam Sandler acht Mal mit dem People’s Choice Award „Bester männlicher Comedy-Star“ ausgezeichnet.

Obwohl Sandler vor allem für Rollen in Komödien bekannt ist, nahm er nach den ersten Erfolgen auch ernstere Rollen an. So spielte er zum Beispiel in den Filmen „Spanglish“ und „Punch-Drunk-Love“ mit, der von Kritikern hoch gelobt wurde. Für seine Rolle wurde Sandler auch für einen Golden Globe nominiert und gewann den Publikumspreis des Chlotrudis Awards.

Nach dem großen Erfolg in „Waterboy“, gründete Sandler seine eigene Produkti-

onsfirma, Happy Madison Productions, nach den beiden Filmen „Happy Gilmore“ und „Billy Madison – Ein Chaot zum Verlieben“, die sich primär auf Komödien fokussiert.

In den Filmen tauchen immer wieder Freunde und Weggefährten von Sandler

»2011 WURDE ADAM SANDLER IN DER KATEGORIE FILM MIT EINEM STERN AUF DEM WALK OF FAME IN HOLLYWOOD AUSGEZEICHNET.«

auf, so treten unter anderem Rob Schneider, Chris Rock, John Turturro und Nick

Swardson, ebenso wie seine Freunde Kevin James, Allen Covert, Peter Dinklage und Jonathan Loughran immer wieder in seinen Filmen als Schauspieler auf.

2011 wurde Adam Sandler in der Kategorie Film mit einem Stern auf dem Walk of Fame in Hollywood ausgezeichnet. Seit 2015 arbeitet Sandlers Produktionsfirma mit dem Streaminganbieter Netflix zusammen und produzierte für das Unternehmen bislang schon acht Filme.

Eher schweigsam verhält sich Adam Sandler, wenn es um sein Privatleben und seine Familie geht. Er gibt nur selten Interviews und schützt sein Privatleben weitestgehend vor der Öffentlichkeit. 1999 lernte Sandler am Set des Films „Big Daddy“, die Schauspielerin Jacqueline Titone kennen. Am 22. Juni 2003 heirateten die beiden und haben zusammen zwei Töchter.

markt **EINBLICKE**

GELDANLAGE UND LEBENSART

AUSGABE 1 - 2021



AKTIEN
FONDS · ETFS
ANLEIHEN
ZERTIFIKATE

WAS MACHE ICH MIT MEINEM

GELD 2021?

DE: 10,00 EUR
AT: 11,00 EUR
CH: 16,50 SFR



KONSOLENKRIEG

Microsoft vs. Sony

LACHSZUCHT

Geld anlegen mit Fisch

PORTWEIN

Der süße Digestif-Klassiker

Das Magazin für Geldanlage und Lebensart

Jetzt kostenloses Probemagazin anfordern:
www.markteinblicke.de/probemagazin



Börse +++ Sachwerte +++ Meine privaten Finanzen +++ Lebensart

Paris Hilton versteht es, sich zu inszenieren und ruht sich nicht nur auf dem Vermögen ihrer Familie aus, sondern konnte als Schauspielerin, Sängerin und Designerin zu einer Berühmtheit werden.



Bild: Depositphotos/lean_Nelson

Paris Hilton:

Die Stil-Ikone der Neuzeit

Michael Jagersbacher beleuchtet das Leben von **Paris Hilton**, die auf der ganzen Welt als Stil-Ikone gefeiert wird

Paris Whitney Hilton wurde am 17.2.1981 in New York City geboren. Was fällt Ihnen ein, wenn Sie diesen Namen hören? Was sind die Meilensteine dieser Person, was ihre Erfolge, für die sie berühmt ist? Es fällt Ihnen kaum etwas ein? Reicht es also aus, lediglich die Erbin eines Milliarden-Imperiums zu sein? Ich bin der Ansicht, dass das nicht stimmt und habe mich deshalb mit der Marke und dem Menschen Paris Hilton etwas genauer auseinandergesetzt.

Wer oder was ist Paris Hilton?

Eine Frage, die gar nicht so einfach zu beantworten ist. Doch schauen wir, wie sie sie selbst beantworten würde: „Ich bin eine Schauspielerin, Marke, eine Geschäftsfrau. Ich bin alles Mögliche!“ Eine etwas diffuse Antwort, doch vielleicht ist genau dies die Erfolgsstrategie von Frau Hilton. Doch sehen wir uns den Beginn ihres Wirkens an.

Paris Hilton ist die älteste Tochter von Richard Hilton und Kathy Richards-Hilton. Sie hat eine jüngere Schwester namens Nicholai „Nicky“ Hilton und zwei jüngere

Brüder, Barron und Conrad Hilton, die aber wesentlich seltener in den Schlagzeilen Aufmerksamkeit erregen als ihre beiden Schwestern. Mit 17 Jahren verließ Paris die Schule, um zu modeln. GQ und FHM sorgten für ihren ersten Durchbruch im Modelgeschäft, weil sie für deren Titelseite fotografiert wurde.

Die Hiltons im Fernsehen und im Kino

FOX startete im Jahr 2003 eine Real-Life-Doku mit den Hilton-Schwestern – „The Simple Life“, welche sie dabei filmte, wie sie mit dem ländlichen Leben zurechtkommen. Leider waren die Einschaltquoten eher mager, was sich schlagartig änderte, als ein Sextape von Paris auf den Markt kam. Plötzlich war Paris jedem ein Begriff und die Doku-Soap wurde ein voller Erfolg. Sie wurde nach fünf Staffeln abgesetzt.

Kleinere und etwas größere Rollen in Filmproduktionen („House of Wax“) folgten, doch der ganz große Durchbruch blieb ihr im Filmgeschäft verwehrt. 2008 gab es noch eine Doku-Soap, in welcher Paris eine beste Freundin suchte. Doch das war es mit der großen Film- und Fernsehkarriere. Neuen Gesprächsstoff liefert jedoch die neueste Doku über ihre Person im Jahr 2020, aber dazu später mehr.

»JEDE FRAU SOLLTE DREI TIERE BESITZEN: NERZ, JAGUAR UND EINEN TIGER IM BETT.«



»ES WÜRDEN DOCH KEIN MENSCH KAVIAR ESSEN, WENN ER BILLIG WÄRE.«

Konflikte mit dem Gesetz

Aufsehen erregten ihre Kollisionen mit der Polizei, da sie 2006 betrunken am Steuer ihres Autos erwischt wurde. Sie musste ihren Führerschein abgeben. 2007 wurde sie, noch immer ohne Führerschein, wieder beim Autofahren erwischt und verstieß somit gegen ihre Bewährungsauflagen. Das Gericht bestrafte sie mit einem Freiheitsentzug von 45 Tagen. Nach etlichen Interventionen von Paris selbst und ihrer Familie gab

es eine Milderung des Strafmaßes auf 23 Tage. Aus „medizinischen“ Gründen wurde sie dann nach nur drei Hafttagen entlassen und durfte ihre Strafe im Hausarrest verbüßen. Wegen Unstimmigkeiten im Ablauf musste sie dann noch eine Nacht ins Gefängnis, womit ihre Strafe vollends verbüßt war. 2010 wurden Drogen in ihrem Wagen gefunden und sie wurde wegen Drogenbesitz verhaftet. Am nächsten Morgen durfte sie ohne Kautions gehen.

Paris, die Geschäftsfrau

Mit ihrer Schwester gründete sie ein Modelabel in Japan, welches Taschen designte. Darüber hinaus „verkaufte“ sie ihren Namen an eine Clubkette, die damit warb. Leider zeigte sich Paris zu selten in diesen Clubs, weshalb sie wieder schließen mussten, so der Besitzer.

Darüber hinaus war sie kurze Zeit (2006) im Musikbusiness tätig, allerdings mit ä-

ßerst begrenzten Erfolgen. Einzig ihre Singleauskopplung: „Stars are blind“ verkaufte über 500.000 Einheiten. Doch weitere Hits stellten sich nicht ein. Der Rest ihres beruflichen Lebens besteht darin, von Party zu Party zu reisen und das Jetset-Leben zu genießen, somit ihrer Marke „Paris Hilton“ gerecht zu werden.

Insgesamt zeichnet sie sich verantwortlich für 17 verschiedene Produktlinien, ist eine gern gebuchte Werbeikone und verdient mit jedem ihrer DJ Gigs eine Million Dollar. Kurz zusammengefasst: Die Frau kann sich wirklich gut vermarkten.

Lockdown-Veränderungen

Aktuell hört man jedoch völlig neue Töne der Milliarden-Erbin. In ihrer neuesten Dokumentation: „Die wahre Geschichte von Paris Hilton“ versucht sie eine neue, komplexere und feinfühliger Seite von sich selbst zu zeigen. Ihr bisheriges Leben habe sie nur geschaukelnd, das dumme Blondinchen gemimt, in Wahrheit sei sie klug und gütig und möchte dies fortan unter Beweis stellen: „Das größte Missverständnis ist, dass die Leute von mir denken, dass ich dieses verdorbene Luder bin. Aber das bin ich nicht. Ich bin das totale Gegenteil.“

Der Lockdown habe ihr gezeigt, dass es auf andere Werte ankommt. Auch nach all den Jahren schafft es die zukünftige Milliarden-Erbin noch immer, Aufmerksamkeit auf sich zu ziehen. Derzeit (November 2020) haben bereits über 18 Millionen Menschen ihre Dokumentation auf YouTube verfolgt. Was immer man auch von diesen Ansagen und Aussagen halten möchte, wir können in jedem Fall gespannt sein, wie es im Hause Hilton weitergeht.

Der Glanz der Beschränktheit

Es ist nicht so entscheidend, wer Paris Hilton wirklich ist oder wie klug sie tatsächlich ist. Entscheidend ist für sie und ihr Imperi-

»DIE EINZIGE WICHTIGE REGEL IST: SEI NICHT LANGWEILIG UND ZIEH DICH HÜBSCH AN – EGAL, WOHIN DU GEHST. DAS LEBEN IST ZU KURZ, UM SICH ANZUPASSEN!«

um, für ihre Marke, in welche Schublade die Menschen sie stecken. Dementsprechend lieferte sie in der Vergangenheit genau das, was die Medien von ihr erwarteten, mit Aussagen wie folgenden: „Barbie war immer eine meiner Heldinnen. Sie mag zwar nichts tun, sieht dabei aber immer blendend aus“ oder mit solchen: „Meine Methode, das Interesse der Leute an mir wach zu halten, ist, immer zu lächeln und so wenig wie möglich zu sagen.“ Diese Zitate bedienen das Klischee des dummen, verzogenen und völlig oberflächlichen Görs par excellence. Paris liefert wie bestellt und dies bereits über Jahrzehnte. Insofern kann man durchaus zu dem Schluss kommen, dass sie sehr klug im Aufbau ihres Imperiums vorging.

»DIE LEUTE SOLLEN
RUHIG GLAUBEN,
DASS ICH DUMM BIN.
ICH LACHE DANN DEN
GANZEN WEG ZUR BANK
ÜBER SIE.«

Spannend wird es nun sein, wie die Leute reagieren, wenn sie ihr Image komplexer und tiefgründiger gestalten möchte. Wir können uns jedoch sicher sein, dass auch hier ein großer Plan im Hintergrund vorherrscht, sonst wäre es kein Hiltonscher Plan.



Michael Jagersbacher ist Kommunikationstrainer, Unternehmer und Buchautor. Auf seinem Blog www.michael-jagersbacher.at gibt er Tipps, wie man sympathischer wird und mehr Profil erhält.

Bild: Depositphotos/lean_nelson/Chinalimages, Karin Bergmann



DEN MENSCHEN ALS GANZES SEHEN

Wie **Sandra Perlbach** Menschen hilft, ihr volles, gesundheitliches Potenzial zu entfalten

Sandra Perlbach ist Personal Trainerin für Ernährung sowie körperliche & mentale Fitness. Sie ist im Einzelcoaching und für Unternehmen im betrieblichen Gesundheitsmanagement tätig. Zusätzlich engagiert sie sich als Achtsamkeitscoach für Antimobbingprojekte an Grundschulen in Zusammenarbeit mit dem Pohlribri Verlag im Land Brandenburg.

1987, als Energiebündel in Leipzig geboren, wuchs sie in einer liebevollen Umgebung einer Handwerker-Familie auf und bekam die Tugenden Fleiß und Ehrgeiz schon mit in die Wiege gelegt. Mit dem Heranwachsen wuchs auch die Energie immer weiter und so fand sie ein Ventil im Sport und Tanz. Dies veränderte ihr Leben und bildet die Basis für ihren heutigen Erfolg als Trainerin und Beraterin.

Nach dem Abitur studierte sie an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement und leitete schon im ersten Studienjahr Gruppenkurse im Fitnessstudio, der Grundstein für ihre heutige Trainer-Tätigkeit. In dieser Zeit stellten sich die Weichen für die Entscheidung als Personal Trainerin zu arbeiten. Immer wieder erlebte sie, dass die Ernährungs- und Trainingskonzepte nicht in die unterschiedlichen Alltags der Menschen passten und sich nicht dauerhaft integrieren ließen. Daraus entwickelte sie für sich die Idee, Menschen ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten und sie gesundheitlich in ihr volles Potenzial zu bringen. Um ihr ganzheitliches Coaching abzurunden, hat sie sich letztlich im Bereich Schlafstörungen und Erschöpfungssyndrome als Mentalcoach und Heilpraktikerin für Psychotherapie spezialisiert.

Gerade erst im März hat Sandra Perlbach ihr eigenes Coachingstudio eröffnet. Dann kam der Shutdown und damit auch die erzwungene Schließung ihres Studios. Mit dem sofortigen Umdenken und Setzen auf die ausschließlich digitale Karte in ihrem

**»DIR KANN ALLES GENOMMEN WERDEN –
JEDOCH DEIN WISSEN BEHÄLTST DU
FÜR DIE EWIGKEIT.«**

Unternehmen, machte sie aus der Not eine Tugend und hat das vermeintlich Unmögliche möglich gemacht. Im Eiltempo hat sie die Digitalisierung ihres Coachingstudios und ihrer -angebote vorangetrieben



und erreicht ihre Klienten nun mit all ihren Dienstleistungen über ihre eigene App. Damit konnte sie ihren Kundenstamm enorm vergrößern und schafft, trotz der Coronakrise, neue Stellen in ihrem Unternehmen.

Um ihre Klienten immer mit den neuesten Konzepten beraten zu können und auf dem aktuellen Stand zu sein, verlässt sich Sandra Perlbach nicht nur auf die Weiterbildung und Aneignung von theoretischem Fachwissen. Sie handelt frei nach ihrem Credo: „Dir kann alles genommen werden – jedoch dein Wissen behältst du für die Ewigkeit“. Im direkten Austausch, auf Netzwerkveranstaltungen und mit erfahrenen Praktikern, vertieft sie das erlangte Wissen. Genau dafür gründete sie mit einer jahrelangen Geschäftspartnerin das Vitalnetzwerk, eine Austauschplattform für Personal Trainer, Ernährungscoaches und viele mehr. Das

Netzwerken ist für Sandra Perlbach eine Herzensangelegenheit. Die nationale und internationale Vernetzung mit Unternehmen und deren Gründern stillen ihren Hunger nach Wissen.

Die ganz private Zeit zum Entspannen und Wohlfühlen ist jedoch nur ihrer Familie und sehr engen, langjährigen Freunden vorbehalten. Hier stehen tiefsinnige Gespräche über Werte des Lebens oder einfach Spaß an erster Stelle, weit ab vom bunten, hektischen Treiben der digitalen Medien.

Vom Auftaktcoaching für den Kick Off zur eigenen Veränderung, bis ganzheitliche Coachingpakete zum gewünschten Trainingsziel oder ein All Inclusive Coaching für wöchentliche Hand in Hand Zusammenarbeit über einen Zeitraum von 6 Monaten – für jeden Privat – und Firmenkunden stimmt Sandra Perlbach ihr ganzheitliches Konzept individuell und zielgerichtet auf die jeweilige Alltagssituation ab.

WORTE BRAUCHEN FREIHEIT



Erfolgsfaktor Schlaf

Dr. Martin Schlott zeigt, was wir von Champions in punkto Schlafen lernen können

Leistungsträger sehen Schlaf oft als Verschwendung von Zeit, in der man besser produktiv tätig sein könnte. Doch sind wir müde, dann sind wir unkonzentriert und gefährden unsere Gesundheit. Wer dagegen ausgeschlafen ist, der ist voller Energie, motiviert und leistungsfähig. Daher fördert guter Schlaf genau das, was uns erfolgreich macht.

Die Denkfabrik Rand Europe hat den volkswirtschaftlichen Schaden in Deutschland aufgrund von Krankheitstagen durch Übermüdung und deren Folgen auf etwa 40 Milliarden Euro pro Jahr beziffert. Laut DAK-Gesundheitsreport von 2017 schlafen ca. 80 Prozent der Erwerbstätigen in Deutschland schlecht ein, nicht durch oder wachen zu früh auf. Fast 50 Prozent fühlen sich bei der Arbeit müde.

Gute Schläfer verdienen mehr

Dabei ist die nächtliche Regeneration einer der Schlüssel zu mehr Energie, Motivation und Erfolg. In zahlreichen Einzel-Coachings konnte ich beobachten, dass gute Schläfer im Vergleich zu schlechten produktiver sind, bessere Jobs haben, mehr verdienen, ihre Träume eher verwirklichen. Nicht verwunderlich, denn jeder kennt das von sich selbst: Wer ungeschlafen ist, der ist leicht reizbar und braucht viel mehr an Willensstärke, um seine Projekte auf die Reihe zu bekommen. Ausgeschlafenen fallen die Dinge leichter, wir sind souveräner und produktiver.

Warum ist das so? Im Schlaf füllt der Körper seine Energiespeicher auf, dadurch werden Selbstbewusstsein und Konzentration gestärkt. Ein traumhafter Schlaf macht schöner und sorgt für positive Aus-

Jeffrey „Jeff“ Preston Bezos ist der Gründer des Onlinever- sandhändlers Amazon und wurde somit zur reichsten lebenden Einzelperson der Welt und ist ein bekanntes Beispiel für einen guten Schläfer.



strahlung. Daher wirkt ein Mensch mit genügend Schlaf vital, ihm wird mehr Vertrauen und Sympathie entgegengebracht, als wenn er müde aussehen würde und antriebslos wäre. Auch die emotionale Stabilität erhöht sich bei Nächten, die tatsächlich Körper, Geist und Seele regenerieren. Emotional Stabile arbeiten besser mit anderen zusammen – egal ob in Teams oder in Verhandlungen. Studien zufolge beurteilen Führungskräfte, die unausgeschlafen sind, die Leistungen ihrer Mitarbeiter ungerechter und reagieren unkalkulierbarer. Zudem verschlechtert sich auch der Schlaf ihrer Mitarbeiter, was sich negativ auf das gesamte Team auswirkt. Schlafen fungiert auch als körpereigene Apotheke. Beispielsweise erreicht das Wachstumshormon im Schlaf den höchsten Spiegel, was unter anderem die Immunabwehr erhöht, aber auch das Gedächtnis verbessert. Inhalte von Gesprächen werden präziser gespeichert, was die Qualität von sozialer Interaktion im Allgemeinen und Kommunikation im Besonderen erhöht. Wer besser interagiert und kommuniziert, der wird eher anerkannt und ihm wird zugehört. Wissen ist tatsächlich Macht! Darüber hinaus macht guter Schlaf kreativer und damit zukunftsfähig, denn innovative Lösungen sind heute wichtiger denn je. Zudem müssen wir schlafen,

Studien zufolge beurteilen Führungskräfte, die unausgeschlafen sind, die Leistungen ihrer Mitarbeiter ungerechter und reagieren unkalkulierbarer. Zudem verschlechtert sich auch der Schlaf ihrer Mitarbeiter, was sich negativ auf das gesamte Team auswirkt.

damit Gelerntes, Bewegungsabläufe etc. abgespeichert werden. Gut erforscht ist z. B. die Bedeutung von Schlaf für Spitzensportler. Cheri Mah konnte mit ihren Arbeiten an der Stanford University zeigen, dass ausgeschlafene Tennisspieler besser sprinten und genauer aufschlagen. Nach einer Analyse des US-Neurowissenschaftlers Matthew Walker erzielt ein Basketballer mit gutem Schlaf mehr 3-Punkte-Würfe. Offenbar erhöhen sich also Fokussierung, Koordination, Präzision und Handlungsschnelligkeit – mit Sicherheit Fähigkeiten, die außer im Sport auch in anderen Bereichen erfolgreicher machen.

Viele Top-Leute haben das erkannt und legen viel Wert auf gutes Schlafen. Etwa Amazon-Gründer Jeff Bezos, der jeden Tag sehr wichtige Entscheidungen treffen muss und daher darauf achtet, regelmäßig acht Stunden zu schlafen. Oder der ehemalige deutsche Tennisspieler Tommy Haas, der ebenfalls acht bis neun Stunden pro Nacht schläft. Da er sich viel im Tageslicht bewege, so Haas, bekomme sein Körper die Signale für die entsprechende Bett-schwere. Von diesen Champions beim eigenen Umgang mit dem Thema Schlaf zu lernen, kann für jeden zum Erfolgs-Booster werden.

Dr. Martin Schlott ist Schlafexperte sowie Chefarzt für Anästhesie und Intensivmedizin. Er weiß um die physiologischen und mentalen Prozesse, die Körper und Geist richtig regenerieren lassen. Er kombiniert sein Wissen aus Medizin und Psychologie mit seinen Erfahrung aus zahlreichen Coachings. Denn sein Ziel ist es, Menschen zu mehr nächtlicher Erholung zu verhelfen und sie so fit für den Tag zu machen.



Bild: Depositphotos/Wavebreakmedia, Nadine Stegemann

So schlafen Sie besser:

1.

Machen Sie Schlaf zu Ihrer Priorität!

2.

Seien Sie geduldig mit sich selbst. Es ist normal, dass man mal eine Nacht nicht gut schläft.

3.

Gehen Sie möglichst immer zur gleichen Zeit ins Bett. Der Körper liebt die Regelmäßigkeit.

4.

Gehen Sie bei Tageslicht raus. Licht steuert u. a. unsere innere Uhr und die Bildung von Serotonin, das die Vorstufe unseres Einschlafhormons Melatonin ist.

5.

Bewegen Sie sich! Es reicht ein Spaziergang von 30 bis 60 Minuten Dauer. Am besten am späten Nachmittag und im Wald, denn der hat beruhigende Effekte auf unser Nerven- und Kreislaufsystem.

6.

Vermeiden Sie die Nutzung von Medien wie Smartphone und Fernseher ab eine Stunde vor dem Schlafengehen.

7.

Verzichten Sie am Abend auf Koffein, Alkohol und Nikotin.

8.

Lesen, Meditation, autogenes Training oder Beten können die schlaffördernde Entspannung unterstützen.

9.

Sorgen Sie für Dunkelheit und Kühle (18–20°C) im Schlafzimmer.



**ERFOLG GIBT'S
NICHT UMSONST.
ABER ZUM HÖREN**

**Das komplette Magazin jetzt
als Audiobook downloaden!**



Bilder: Depositphotos/blackzheep



MARTIN SEMMELROGGE

im Interview über seine Schauspielkarriere und den Umgang mit Krisensituationen

Mit Bildern von Jennifer Motte

Du kommst ja aus einer Schauspielerefamilie. War es denn für dich schon von Kindheit an klar, dass du in die Schauspielerei gehst?

Eigentlich wollte ich gar nicht Schauspieler werden. Schicksal? Es waren Vorkommnisse auf dem Lebensweg und auf einmal geht einem ein Licht auf. Mein Vater und meine Mutter waren Schauspieler. Ich bin der Älteste von vier Geschwistern.

Ich bin nicht schüchtern, aber ein zurückgezogener Mensch. Als Kind war ich schüchtern. Nach 50 Jahren Schauspielerei bist du nicht mehr schüchtern, aber natürlich noch verletzlich. Es ist wie bei Corleone: Familie und Freunde zählen über alles. Wenige Freunde, aber die müssen stehen! Die Familie ist wichtig, als Mittelpunkt, auch wenn mal ein paar kleine Problemchen auftreten, aber die Familie muss im Grunde immer zusammenstehen. Loyalität ist uns schon sehr wichtig.

Was ist denn an deinem Beruf das Schönste? Was gefällt dir am besten?

Ich mache das ja für mich, ich habe Spaß dran. Erstmals müssen natürlich das Buch, die Geschichte und die Rolle gut sein. Im letzten Theaterstück hatte ich eine richtig

komplexe Figur zu spielen – ein Vorteil. Spannend herauszufinden, wie man in eine solche Rolle hineinschlüpfen und sie darstellen kann. In dem Stück spielte ich einen absoluten Egomane, einen selbstverliebten Narzissten, der aber auch sehr einsam ist und so am Boden, dass er von drei Psychotherapie-Sitzungen pro Woche auf vier Sit-

Um das beim Theater gut überzubringen und spannend zu machen, muss man immer wieder so wahrhaftig spielen, dass man am Partner Reaktionen hervorruft, [...]. Das ist die Herausforderung, an der ich immer noch Spaß habe. Das ist dann schon fast wie Sex.

zungen erhöht. Dann stirbt auch noch sein Psychoanalytiker an Darmkrebs. Nachher sagt sein Kumpel, ‚der ist nicht an Darmkrebs gestorben, sondern an Ermüdung‘.

Nur im Stück?

Gute Frage! (lacht) Das Leben ist für mich ja auch so eine Art Therapie. Jetzt in dieser verrückten Zeit merkst du, wie die Men-

schen reagieren. Köln ist ja im Gegensatz zu Berlin eine ganz lebensfrohe Stadt. Ich mag Berlin auch. Ich bin Teil meiner Familie, meiner Mischpoke, in Wilhelmsburg und habe dort auch lange gewohnt. Ich habe am Prenzlauer Berg gebaut. Wenn ich irgendwo bin, dann bin ich intensiv da. Das Schöne an dem Beruf: Du bist in einer fremden Welt, wie hier in Köln. Wenn man hier zwei Monate so intensiv ist, lernt man Köln ganz anders kennen.

Wenn du ein Theaterstück spielst, sind zwei Sachen wichtig: Dass das Stück und die Partner gut sind und dass du dann Erfolg hast. Das ist jeden Tag eine neue Herausforderung. Du spielst das gleiche Stück zum 61sten mal – und das ist eigentlich nicht so toll, das ist beim Film schöner, da musst du die Scheiße nur einmal spielen. Um das beim Theater gut überzubringen und spannend zu machen, muss man immer wieder so wahrhaftig spielen, dass man am Partner Reaktionen hervorruft, dass man ihn zum Weinen bringt, ihn wirklich rührt. Das ist die Herausforderung, an der ich immer noch Spaß habe. Das ist dann schon fast wie Sex.

Der Tag läuft darauf hinaus, dass du abends spielst, und du musst versuchen, immer

Re-Load Your Life

20 TOP SPEAKER / 4 KOMPETENZEN / DAS EVENT!

05.06.2021 UND 06.06.2021 / CROWNE PLAZA DÜSSELDORF - NEUSS / AFTER-SHOW-PARTY



DAVID KADEL
(MODERATOR)



DEBORAH
ROSENKRANZ



YVONNE
SCHÖNAU



OLIVER
GEISSELHART



JULIEN
BACKHAUS



ANDREAS
BUHR



ANDREAS TISSEN UND
NICK VUJICIC

SEI DABEI UND GENIESSIE ZWEI TAGE VOLLER HIGHLIGHTS

- WELTSTAR NICK VUJICIC
- 20 TOP SPEAKER
- MASTERCLASSES
- NETZWERK AREA
- SHOW-ENTERTAINMENT
- GEWINNSPIELE UND ÜBERRASCHUNGEN
- AFTER SHOW PARTY
- VIP DINNER



WWW.GENIUSFORUM.EU



GENIUS FORUM®
by Andreas Tissen



eine gute Stimmung mit reinzubringen, dass du im Gleichgewicht bist und auch völlig leer. Ich komme rein, dann begrüßen wir uns. Dann höre ich die Musik, so einen indischen Punjabi-Tanz, und fange an zu tanzen und dann läuft das Stück, dann bin ich auf Sendung. Marko Pustišek und ich waren so gut eingespielt, dass wir auch mal was Neues einfließen lassen konnten, ohne das groß vorher abzusprechen und es trotzdem lief, eine Komödie, die ein Wahnsinnstempo hat. Da musst du aber auch manchmal die Pause, die Reaktion abwarten. Wir tauschten auch die Rollen in diesem Stück.

Ihr habt in diesem Stück ja auch die Unterwäsche getauscht

Nicht wirklich, aber es sieht so aus. Dann spielt er mich. Er karikiert mich. Es geht in ‚Das Abschiedsdinner‘ ja darum, Leute zu verabschieden. Pierre ist ja mit mir, Antoine, befreundet, und Clotilde findet den entsetzlich. Dafür hab ich diese meckernde Lache entwickelt und Pierre lacht dann auch so. So lache ich normalerweise nicht. In der Figur ist zwar viel von mir drin, aber es ist schon Method Acting. Bevor ich das zum ersten Mal

gespielt habe, habe ich mir den ‚Joker‘ angeguckt. Der lacht ja auch so, wie ein Tourette-Syndrom. Das ist auch eine sehr schmerzvolle Lache. Ich lache und bin eigentlich schon auf dem Weg ins Weinen, aus dem Schmerz heraus, dass mein Analytiker tot ist.

Du hast ja schon alle Formate, die man sich vorstellen kann, gemacht. Nicht nur Film, Theater und Serie, sondern auch Synchronsprecher und Hörspiel. Gibt's da einen Favoriten für dich?

Ich habe ein Angebot bekommen, einen Podcast zu machen und hoffe, dass das klappt. Da geht es in sechs Folgen um unsere momentane Situation, dass wir uns verändern. Die Pandemie ist ja nur ein Symptom davon. Dass wir weiterhin von Atomkriegen bedroht sind, von Super-GAUs und Terroristen, von Asteroiden, die auf die Welt zurasen, Umwelt, in 10 Jahren haben wir kein Grundwasser mehr, diese ganzen Katastrophen, künstliche Intelligenz, dass sie in Polen schon die Corona-Zwangsimpfung einführen wollen. Ich bin kein Verschwörer, aber ich habe schon im Frühjahr von Bekannten ein Schreiben bekommen und es ist genau das ein-

getreten und zwar exakt! Dass der zweite Lockdown kommt. Und dann haben sie die Leute natürlich alle an den Eiern mit den Schulden. Dann entschulden sie die, sie bekommen so ein Grundeinkommen, müssen dafür aber im Grunde ihre Seele verkaufen. Das ist wie Mephisto. Das haben sie schon immer gemacht, schon damals mit der Rente. Das heißt, du verkaufst deine Seele, damit du einigermaßen überleben kannst. Darum geht es.

Was hat dir denn bisher am meisten Spaß gemacht?

Was mir am meisten Spaß macht? Ich komme vom Film und ich liebe Film. Der letzte Film, den ich geguckt habe, war ‚Enfant terrible‘, den Oskar Roehler gemacht hat, über Rainer Werner Fassbinder, gespielt von Oliver Masucci. Fassbinder, Oskar Roehler, Fritz Lang – es gibt schon ein paar richtig gute deutsche Regisseure. Ich liebe so einen gewissen Sarkasmus und schwarzen Humor. Ich liebe alle Filme – aber sie müssen gut sein. In Deutschland werden eben viele Komödien gemacht, sonst wird nichts gefördert, und die sind mir manchmal auch ein bisschen zu oberflächlich, zu albern.



Du hast mal mit Steven Spielberg zusammengearbeitet. Merkt man einen Unterschied zwischen einem US-amerikanischen Regisseur und einem deutschen?

Ich habe ‚Falk‘ gedreht, mit Fritz Karl. Heutzutage versuchen die Regisseure beim Fernsehen auch Kino zu machen. Mittlerweile bereitest du dich auf jede Rolle vor, ob das jetzt Kino ist, ist egal. Spielberg ist so ein Mann, der redet dir nicht rein. Der sagt nur: „Oh, your smile is worth two million Dollar.“ Dann weißt du, der liebt dein Lachen und dein Inneres, der hat erkannt, was dich ausmacht. Und dann spielst du das. Das macht jeder gute Regisseur. Die schlimmsten Regisseure sind die, die einem irgendwas vorspielen wollen oder selber schlechte, er-

folglose Schauspieler sind. Die erzählen dir ‚das könnte man jetzt so betonen‘, wollen es so haben und machen sich wichtig. Dann spielst du das so, dass auch jeder mitkriegt,

Das war letztes Mal ja schon die Anspannung, ob es überhaupt läuft mit dem Theater. Dann wurden wir ignoriert, keiner hat darüber geschrieben, weil wir nicht systemrelevant sind.

dass er der Regisseur ist. Oder du machst das 50 Mal. Normalerweise ist von den 50 Mal die erste Aufnahme immer richtig. Aber du

machst du noch eine und noch eine, weil, du bist ja Profi.

Ich liebe Filme, auch wenn ich tolles Theater liebe. Der Lars Eidinger, wenn der ‚Hamlet‘ spielt oder ‚Richard III‘ oder der Thomas Ostermeier – das ist ganz großes Kino. Ich habe einmal Samuel Beckett gespielt, den Sklaven, ich habe zweimal Shakespeare gespielt, einmal den ‚Jago‘.

Das war letztes Mal ja schon die Anspannung, ob es überhaupt läuft mit dem Theater. Dann wurden wir ignoriert, keiner hat darüber geschrieben, weil wir nicht systemrelevant sind. Dann kam mal eine Kritik, ich hatte eine Story im Express, dann Generalanzeiger. Wir haben einen Image-Film fürs Theater gemacht, weil das Marketing nicht so gut war. Regine hat Social Media gemacht, damit die Leute überhaupt wissen, dass das Theater stattfindet.

Jetzt ist die Luft raus.

Es ist ja auch so: Ich lebe auf Mallorca. Regine lebt zwar noch in Köln, besucht mich aber oft. Da ist mein Lebensmittelpunkt, meine Finca. Ich liebe Autos und Bikes, bin ein Lebenskünstler. Für mich ist Leben nicht nur Deutsch-

land, den ganzen Tag dahindarben. Ich bin seit 20 Jahren weg und mich hat es vorher schon immer über die Alpen gezogen. Ich bin hier auch nicht gemeldet und werde in meinem Leben nicht mehr den Teufel tun, mich hier anzumelden. Mein Leben besteht aus 100 Tagen Arbeit in Deutschland. Viel mehr Zeit will ich hier nicht verbringen. Dazu kommt noch die Vorbereitung, ich muss ja den Text lernen. Wenn ich 150 Tage arbeite, ist das schon viel. Ich will erstmal wieder nach Hause zu meinen Hunden und Katzen, mit Regine ans Meer gehen. Das Theater und mein Fitnessstudio sind zu. Ich will wieder nach Hause: Luft, Meer, da sein, wo ich hingehöre. Für mich wird es jetzt zu kalt hier.

Wie gehst du in deinem Leben mit Krisen um? Gehst du da eher offensiv oder zurückhalten dran? Denkst du viel nach?

In der Krise will ich sofort das Problem erkennen. Ich will es am Schopfe packen, es sofort lösen. Natürlich gibt es Sachen, die kann man nicht lösen. Dann sag ich, gib mir die Gelassenheit, man kann es nicht ändern. Ich lebe eh mit Heute. Ich habe keine Angst.

Ich versuche mich mit Wissen vollzustopfen, damit ich gebriert bin auf alle möglichen Situationen. Ich falle auch keiner Verschwörungstheorie anheim. Ich weiß aus der Geschichte, wie schnell es geht, hier wieder einen Überwachungsstaat zu machen. Den haben wir zum Teil schon, mit den Handys und China macht es uns vor. Grundrechte haben wir nicht mehr. Wir dürfen zwar noch einiges, aber wir dürfen nichts mehr sagen. Ich schon! Ich sag, ‚Ihr könnt mich mal am Arsch lecken, ich krieg ab nächstem Jahr Rente.‘ Ich muss keine Karriere mehr machen. Wenn ich jetzt das Maul aufmache, kann ich meine Meinung sagen, weil mich keiner kündigen kann. Schauspieler haben noch Narrenfreiheit. Die müssen ja Narren sein, aber wenn sie zu frech werden, kriegen sie auch Arbeitsverbot oder werden gemieden. Am besten hältst du die Klappe. Das mit der Demokratie wird uns vorgegaukelt. ‚Die Würde des Menschen ist unantastbar; die Freiheit, das Grundgesetz überwiegt alles. Es sei denn, du bist eine Gefahr für die Öffentlichkeit, dann hast du gelost. Dann wird sie dir genommen, aufgrund von Vermutungen.

Diese Angstkultur, besonders in Deutschland, das ist doch ein Problem, oder? Aber du bist auch schon immer eher angeekelt. Du hattest da nie ein Problem, aus der Masse rauszutanzten.

Auf jeden Fall. Diese Angstkultur wird doch gefördert. Lieber nichts machen, als einen Fehler machen. Auch das Denunziantentum wird gefördert. Da ist Belgien, Brüssel oder Holland viel entspannter. In Frankreich machen sie noch das Maul auf.

Ich sag es jetzt mal so: Die Maske ist wie ein Handschuh, die zieh ich an. Die schützt mich ja nicht nur vor Viren, sondern ich bin anonym, bis ich den Mund aufmache. Ich lege mich doch nicht wegen einer Maske mit einem Ordnungshüter auf einer Kund-

gebung an, werde des Platzes verwiesen und muss auch noch für dieses System zahlen – und zwar nicht zuwenig – und werde dann noch inhaftiert. Dann kann ich ja gar nichts bewegen, dann bin ich der Idiot. Nö, ich versuche das mit List zu durchschauen. Bewegen kann man nur etwas mit einer gewissen Haltung und damit, seine Meinung zu sagen. Aber die muss an der richtigen Stelle gesagt werden. Unsere Freiheit wird mit Füßen getreten und wir werden mit Verordnungen klein gemacht und unterdrückt.

Wenn sie dann einen Impfstoff haben, dann müssen sich alle impfen lassen. Wer das nicht macht, wird gedisst oder kriegt Reiseverbot. Wir wissen ja gar nichts über die Nebenwirkungen einer solchen Impfung. Ich weiß es auch nicht. Ich weiß, dass ich nichts weiß.

Dein neues Buch heißt ja „Mir selbst auf ewig ein Rätsel“. Was ist denn bei dir das größte Rätsel?

Ich wollte jetzt mit dem Buch mal eine Lesetour machen. In Mallorca und zum ‚Rock’n Read‘. Für mich war entscheidend, das Hörbuch zu machen.



Ich bin ein klein wenig antroposophisch angehaucht. Davon wollte ich in dem Buch auch ein bisschen drin haben. Ich wollte schon immer ein drittes Buch schreiben. Entscheidend war, dass ich in Sonja eine gute Co-Autorin hatte. Ich bin ja Schauspieler, kein Schriftsteller, erlebe aber viel. ‚Mir selbst auf ewig ein Rätsel‘ kommt aus dem Zusammenhang, dass ich alles Mögliche spielen kann. Ich kann Kobolde, Mörder, Egomane oder einen bösen Banker spielen, einen Schöppele, einen Lagerkommandanten – viele verschiedene

Sachen. Aber mich selber verkörpern ist schwer.

Du weißt also nicht so richtig, wer du eigentlich bist?

Nein, das müssen andere beurteilen. Ich kenn mich gut, ich weiß genau, wie ich mich strukturiere, damit mir das Leben

In der Krise will ich sofort das Problem erkennen. Ich will es am Schopfe packen, es sofort lösen. Natürlich gibt es Sachen, die kann man nicht lösen.

Spaß macht. Man könnte auch Enthusiasmus dazu sagen, auch ein bisschen Provokation, diese gewisse Leichtigkeit. Mein Vater hat mir mal gesagt: ‚Wenn du schreist, musst du immer gucken, dass noch Luft nach oben ist.‘ Wie gehe ich mit den Herausforderungen um? Die Stärken und Schwächen werden dadurch sichtbar. So ist das Buch, da werde ich sichtbar. Mit Ruhe und Gelassenheit kommst du weiter, das ist mein Motto. Ich weiß ja, dass ich meine Kraft noch brauche.

Wenn man in die Stadt geht, in ein paar Läden – das ist anstrengend, die vielen Menschen. Diese Energie gewisser Leute ist halt so. Da ist die Musik, der Krach und du musst ja abends noch spielen. Dann muss der Kopf ja wieder völlig frei sein und die Energie muss fließen.

Man sagt ja, dass man im Alter weise wird. Fühlst du dich heute im Denken sehr viel anders als vor 20, 30 Jahren?

Wie sagt man? Wenn der Esel übermütig wird, geht er aufs Glatteis. Ich glaube, das habe ich genug ausgetestet, dass du da auf den Arsch fällst. Ich will unabhängig sein. Meine Freiheit ist mir irrsinnig wichtig, schon immer. Aber die habe ich nur durch Disziplin. Weil, wenn ich kein Taschengeld habe, bin ich nicht mehr frei. Ich bin vom Herzen sowieso kein Geizhals, gucke aber immer, dass ich gut wirtschaftete. Ich möchte morgen auch noch meinen Tank vollmachen können, mal woanders hinfahren, vielleicht mal nach Andalusien oder zumindest auf Mallorca ein bisschen Bike fahren, einfach die Seele wieder auftanken, unabhängig sein. In Deutschland arbeite ich, aber auf Mallorca ist mein Zuhause, meine Freiheit, da lebe ich auf, da bin ich glücklich.

Cass R. Sunstein erklärt, warum Konformität in der Gesellschaft eine so wichtige Rolle spielt und deshalb so nützlich – oder auch sehr gefährlich – sein kann

DAS LEMMING PRINZIP



Buchauszug aus **Cass R. Sunsteins**
»Das Lemming Prinzip«
 200 Seiten
 Erschienen: November 2020
 FinanzBuch Verlag
 ISBN: 978-3-959-72326-8

Konformität ist so alt wie die Menschheit. Schon im Garten Eden folgte Adam dem Beispiel Evas. Dass sich die großen Weltreligionen verbreiten konnten, ist unter anderem eine Folge der Konformität. Dieses Thema gäbe noch viele Bücher her – besonders mit Blick auf Christentum, Islam und Judentum. Großherzigkeit und Güte, Sorge um Schwächere, Rücksichtnahme, Schutz des Privateigentums, Achtung vor der Menschenwürde – dem allen liegt Konformität zugrunde, die eine Art sozialen Klebstoff liefert.

Konformität macht aber auch Gräueltat möglich. Der Holocaust war vieles – und ganz gewiss ein Tribut an die gewaltige Macht der Konformität. Diese Macht offenbarte sich ebenfalls im Aufstieg des Kommunismus. Der Terrorismus unserer Zeit ist keinesfalls ein Produkt von Armut, psychischen Störungen oder mangelnder

Bildung. Er entstammt nicht zuletzt dem Druck, den manche Menschen auf andere ausüben. Und dieser Druck beruht voll und ganz auf Konformität. Wenn die Anhänger einer politischen Partei gemeinsam marschieren, Dogmen entwickeln, Begeisterungstürme entfachen und die Angehörigen einer anderen Partei verhöhnen, dann ist Konformität am Werk. In seiner schlimmsten und seiner besten Form speist sich auch der Nationalismus aus Konformität.

»Der Holocaust war vieles – und ganz gewiss ein Tribut an die gewaltige Macht der Konformität.«

Wie wir sehen werden, ist das Konzept der Konformität weit interessanter und komplexer, als es scheint. Zwei Grundgedanken decken es aber weitgehend ab. Erstens liefern die Handlungen und Äußerungen anderer Informationen darüber, was wahr und richtig ist. Huldigen Ihre Freunde und Nachbarn einem bestimmten Gott, haben Angst vor Einwanderern, verehren den derzeitigen Landesvater, halten den Klimawandel für Schwindel oder glauben,

»Der Terrorismus unserer Zeit ist keinesfalls ein Produkt von Armut, psychischen Störungen oder mangelnder Bildung. Er entstammt nicht zuletzt dem Druck, den manche Menschen auf andere ausüben. Und dieser Druck beruht voll und ganz auf Konformität.«

Kunstwerk an der Fassade der St. Vincent de Paul Kirche in Paris



Adam und Eva im Garten Eden.
Die Schlange verführt Eva dazu,
von einem Apfel des Baumes der
Weisheit zu kosten, was zur Ver-
bannung des Menschen aus dem
Garten Eden führt.

es sei gefährlich, genetisch veränderte Lebensmittel zu konsumieren, dann haben Sie einigen Grund, das alles zu glauben. Gut möglich, dass Sie die Überzeugungen anderer als Indizien dafür werten, was Sie für richtig halten sollten.

Zweitens verraten Ihnen die Handlungen und Äußerungen Ihrer Mitmenschen, was Sie tun und sagen sollten, wenn Sie bei diesen hochangesehen bleiben (oder werden) möchten. Selbst wenn Sie in Ihrem tiefsten Inneren anderer Meinung sind, halten Sie sich in Gesellschaft womöglich bedeckt oder stimmen in den vorherrschenden Tenor ein. Tun Sie das, könnten Sie feststellen, wie Sie sich innerlich verändern und bald ähnlich handeln oder sogar denken wie die anderen.

Das Thema Konformität ist nicht an einer bestimmten Zeit oder einem Ort festzumachen – und seine Erörterung hier ebenso wenig, wie ich hoffe. Wohlgermerkt lässt die moderne Technik – allen voran das Internet – viele seit Langem beobachtete Phänomene in einem neuen Licht erscheinen. Angenommen, Sie leben in einem kleinen, abgeschiedenen Dorf mit einem hohen Grad an Homogenität. In diesem Fall dürfte sich Ihr Wissen weitgehend auf das in diesem Dorf Bekannte beschränken. Durchaus möglich, dass Ihre Überzeugungen denen Ihrer Nachbarn gleichen. Sie selbst mögen vollkommen rational sein – was Sie glauben, ist jedoch möglicherweise alles andere als das. Wie der US-Verfassungsrichter Louis Brandeis feststellte: »Die Menschen hatten Angst vor Hexen und verbrannten Frauen.«

Sofern Sie nicht durch Ihre Vorstellungskraft und Ihre Erfahrungen in eine andere Richtung gelenkt werden, werden Sie handeln und denken wie Ihre Nachbarn. Manche Menschen sind von Haus aus Rebellen. Sie können den Wissensbestand der Gesellschaft erweitern. Ihnen erscheint Widerspruch ansprechender als Konformität. Sie wollen anders sein. Doch unsere Welt ist begrenzt, und damit auch unser Horizont. Entsprechend eingeschränkt sind unsere Erfahrungen und Vorstellungen.

Nehmen wir an, dass Sie – wo immer Sie leben – viel Zeit online verbringen. In gewisser Hinsicht steht Ihnen also die ganze Welt offen. Wenn Sie »Weltreligionen«

googeln, erfahren Sie in kürzester Zeit eine ganze Menge. Der Suchbegriff »Klimaschwindel« führt Sie zu unterschiedlichen Ansichten, und Sie können sich zumindest grob darüber informieren, was die Wissenschaft dazu zu sagen hat. Suchen Sie nach »Gesundheitsrisiken durch gentechnisch veränderte Lebensmittel«, stoßen Sie auf ganz verschiedene Studien und diverse Berichte, von denen manche viel Sachkenntnis voraussetzen. Welche Informationen wirklich belastbar sind, ist nicht immer auf Anhieb erkennbar. Da draußen kursieren zahllose Unwahrheiten. Der Knackpunkt ist aber: Wenn Sie zu Konformität neigen, dann müssen Sie ein bisschen Mühe investieren, um zu entscheiden, womit – oder mit wem – Sie konform gehen.

**»To live outside the law,
you must be honest.«
– Bob Dylan**

Das ist für die Menschheit in vieler Hinsicht ein gewaltiger Schritt nach vorn. Unser potenzieller Horizont ist weiter denn je, und er erweitert sich ständig. Gleichzeitig ist der Mensch aber offenbar im Stammesdenken verhaftet. Ganz gleich, wo wir leben – ob in einem kleinen Dorf oder in New York, Kopenhagen, Jerusalem, Paris, Rom, Peking oder Moskau –, wir entwickeln ein Zugehörigkeitsgefühl. Ist das erst passiert, richten wir uns mehr nach den Informationssignalen ganz bestimmter Personen als nach den Signalen anderer. Wir wünschen uns die Anerkennung der Menschen, die wir lieben, bewundern, sympathisch finden und denen wir vertrauen. Aus diesem Grund bleibt der Gruppenzwang bestehen, selbst wenn es da draußen viele verschiedene Stämme gibt, zwischen denen wir uns einigermaßen frei entscheiden können. (Eine neue Freundin antwortete mir einmal auf die Frage, weshalb wir einander so mochten, wie aus der Pistole geschossen: »Derselbe Stamm.«) Während ich an diesem Buch arbeite, erlebt die Welt anscheinend eine Wiedergeburt des Stammesdenkens. In den Vereinigten Staaten, Europa und Südamerika ordnen sich die Menschen

offenbar bestimmten Stämmen zu, die sich nach Politik, Religionszugehörigkeit, Rasse und ethnischer Herkunft definieren. Der Schein kann natürlich trügen, und um festzustellen, ob tatsächlich eine solche Renaissance im Gang ist, bedarf es einer sorgfältigen Analyse.

Eines steht aber außer Frage: Das Internet im Allgemeinen und die sozialen Medien im Besonderen eröffnen dem Gruppenzwang ganz neue Möglichkeiten. Das geht schon bei den Informationssignalen los: Auf Ihrer Facebook-Seite oder in ihrem Twitter-Feed erhalten Sie alle möglichen Informationen von Menschen, die Sie mögen oder denen Sie vertrauen – über einen Staatschef, die Kriminalität, Russland, das FBI, die Europäische Union, ein neues Produkt, Kindererziehung, eine neue politische Bewegung oder ein beliebiges anderes Thema.

Was Ihnen diese Menschen erzählen, könnte allein deshalb glaubwürdig sein, weil sie es sagen. Denken Sie in diesem Zusammenhang an Ihre Sorge um Ihre Reputation und Ihre gesellschaftliche Stellung: Vertritt Ihre Online-Community bestimmte Standpunkte, sind Sie vielleicht nicht geneigt, ihr zu widersprechen – beziehungsweise eher geneigt, ihr beizupflichten. Natürlich hängt das stark davon ab, wie eng Ihre Bindungen zu diesen Menschen sind (oder eben nicht). Vielleicht ist Ihnen ja auch ziemlich gleichgültig, was sie von Ihnen halten. Doch vielen Menschen ist das nicht egal – weshalb sie zu Konformität tendieren. Eine einfache Bewertung von Konformität wäre wenig zielführend. Auf der einen Seite ermöglicht sie die Zivilisation, auf der anderen aber Gräueltaten und die Vernichtung von Kreativität. Der Schwerpunkt meiner Betrachtung liegt auf der Dynamik der Konformität – darauf, was sie bewirkt und wie sie funktioniert. Ich hoffe, dass die Bewertung insgesamt nuanciert ausfällt. Wird die Erörterung dann besonders lebhaft, wenn es um Außenseiter und Rebellen geht, mögen Sie mir das bitte nachsehen. So viel Gutes Konformität bewirkt – sie kann auch das Wertvollste und Lebendigste in der menschlichen Seele abtöten. Bob Dylan hat das kryptisch (und meiner Ansicht nach sehr treffend) folgendermaßen formuliert: »To live outside the law, you must be honest.« (Um ohne Gesetz zu leben, muss man ehrlich sein).

Ambition

Wie große Karrieren gelingen

Oft berufen sich Topmanager auf die rechtliche Situation, nach der eine Entschuldigung ein Schuldeingeständnis sei, und ziehen daraus den Schluss, dass sie Entschuldigungen meiden sollten, um Schaden von sich selbst und dem Unternehmen abzuwenden. Im Sinne der Integrität der Persönlichkeit kann dieses Risiko jedoch kein Grund für eine fehlende Einsicht und Entschuldigung sein. Es mag ein Interessenkonflikt gegeben sein, als Coaches wissen wir jedoch, dass dieser häufig zu leichtfertig als Ausrede benutzt wird. Die langfristigen negativen Folgen für die Personen, die sich nicht entschuldigen, sind gravierend, zumal die einfache Flucht aus der konfliktbeladenen Situation das persönliche Lernen erschwert.

Erst dann, wenn ein Lernprozess vollzogen wurde, kann der gute Name wiederhergestellt werden. Stattdessen geben manche Topmanager Interviews oder schreiben Bücher, in denen sie ihre früheren Vorgesetzten und andere vermeintlich Schuldige beschimpfen. Sie sind voller Vorwürfe und Selbstgerechtigkeit. Sie fühlen sich gemobbt, ausgegrenzt, sind enttäuscht, wütend, rachsüchtig. Diese Gefühle sind alle verständlich, vielleicht auch sinnvoll und notwendig, nur in der Öffentlichkeit nicht. Sie ersetzen keinesfalls die Einsicht in die eigene Rolle in dem Desaster. Ebenso

wie die Entschuldigung ist auch die Einsicht unverzichtbar.

Der einstmalige US-Präsident Bill Clinton musste erkennen, wie verantwortungslos er in einigen Lebensbereichen gehandelt hatte. Ein Jahr lang machten er und seine Frau Hillary eine Paartherapie. So wurde Bill Clinton schmerzlich bewusst, dass er als Sohn alkoholsüchtiger Eltern und eines gewalttätigen Vaters von Kindheit an gelernt hatte, sowohl Verantwortung zu übernehmen als auch ein Doppelleben zu führen. Beides waren seine natürlichen, gelernten Verhaltensmuster. Nur deshalb hatte er vor sich, seiner Frau und der Öffentlichkeit verleugnen können, dass er in seinen Rollen als liebevoller Ehemann und Vater sowie als Präsident der USA ein Doppelleben geführt hatte.

Lernprozesse wie derjenige Bill Clintons sind langwierig und kraftraubend. Sie führen dazu, dass andere Menschen bereit sind, zu verzeihen und einen Neubeginn zuzulassen.

Manche Menschen führen jahrelange Prozesse, die ihnen endgültig recht geben und ihren guten Ruf wiederherstellen sollen. Das ist ein Irrweg. Er wäre nicht einmal dann gangbar, wenn tatsächlich keinerlei persönliches Fehlverhalten vorläge. Die öffentliche Aufmerksamkeit bliebe für immer auf »den Vorfall« fixiert. »Freisprüche« gewinnen niemals eine Medienresonanz, die sich mit derjenigen messen könnte, die eine Anklage mit sich bringt. Wenn Prozesse geführt werden müssen, dann verharrt

Dorothea Assig und **Dorothee Echter** darüber, wie wichtig das Eingeständnis und die Entschuldigung für den eigenen Lernprozess und das Leben mit anderen Menschen sind

Bill Clinton ist ein US-amerikanischer Politiker der demokratischen Partei. Von 1993–2001 war er der 42. Präsident der Vereinigten Staaten und ist ein gutes Beispiel für Lernen aus Fehlern.



Bill Clinton mit seiner Frau Hillary Clinton. Gemeinsam haben sie eine Paartherapie gemacht, um aus vergangenen Fehlern zu lernen.



»Die langfristigen negativen Folgen für die Personen, die sich nicht entschuldigen, sind gravierend, zumal die einfache Flucht aus der konfliktbeladenen Situation das persönliche Lernen erschwert.«

die öffentliche Aufmerksamkeit auf der Frage der Verantwortung für das Desaster, anstatt sich der Gestaltung eines Neubeginns zuzuwenden. In solchen Fällen ist es wichtig, sich vor der Gefahr von Verstrickungen zu schützen. Manche Menschen grübeln tage- oder nächtelang über der Frage, wie sie ihre Unschuld be-

weisen können, warum andere unrecht haben oder wie sich andere schuldig gemacht haben. Sie führen ständig den Prozess in ihrem Kopf. Auch das führt zu nichts. Im Gegenteil, es erschwert die Suche nach einer Lösung, einem Neubeginn, einem Stimmungsumschwung, der das Erfolgsgefühl zurückbringt.

Das bringt Sie jetzt weiter: Pflegen Sie Ihre Erfolgsgewissheit

Stellen Sie sich vor, dass in Ihrem Leben alles bestens läuft. Sie bauen auf Ihren Erfahrungen auf, werden geschätzt, Menschen folgen Ihnen. Sie gewinnen Ihre Kraft, Ihre Motivation und Ihren Platz in der Welt aus Ihrem Erfolg. Die Zukunft liegt verheißungsvoll vor Ihnen. Plötzlich kommt etwas dazwischen, Sie scheitern, machen Fehler, haben Pech, Ihnen wird übel mitgespielt oder alles zusammen.

Genau in diesen Momenten ist Ihre Erfolgserwartung gefragt, Ihre Erfolgsgewissheit, die Sie über Krisen hinwegträgt und Ihnen sagt:

- **Wunderbar, jetzt kann ich viel über mich lernen und werde dadurch noch erfolgreicher.**
- **Viele Menschen unterstützen mich, denen ich zu Dank verpflichtet bin und verbunden bleibe.**

Ihre Erfolgsgewissheit trägt Sie über Krisen hinweg und unterstützt Sie in guten und in schweren Zeiten. Erfolgsgewisse Menschen halten sich mit ihren Misserfolgen nicht lange auf und unterhalten andere nicht damit. Sie lassen sich nicht von Mutlosigkeit, Selbstanklagen und Selbstkritik überwältigen und suchen stattdessen unverzagt nach Lösungen. Sie fragen um Rat, bitten um Unterstützung und sind dankbar für Hilfestellungen. Sie erzählen von ihrem Glücklichein, ihrer Erfüllung in der Aufgabe, von ganz neuen Erfahrungen, Lernchancen und Wachstumsimpulsen. All das gibt es auch im Scheitern, im persönlichen Desaster. All das ist höchst spannend für andere. Andere Menschen können hier andocken und noch mehr Ideen und Unterstützung entwickeln. So entsteht das Phänomen des Menschen, die Glück im Unglück haben. Sie tragen das Erfolgsversprechen in sich.



Buchauszug aus „Ambition“
von **Dorothea Assig**
und **Dorothee Echter**
280 Seiten
Erschienen: August 2019
Campus Verlag
ISBN: 978-3-59351-007-1

RhetorikEcke



„Kommunikation mit Faszination!“ – mit diesem Motto richte ich mich an alle, die ihr kommunikatives Potenzial voll entfalten wollen. Mit der RhetorikEcke wurde ein Platz für diejenigen geschaffen, die sich allerlei Herausforderungen stellen und ihre kommunikativen Fähigkeiten täglich ausbauen möchten.

@rhetorikecke

Munich.Millionaire



Munich Millionaire ist eine Instagram-Seite, die täglich Motivations- und Mindsetsprüche, sowie Lebensweisheiten postet. Wir wollen unsere Community jeden Tag aufs Neue motivieren und Ihnen helfen, Ihr eigenes Mindset zu verbessern. Zusätzlich bewerben wir ausgewählte Produkte und Dienstleistungen unserer Community.

@munich.millionaire

Erfolgsleser



Leaders are Readers! Wusstest Du, dass sich erfolgreiche Menschen permanent weiterbilden? Auf unserem Instagram-Kanal stellen wir Dir jede Woche ein Buch vor, welches Dich persönlich weiterbringt. Auf erfolgsleser.de findest Du außerdem Gratis-Bücher und Termine für unseren kostenlosen Speed-Reading-Online-Workshop!

@erfolgsleser

Erfolgsmeister



Der Weg zum Erfolg ist nicht einfach! Deshalb habe ich es mir zur Aufgabe gemacht, Menschen auf ihrem Weg zu unterstützen. Bei mir findest du täglich Tipps, die dir dabei helfen, deine Ziele zu erreichen und an diesen festzuhalten. Überzeuge dich selbst davon und schau auf meiner Instagram Seite „Erfolgsmeister“ vorbei!

@erfolgsmeister

Das Gesetz der Anziehung



Nicht nur für unseren Erfolg sind wir selbst verantwortlich: Mit unserer inneren Einstellung erschaffen wir unsere äußere Welt. Das Gesetz der Anziehung unterstützt Dich dabei, Deine positive Einstellung zu behalten. Abonniere jetzt gratis Dein Motivations-Hintergrundbild der Woche für Dein Smartphone auf highenergymind.de.

@dasgesetzderanziehung

Jammer nicht, lebe!



Schon Einstein sagte, es gäbe viele Wege zum Glück und einer davon sei, aufzuhören zu jammern. Ich hab mir das nach einem Schicksalsschlag zum Lebensmotto gemacht. Mein Blog soll Dir eine Quelle der Inspiration und Motivation sein. Es lohnt sich, seinen Träumen zu folgen und nie aufzugeben. Ich gehe leben! Kommst Du mit?

@jammer_nicht_lebe

Finanzielle Zuflucht



Finanzielle Zuflucht bemüht sich darum, anderen Menschen in den Bereichen Finanzen, Persönlichkeitsentwicklung und Unternehmertum zu helfen. Bekannt sind wir vor allem auf Instagram. Dort veröffentlichen wir täglich hilfreiche Tipps, die Wissen vermitteln und zu innovativen Denkanstößen anregen sollen.

@finanzielle_zuflucht

BMotivation



Unser Motto „Spreading the good vibes“ richtet sich an Menschen, die einen Traum haben, jedoch noch nicht das richtige Mindset besitzen, um diesen zu verwirklichen. Wenn Du Dich für Persönlichkeitsentwicklung interessierst, dann schau gerne bei uns vorbei. Maciej und Benny

@bmotivation_de

myMTVTN



Unser Erfolgsrezept? DSG! Und nein, es handelt sich hierbei nicht um ein Getriebe, sondern um Disziplin, Spaß und Geduld! Wir bei myMTVTN haben gelernt, dass diese drei Faktoren unerlässlich für Deine Zielerreichung sind! Wann schaltest Du einen Gang höher und arbeitest endlich an Deinen Träumen?!

@mymtvtn

TOP EXPERTEN



Bild: Depositphotos.com/depositdhar

Stefan Haslehner
Dating & Beziehungen
Deutschland

Deniz Deke
Business Coaching
Deutschland

Dominik Reinhardt
Vertrieb, Akquise & Kommunikation
Deutschland

Bernd Reintgen
Finanzen & Investments
Deutschland

Florian Jersch
Versicherungen & SEO/SEA
Deutschland

Marco Aßmann
Immobilien & Investments
Deutschland

Daniel Gaiswinkler
Print-on-Demand
Deutschland

Sören Feith
Versicherungen & Finanzen
Deutschland

Serdar Karaca
Volumentrading & Finanzen
Deutschland

Daniel Igl
Marketing
Deutschland

Julian Meyer & Jannik Hinrichs
Online-Handel, Amazon FBA
Deutschland

Anna Zofia Kaltner
Copywriting & Online-Positionierung
Österreich

Thomas Wos
Digitalisierung & Marketing
Deutschland/Österreich/Schweiz

Bei der Benennung von „Top Experten“ handelt es sich um eine redaktionelle Entscheidung des ERFOLG Magazin. Die Redaktion sichtet regelmäßig Profile von Marktteilnehmern und prüft die Personen unter Zuhilfenahme öffentlich einsehbarer Informationen hinsichtlich fachlicher Qualifikation, Veröffentlichungen, Kundenbewertungen und Dauer der Tätigkeit. Nur natürliche Personen können als „Top Experten“ benannt werden.

Hierbei handelt es sich um die **neu aufgenommenen Top-Experten**. Die gesamte Liste finden Sie unter www.erfolg-magazin.de/top-experten/

BEST OF WEB

Alyssa Carson könnte eine der jüngsten Astronautinnen werden



Mit fünf Jahren besuchte Alyssa Carson ihr erstes Raumfahrtcamp. Mit sechzehn schloss sie das Advanced-Space-Academy-Programm ab und war damit die bislang jüngste Person, die das jährlich von Nasa und US Space & Rocket Center initiierte Programm abgeschlossen hat. Carson verfolgt ein langfristiges Ziel: zum Mars zu fliegen.

Schon seit sie drei Jahre alt ist, ist es ihr Traum zum Mars zu fliegen, inspiriert von der Serie „Die Hinterhofzwerge“ in der es um den Flug zum Mars ging. Heute ist die 19-Jährige die bislang einzige Person, die jedes Raumfahrtcamp der Nasa besucht hat. Am Florida Institut of Technology studiert sie Astrobiologie und will eine der ersten Personen sein, die einen Fuß auf den Mars setzen.

Alyssa Carson bereitet sich gemeinsam mit einer kleinen Gruppe junger Menschen darauf vor, an der nächsten Phase des

Den Rest des Artikels lesen Sie unter www.erfolg-magazin.de

Weisheiten des Verhandeln in Sun Tzu's Kunst des Krieges

Der chinesische Name 孙子 wurde mit „Sunzi“ oder „Sun Tzu“ transkribiert. Jeder erfolgreiche Mensch hat seine eigene Erfolgsstrategie. In seinem Buch „Die Kunst des Krieges“ geht Sunzi der Frage nach, wie man gewinnt. Die Philosophie von Sunzis gilt nicht nur in der Kriegsführung, auch im Geschäftsleben, aber auch in der Politik und im Leben generell.

Die chinesische Regierung bedient sich sehr geschickt Sunzis „Kunst des Krieges“ Im Handelskrieg gegen die USA.

Der vorliegende Artikel gibt Auskunft über Sunzi und sein Werk „Die Kunst des Krieges“, den Grund seiner Bedeutung und welche...

Den Rest des Artikels lesen Sie unter www.erfolg-magazin.de



Bild: imago images/Aton_Chile, Depositphotos/photography33/lean_Nelson/ChinaImages

Beliebte Artikel auf www.erfolg-magazin.de

Vermögen: Bill Gates wird von Tesla-Chef Elon Musk überholt

Das Vermögen des Tesla-Chefs, Elon Musk, stieg seit Anfang des Jahres laut des "Bloomberg Billionaires Index" um 100,3 Milliarden Dollar. Die Zunahme der Tesla-Aktie um 6,5 % und der Börsenwert des Konzerns von über 500 Milliarden Dollar sind der Grund dafür, dass Musk den Mitbegründer von Microsoft, Bill Gates, überholt hat und somit der zweitreichste Mensch der Welt ist. Sein Vermögen stieg innerhalb eines Tages um 7,2 Milliarden Dollar auf 127,9 Milliarden Dollar.

Laut des "Bloomberg Billionaires Index" hat Gates ein Privatvermögen von 127,7 Milliarden Dollar. Dies fällt allerdings nur so gering aus, da ein Großteil seines Vermögens regelmäßig in karitative Zwecke fließt. Der Unternehmer spendet jährlich Milliarden von Dollar. (Durch die "Bill&Melinda Gates Foundation".)

Ungestört an erster Stelle des Milliardärs-Rankings steht...

Den Rest des Artikel finden Sie auf www.erfolg-magazin.de



Mut zu finanzieller Unabhängigkeit

Nur ein Drittel aller deutschen Frauen fühlt sich in finanziellen Angelegenheiten kompetent. 75 Prozent der verheirateten Frauen zwischen 30 und 50 Jahren droht später die Altersarmut. Und 44 Prozent der Frauen haben nach eigenen Angaben keine Ersparnisse. Nur drei Tatsachen, die das finanzielle Dilemma vieler Frauen aufzeigen. Die Autorin Anouk Ellen Susan will das Problem angehen – mit dem Buch „From Blondy to Billionaire“. „Ich möchte Frauen dazu ermutigen, sich mit ihren Finanzen zu beschäftigen, um finanziell eigenverantwortlich und unabhängig durchs Leben gehen zu können“, erklärt die Autorin.

Nur jedes dritte Unternehmen wird von einer Frau geführt. Nicht mehr als jede siebte Neugründung geht auf weibliche Initiative zurück. Und der Gender Pay Gap liegt laut Statistischem Bundesamt bei satten 20 Prozent. „Erschreckende Fakten, die zeigen, wie relevant...“

Den Rest des Artikels lesen Sie unter www.erfolg-magazin.de

JULIEN
BACKHAUS

EGO

GEWINNER SIND
GUTE EGOISTEN

FBV



Jetzt im Handel!