

MAGIC VICTORIA

WAS,
wenn
ALLES
MÖGLICH
WÄRE
?


WIE MAGIE
DEIN LEBEN BEREICHERN KANN



teNeues



Was, wenn alles möglich wäre?



*Wie ein bisschen Magie
Dein Leben bereichern kann*

Magic Victoria

Die Magierin Magic Victoria hat ein Zauberbuch fürs Leben geschrieben. Darin verrät sie keine Bühnentricks, sondern zeigt, wie jeder mit dem richtigen „Zauberkasten“ sein Leben ein bisschen näher an die Erfüllung seiner Träume bringen kann.

Wie oft lassen wir uns von Ideen und Träumen abbringen, weil sie ohnehin „unmöglich“ umzusetzen sind. Aber sind sie das wirklich? Oder haben wir nur nicht genug Mut, sie wirklich anzugehen, weil wir nicht an uns glauben? Vielleicht sind wir aber auch von einer Realität überzeugt, die gar nicht real ist? Und was ist eigentlich Realität? Welche Macht steckt in unseren Gedanken? Wie magisch kann Wissen sein, welche Magie hat Geld und warum müssen wir t sein, um Magie möglich zu machen?

Wenn man als Magierin sein Publikum verzaubern möchte, dann MUSS man das Unmögliche für möglich halten. Denn Gegenstände können nun mal nicht fliegen, Gedanken kann man nicht lesen und ein Strauß Blumen erscheint nicht aus dem Nichts! Oder eben doch? Jennifer Schmidt-Rüdt, alias Magic Victoria, verrät in diesem Buch zwar nicht, wie man das Kaninchen aus dem Hut zaubert, durchaus aber, wie man die Magie im eigenen Leben erkennen und so, privat und beruflich, Dinge erreichen kann, die man nie für möglich gehalten hätte.

Wie auch „Magic Victoria“ selbst es nicht für möglich gehalten hätte, tatsächlich einmal als Magierin zu arbeiten und davon zu leben. So erzählt sie auch, wie sie selbst mit viel „Hokus Fokus“, Disziplin und dem festen Glauben an ihre Ziele ihren Traum verwirklicht und so ihr eigenes Leben verzaubert hat. Ihr Appell an ihre Leser: Geben Sie dem Zauber in Ihrem Leben eine Chance!

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Ron G. Holland

(Autor von „The Millionaire Within“ und „Turbo Success“)

Einleitung

Backstage – Wie die Magie in mein Leben kam

TEIL I - VORBEREITUNGEN



Kapitel Eins - Die Magie des Anfangens

Kapitel Zwei - Wie real ist die Realität?

Kapitel Drei - Die Magie der Wahrnehmung

Kapitel Vier - Hokus Fokus

Kapitel Fünf - Die Magie der Gedanken

Kapitel Sechs - Schlechte Tage und die Macht dunkler Gedanken

Kapitel Sieben – Entzauberung - 1, 2, 3... alles vorbei

Kapitel Acht - Das Spiel mit der Angst

TEIL II: SHOWTIME



Kapitel Neun - Ihr Zauberbuch

Kapitel Zehn - An welche Karte haben Sie gedacht?

Kapitel Elf - Wissen ist Magie

Kapitel Zwölf - Hypnose – Tor zu unendlichen Möglichkeiten

Kapitel Dreizehn - Übung macht den Magier

Kapitel Vierzehn - Ihre Zeit läuft

Kapitel Fünfzehn - Magische Fragen

Kapitel Sechzehn - Puffer für das Unerwartete

Kapitel Siebzehn - Die Macht Ihrer Umgebung

Kapitel Achtzehn - Liebesmagie

Kapitel Neunzehn - Soundeffekte

Kapitel Zwanzig - Erotische Geheimnisse

Kapitel Einundzwanzig - Jede Bewegung zählt

Kapitel Zweiundzwanzig - Stressmanagement

Kapitel Dreiundzwanzig - Geldmagie Kapitel 24 - Verschwinden Sie

Offenes Ende - Ein ganz persönliches Schlusswort

Zugabe

Die charmante junge Magierin, die sich MAGIC VICTORIA nennt - eine der wenigen Magierinnen/Zauberinnen unter vielen männlichen Kollegen - zaubert seit ihrem vierten Lebensjahr. Bevor sie allerdings den Mut hatte, wirklich ihren Lebensunterhalt auf der Bühne zu verdienen, studierte sie erst einmal ganz ordentlich BWL und schon ein wenig „unordentlicher“ Film. Doch die Beschäftigung mit der Welt der Zauberei hat sie nie losgelassen. Und irgendwann wurde ihr klar. „So, wie ich mich mir bei je- dem Zaubereffekt vorstellen muss, das Unmögliche möglich zu machen, so muss ich wohl auch den Mut haben, in meinem Leben das Unmögliche, das „Davon-kann-man-nicht-leben“, das „Das-schaffst-Du-nicht“ ins Mögliche zu verwandeln. Sie hat es geschafft und sich dabei viele Gedanken darüber gemacht, wie es anderen auch gelingen könnte. Daher gibt sie neben ihren internationalen Auftritten als Magierin auch Workshops und hält Vorträge zum Thema „Ideen sind die Magie hinter jedem Erfolg“.

Leseprobe „Was, wenn alles möglich wäre?“

Wo wären Sie genau jetzt, wenn alles möglich wäre? Wenn Sie gesundheitlich top t wären? Wenn Sie an jedem Ort sein könnten, an dem Sie sein möchten? Wenn Sie den Job hätten, den Sie immer haben wollten? Wenn Sie mit dem Menschen zusammen sein könnten, mit dem Sie immer zusammen sein wollten, das Abenteuer erleben könnten, das seit Jahren auf Ihrer Wunschliste steht?

Und die alles entscheidende Frage: Warum sind Sie noch nicht dort oder warum haben Sie das noch nicht erreicht? Wenn ich in meiner Zaubershow diese Frage stelle, erhalte ich sofort eine lange Liste an Ausreden und Ausflüchten von meinen Zuschauern. Glauben Sie mir, hier werden die Leute wirklich kreativ – dabei wäre diese Kreativität an anderer Stelle doch weitaus besser aufgehoben. Denn was die meisten dabei vergessen: Es kostet sehr viel Energie, all diese Ausreden zu sammeln und aufrechtzuerhalten. Manchmal ist genauso anstrengend erfolgreich zu sein, wie es anstrengend ist, erfolglos zu sein. Es liegt in Ihrer Hand.

Es ist wirklich alles möglich. Das hat mich die Magie gelehrt und das möchte ich gerne an Sie weitergeben. Die wenigen Ausnahmen, zu denen wir in diesem Buch auch noch kommen werden, sind nicht das, was die meisten Menschen davon abhält, ihre Träume zu erfüllen. Meist hält sie nur eine Entscheidung, eine bestimmte oder unbestimmte Angst oder die Zeit, die angeblich noch nicht ganz reif dafür ist, vom gewünschten Zustand ab. Wir werden das alles genauer betrachten. Vielleicht fangen Sie auch gerade erst damit an, sich Gedanken zu machen, wie Ihr magisches Leben aussehen könnte? Das ist auch in Ordnung. Es ist nicht nötig, sich unter Druck zu setzen. Auch wenn Sie feststellen, wie riesig die Kluft zwischen Ihrem Ist-Zustand und Ihrem Traumleben ist, es muss nicht alles auf einmal passieren, nicht der ganze Weg auf einmal gegangen werden.

Wenn Sie sich ins Auto setzen, um von Hamburg nach Freiburg zu fahren, können Sie bei Nacht auch immer nur so weit sehen, wie Ihre Autoscheinwerfer gerade leuchten. Und wenn Sie ein Kurvenlicht haben, können Sie zwar sogar die kurvigen Abschnitte super erkennen – aber so oder so werden Sie am Ende in Freiburg ankommen. Etappe für Etappe, ohne den gesamten Weg auf einmal zu sehen. Das einzig Entscheidende ist: Sie kommen an Ihrem Ziel immer nur deswegen an, weil Sie selbst beschlossen haben loszufahren. Die Magie liegt im Anfang.

Ich werde Ihnen keine Gebrauchsanweisung für Ihr Leben geben und erst recht keine Zauberformeln. Was ich möchte, ist, Ihren Kopf und Ihr Herz frei zu machen für magische Möglichkeiten. Ich werde Ihnen auch ein paar Übungen mitgeben. Das sind allerdings keine Hausaufgaben, die dann irgendwer, und schon gar nicht ich, benotet. Es gibt keine falschen oder richtigen Lösungen. Alles liegt ganz bei Ihnen. Alles, was Sie tun, auch das, was Sie nicht tun, hat eine Auswirkung auf Ihr Leben. Wenn es mir gelingt, sie auf ein paar – und seien es nur ein oder zwei – neue Gedanken zu bringen, dann ist der Zauber gelungen.

Kapitel Eins

Backstage – Wie die Magie in mein Leben kam

Magie hat mein Leben so stark geprägt, wie nichts anderes. Zum ersten Mal kam ich mit ihr in Berührung, als ich gerade erst vier Jahre alt war. Es war ein schöner, warmer Sommernachmittag im Haus meiner Oma väterlicherseits. Wir saßen alle draußen auf der Terrasse bei Kaffee und Kuchen. Onkel Piefel, wie ich ihn immer nannte, war auch da. Er war ein guter Freund meines Vaters und mochte mich sehr, vielleicht weil ich so aufgeweckt und neugierig war. Also zeigte er mir, wie er seinen Daumen wegzaubern konnte. Ich war völlig gebannt. Dann zauberte er auch noch Marmelade auf einen Teller, die im nächsten Moment wieder verschwand. Ich war sprachlos. Aber ich hatte noch keine Ahnung, dass dieser Mann

an diesem Tag mein Schicksal besiegelt hatte. Denn von diesem Moment an gab es kein Halten mehr für mich. Ich wollte alles über Magie lernen und andere Kinder damit genauso faszinieren, wie Onkel Piefel mich fasziniert hatte. Mein großes Glück war, dass er mir an jenem Nachmittag verriet, wie er seinen Daumen weggezaubert hatte. Ich probierte es also sofort aus und nervte damit für den Rest des Tages meine Eltern. Auch sie ahnten zu diesem Zeitpunkt noch nicht, wo das eines Tages alles hinführen würde. Sie amüsierten sich nur und dachten, ich hätte mal wieder einen neuen Spleen. Für mich aber sah die ganze Welt auf einmal anders aus – ich war auf einer Mission und verfolgte diese gleich am nächsten Tag im Kindergarten. Alle meine Freunde dort wurden Zeugen des magischen Moments, in dem mein kleiner Daumen verschwand (mehr Magie hätten meine kleinen Hände zu diesem Zeitpunkt auch noch nicht hergegeben). Mein Geheimnis habe ich damals nicht preisgegeben und bis zum heutigen Tag hüte ich alle meine magischen Geheimnisse – oft zum Ärger meiner Freunde. Doch davon lebt schließlich unsere Kunst der Magie.

Der Zauberkasten

Meine Eltern haben in den nächsten Jahren meine magische Neigung weiter beobachtet und mir dann zu meinem siebten Geburtstag einen Zauberkasten geschenkt. Bestimmt dachten sie, das hieße ja noch gar nichts, denn jedes Kind, Sie vielleicht auch, hat irgendwann einmal einen Zauberkasten bekommen, der dann seinen Weg in eine dunkle Ecke auf dem Dachboden fand und dort seit Ewigkeiten ein einsames Dasein führt. Bei mir jedoch war es anders. Ganz anders. Ich habe die Verpackung aufgerissen und mich damit in eine Ecke zurückgezogen. Oje, die Anleitungen waren ganz schön kompliziert: das Tuch in die eine Hand, das Ei in die andere, dann noch den Zauberstab dazwischen, eine magische Geste, ein Zauberspruch. Hm, auf Anhieb hat das mal nicht so geklappt wie gedacht. Ich fand ziemlich schnell heraus, dass man für diese Kunst viel üben muss und viel Disziplin braucht. Aber ich hatte ja meine Mission und konnte es

kaum erwarten, den anderen Kindern, inzwischen in der ersten Klasse, zu zeigen, was ich so draufhatte! Also blieb ich am Ball. Ich probierte jeden einzelnen Trick in dem Kasten aus. Ich glaube, meinen Eltern gefiel das vor allem deshalb so gut, weil ich dadurch immer beschäftigt und somit sehr ruhig war.

Was mir damals, mit sieben Jahren, noch nicht bewusst war: Meine Mutter war schon zu diesem Zeitpunkt schwer krank. Ich konnte das nicht greifen, doch irgendwie spürte ich, dass etwas nicht stimmte. Ich fühlte mich machtlos und begann, mir mit der Zauberei eine Art heile Welt zu schaffen, in der alles in Ordnung war. Immer, wenn es um mich herum zu Hause schlimm wurde, bin ich in meine Welt verschwunden. Letzten Endes hat mich das gerettet, es hat mir Hoffnung gegeben, auch wenn ich nicht genau verstehen konnte, was um mich herum passierte.

Kapitel Drei

Die Magie der Wahrnehmung

Vieles, um nicht zu sagen fast alles in der Zauberei hat mit der Wahrnehmung der Zuschauer zu tun. Die Aufmerksamkeit wird abgelenkt, umgelenkt und manchmal sogar bewusst überfordert, sodass eine Illusion erschaffen werden kann. Wir als Zauberkünstler kontrollieren also die Aufmerksamkeit der Zuschauer und entscheiden so zielgerichtet, was sie wahrnehmen sollen und was nicht. Interessanterweise ist dies übrigens bei Kindern schwieriger zu erreichen als bei Erwachsenen. Denn Kinder schauen genau dahin, wo sie gerade hinschauen möchten und sind viel neugieriger. Deshalb ist es gar nicht so einfach, Kinder in einer Zaubershow zu täuschen. Wenn es dann jedoch gelingt, ist das Staunen umso größer. Verblüffend ist oft auch, wie die Zuschauer die erlebte Magie weitererzählen – nicht selten wird der Effekt, von dem sie Zeuge geworden sind, in ihrer Erzählung noch viel spektakulärer, als er live auf der Bühne stattgefunden hat. Für uns Magier ein positiver Nebeneffekt. Tatsache ist:

Alles, was für uns Realität ist, ist ein Gebilde, das aus unserer Wahrnehmung und unseren Gedanken entsteht. Das haben wir schon im letzten Kapitel festgestellt. Selbst feststehende Sachverhalte formen wir nach unseren eigenen Vorstellungen individuell um und gleichen sie an die Informationen, die uns bekannt sind, an. Daher kümmern wir uns jetzt um das Thema Wahrnehmung.

Präsent sein in der Gegenwart

Generell ist es fast schon erschrecken, wie schlecht die Wahrnehmung der meisten Menschen ausgeprägt ist, wie wenig sie von ihrer Umwelt mitbekommen. Von elf Millionen Informationseinheiten täglich nehmen wir nämlich gerade einmal 40 bewusst wahr. Gut, vielleicht müssten es nicht alle elf Millionen Einheiten sein, aber nur 40?

Die meisten Leute sind mit ihren Gedanken überall – nur nicht im aktuellen Moment oder bei der Tätigkeit, die sie gerade ausführen. Ihre Gedanken wandern zurück in die Vergangenheit oder irgendwo in eins von vielen möglichen Zukunftsszenarien. Damit wird aber der Blick für das, was gerade geschieht, eingeschränkt. Nicht nur, dass es sehr oft auch unhöflich ist (muss man beim Bezahlen in einem Geschäft wirklich schon seine letzten E-Mails checken?), so entgehen vielen Menschen entscheidende Chancen im Leben, weil sie einfach nicht präsent sind. Vielleicht ist das ein Köder: Es heißt auch, Präsenz sei sexy. Und da ist was dran, denn sicher haben Sie auch schon Menschen beobachtet, die voll und ganz bei der Sache waren oder Ihnen 100 Prozent zugehört haben. Das macht einen großen Unterschied und fühlt sich richtig gut an, für beide Seiten.

Wie in der Zauberei, so gibt es natürlich auch in unserem Leben jede Menge Ablenkungen. Immer und überall. Oft werden wir geradezu überflutet mit Reizen und es ist alles andere als einfach, sich dem zu entziehen. Wir sind umgeben von visuellen Reizen, jeder Menge Geräuschen und oft auch noch unterschiedlichen Gerüchen. Da ist es schon eine Herausforderung,

sich auf eine einzige Sache zu konzentrieren und alles andere bewusst auszublenden. Dann aber erst funktioniert der (Hokus-) Fokus. Um überhaupt fokussieren zu können, das heißt unsere Wahrnehmung auf einen bestimmten Punkt, ein Ziel, eine Person zu konzentrieren, müssen wir lernen, wirklich zu verstehen, was und wie wir wahrnehmen.

Raus aus dem Auto-Piloten

Die Zauberei erfordert beim Zauberer diese absolute Präsenz auf der Bühne, denn jeder Schritt, jeder Handgriff muss stimmen, sonst entsteht keine Magie. Auch auf der Bühne gibt es zahlreiche Ablenkungen. Meist steht man auch noch unter Druck oder muss mit unvorhergesehenen Situationen klarkommen. Es hilft, das Ganze schon mal vorab mental, also nur im Kopf, durchzugehen. Je genauer man weiß, was man tut, umso größer wird die Präsenz sein, die auch vom Publikum wahrgenommen wird.

Im Alltag dagegen sind wir die meiste Zeit über im „Autopilot-Modus“ unterwegs. Gewohnte Abläufe, Routine, da schalten wir erst mal ab. Sicher ist es Ihnen auch schon passiert, dass Sie abends heimgefahren sind und sich zu Hause nicht mehr genau erinnern konnten, wie Sie dort hingekommen sind bzw. welchen Weg Sie genommen haben. Ein automatisierter Vorgang, keine neuen Reize, also ist Ihr Gehirn quasi in den Ruhemodus gegangen und Sie haben sich gedanklich anderen Dingen gewidmet, wie z.B. dem, was Sie morgen einkaufen müssen. Als Sie noch Fahrschüler waren, wäre dies sicher nicht möglich gewesen – so viele neue Reize und Bewegungen! Sie waren voll konzentriert und mitten im Moment. Es wäre undenkbar gewesen, nebenher noch am Radio zu hantieren und etwas zu essen. Sie waren präsent am Steuer und in Alarmbereitschaft, hoch konzentriert. So ist es immer, wenn wir etwas Neues lernen. Zu Beginn sind wir voll dabei, manchmal haben wir sogar das Gefühl, wir könnten etwas nie lernen, weil es so komplex und anders ist als alles, was wir bisher gelernt haben und wir es dadurch nicht sofort mit unserem bekann-

ten Wissen vernetzen können. Doch sobald die Routine einkehrt, lässt die Wahrnehmung nach, unser Unterbewusstsein übernimmt einen großen Teil des Jobs. Das trifft auf alle alltäglichen Verrichtungen zu. Unsere Wahrnehmung geht in der Routine oft mal ein Nickerchen machen. Und das Faszinierende daran: In einem solchen Dämmer Schlaf sehen wir nicht nur vieles nicht, wir sehen auch nur noch das, was wir ohnehin erwarten.

Die schlafende Wahrnehmung

In meinen Vorträgen erzähle ich gerne von einem äußerst interessanten Experiment, das in einem Video zeigt, dass wir Menschen, insbesondere im Autopilot-Zustand, nur sehen, was wir erwarten. Die Szenerie: Eine Tankstellen-Kasse in Amerika. Der Kassierer dort bückt sich während des Kassiervorgangs nach einem Kugelschreiber. Statt ihm steht dann jedoch ein anderer Kassierer wieder auf und beendet den Kassiervorgang. Tatsächlich nehmen 80 Prozent der Kunden diesen Austausch der Person, die Ihnen doch direkt gegenübersteht, gar nicht wahr.

Man ging in diesem Experiment sogar noch einen Schritt weiter, indem sich der Kassierer im Laufe des Bezahlvorgangs in eine Frau „verwandelte“. Und selbst in diesem Fall wurden nur 37 Prozent der Kunden stutzig. Die anderen saßen gedanklich vermutlich schon (wieder) auf ihrer Couch. Unsere Wahrnehmung, insbesondere die, die wir vor sich hin schlafen lassen, stützt sich auch auf unsere Erwartungen. Oft passieren dann genau die Dinge, die wir erwarten. Eine Art sich selbst erfüllende Prophezeiung, da wir unsere Aufmerksamkeit auf das Erwartete ausrichten. Oder wir „übersehen“ etwas, was wir entweder überhaupt nicht oder zumindest nicht zum entsprechenden Zeitpunkt an einem bestimmten Ort erwartet hätten.

So kam es zu folgendem mysteriösen Fall: Eines Tages musste ein Kleinflugzeug auf der Autobahn notlanden. Dutzende Autos fuhren in das Flugzeug, obwohl sie noch hätten bremsen können. Als man die Fahrer hinterher fragte, warum sie denn bloß in das Flugzeug gekracht wären, war

die Antwort simpel: Sie hatten es nicht gesehen! Niemand hat ein Flugzeug mitten auf der Autobahn erwartet. Es wurde also von der Wahrnehmung der Fahrer scheinbar einfach ausgeblendet! Aber solch harmlosere Beispiele gibt es auch im Alltag: Haben Sie auch schon mal Ihre Brille gesucht, die Sie auf dem Kopf hatten? Oder Ihre Hausschlüssel, die Sie bereits in der Hand hielten? Erwischt? Manchmal trickst uns eben unser eigenes Gehirn aus. Vor allem, wenn wir es nicht in den Aktiv-Modus schalten.

Wein aus dem Umschlag

Ein Zauberkollege von mir hat einmal ein hoch interessantes Projekt mit versteckter Kamera gestartet, um zu sehen, wie Menschen auf Magie reagieren, an einem Ort, an dem sie überhaupt nicht damit rechnen und daher keinerlei entsprechende Erwartungen haben. Er war an einem Counter in einem Supermarkt und hat, ohne dass die Kunden wussten, dass er Magier ist, mehrere echte Weinflaschen aus einem flachen, zweidimensionalen Umschlag geholt! Seine „Opfer“ haben nicht einmal mit der Wimper gezuckt. Das Ganze hat einfach nicht in ihr Weltbild gepasst und wurde deshalb einfach ausgeblendet. Schließlich waren sie nur im Supermarkt. Es hat einfach niemand erwartet, dass es sich um Zauberei handelt, und so wurde das Geschehen einfach übersehen. Er wollte noch einen Schritt weitergehen. So ließ er den Umschlag erst einmal fallen und die Kunden hörten klirrende Scherben. Als er dann im Anschluss intakte Weinflaschen aus dem Umschlag zauberte, reagierten die Passanten mit großem Staunen. Durch den akustischen Reiz wurde das Bewusstsein der Kunden wohl zurück ins Hier und Jetzt geholt. Plötzlich wurde ihnen der „Schwindel“ bewusst.

Um noch einmal auf meine Idee mit den Fluggästen zurückzukommen, die man bei der Landung in Madrid mit einem „Herzlich willkommen auf Mallorca“ begrüßt. Wahrscheinlich würde es die Hälfte der Passagiere gar nicht bemerken, weil sie schon längst mit ihren Gedanken woanders ist.

Selektive Wahrnehmung

Eine kleine Übung: Gehen Sie mit einer Freundin oder einem Freund, am besten jemand, der in vielen Punkten anders ist als Sie, durch eine Straße oder auch nur durch Ihre Wohnung. Anschließend schreiben Sie beide auf, wem was aufgefallen ist und warum. Mit Sicherheit werden Ihre Meinungen auseinandergehen, denn jeder von Ihnen hat einen anderen Hintergrund und unterschiedliche Ziele und achtet somit auf ganz andere Dinge und Reize in der Außenwelt. In der Wohnung ist das noch auffälliger. Denn natürlich fallen dem Bewohner ganz andere Dinge auf als dem Gast. Beide aber beschreiben dieselbe Umgebung, dieselbe Realität. Da unsere Realität eben nur ein subjektives Konstrukt aus unserer Wahrnehmung und unserem Wissen ist, nimmt jedes Individuum seine Umwelt tatsächlich mit „anderen Augen“ wahr.

Unser Gehirn zielt darauf ab, Muster zu erkennen, Kategorien zu bilden. So ist es angelegt. Ständig werden Dinge, die wir neu erleben, mit dem abgeglichen, was uns schon bekannt ist, und so wird unser Wissen kontinuierlich erweitert, wie eine Art Spinnennetz, das immer weitergesponnen wird. Unser Gehirn ist nun auch darauf trainiert, Dinge auszublenden und gegebenenfalls Dinge hinzuzufügen, die gar nicht da sind, um das Bild für uns vollständig zu machen – ein nützliches Phänomen für die Zauberkunst.

Nun scheint es so, als würde unser Gehirn manchmal die Welt für uns so schaffen, wie sie gerade passend ist. Sagen wir, Sie haben beschlossen, sich ein neues Auto zu kaufen. Vielleicht gehören Sie sogar zu den wenigen Menschen, die eine genaue Vorstellung davon haben, welche Marke, welche Farbe und welche Innenausstattung sie sich wünschen. Erstaunlicherweise wird Ihnen nun exakt dieses Modell sehr oft begegnen. Wie kommt es dazu? Werden über Nacht mehr Autos von dieser Marke und Farbe produziert? Wohl eher nicht. Doch Sie haben etwas in Ihrer Wahr-

nehmung verändert, sodass Ihnen dieses bestimmte Modell jetzt auffällt. Sie gehen in Sachen Autos wacher durch die Welt.

Das ist eine sehr hilfreiche Erkenntnis, denn sie zeigt, dass Sie Ihre Wahrnehmung ganz bewusst auf Dinge richten können, die für Sie wirklich eine Bedeutung haben. So können Sie sicher sein, dass sie Ihnen nicht mehr entgehen werden. Damit können Sie aber auch Ihre Realität prägen. Welche Welt möchten Sie morgen wahrnehmen?

Kapitel Zehn

An welche Karte haben Sie gedacht?

„An welche Karte haben Sie gedacht“ – diese Frage wird Zuschauern einer Zaubershow wohl am häufigsten gestellt. Und sie ist für manche Zuschauer gar nicht so einfach zu beantworten und die Antwort dann auch zu behalten. Machen wir einen kleinen Test: Denken Sie an die Karo Neun. Eine rote Karte. Haben Sie die?

Wenn es nun aber für einen Trick erforderlich ist, sich mehrere Karten zu merken, beziehe ich auch mehrere Zuschauer mit ein. Denn mehr als eine Karte kann sich erfahrungsgemäß kein einzelner Zuschauer merken. Das ist eigentlich erstaunlich, haben wir doch alle dieses Hochleistungsrechenzentrum im Kopf, mit dem wir Dinge ausführen können, die kein Computer der Welt zustande bringen würde. Doch die ganze Bandbreite unserer Denkleistungen trainieren wir selten, sodass sie, wie ein Muskel, im Laufe der Zeit verkümmert. Vielleicht heißt es auch deshalb „Denksport“, weil wie beim normalen Sport auch hier regelmäßiges Training entscheidend ist. Wir denken zwar den ganzen Tag vor uns hin: „Was könnte ich heute Abend essen?“ „Ich sollte Peter noch zurückrufen, den Einkaufszettel habe ich noch nicht geschrieben, aber irgendwie bin ich müde.“ „Ich sollte dringend etwas verändern. Obwohl, das hat vielleicht auch noch Zeit.“ „Urlaub wäre mal wieder gut - bei dem Wetter! Aber ich habe gar keine Zeit.“ „Irgendwie drehe ich mich im Kreis, nichts geht voran.“ Und mehr dieser Art von Fragen. Doch dieser Art von inneren

Monologen können wir wohl kaum hochkarätige Resultate erwarten. Diese inneren Gespräche sind zwar bei jedem Menschen normal und gehören auch dazu, doch wenn wir wirklich etwas bewegen oder verändern wollen, müssen wir aktiv in diesen mentalen Prozess eingreifen. Denn wir lassen uns auch viel zu schnell ablenken. Was ein Zauberer auch gerne ausnützt. Und wie war das: Schauen Sie jetzt nicht auf den Anfang dieses Kapitels: Welche Karte sollten Sie sich merken? Wenn Sie es wirklich noch gewusst haben, sind Sie ganz gut im Denktraining.

Input = Output

Einer meiner großen Vorbilder, Ron G. Holland, sagt immer: „Input = Output“. Diese Gesetzmäßigkeit gilt überall, auch was unsere Denkprozesse betrifft. Überlegen Sie, wie unterschiedlich jene Dialoge zwischen zwei Menschen wohl ablaufen, von denen der eine fast den ganzen Tag Seifenopern im Fernsehen sieht, während sich der andere kontinuierlich und auf hohem Niveau weiterbildet. Die Ergebnisse werden für sich sprechen. Sie entscheiden, womit Sie sich beschäftigen möchten und womit Sie Ihren Kopf „füttern“ möchten. Das, was Sie aktuell in Ihrem Kopf haben, entscheidet darüber, wie Ihr Leben im Moment aussieht. Wenn Sie möchten, dass Ihr Leben in den kommenden sechs Monaten anders aussieht als im vergangenen halben Jahr, ist es an der Zeit, Ihren Input und damit auch Ihr Denken zu verändern.

In der Magie geht es ständig darum, neue Denkweisen zu etablieren. Auf dem herkömmlichen Weg kommt man hier nirgendwohin. Man hat ständig mit Dingen zu tun, die nicht funktionieren, darf sich davon jedoch nicht frustrieren lassen, um schließlich doch einen Weg zu finden, den noch niemand gegangen ist. So kann auch etwas wirklich Neues entstehen, auch wenn dieser Denkweg manchmal anstrengend ist und zunächst nur in Sackgassen führt. Doch man weiß ja nie, ob hinter der nächsten Ecke vielleicht schon die geniale Lösung wartet!

Der Magische Schlüssel im Nichtstun

Unser Denken verläuft in Wellen. Damit meine ich, es gibt Phasen, in denen wir intensiv denken, und Phasen, in denen wir wenig bis gar nichts denken. Das passiert automatisch. Denn „Denken Sie an Nichts“ funktioniert als Befehl gar nicht. Aber es gibt Phasen, in denen man sich entspannt fühlt, einfach Spaß hat, Freude empfindet und sich rundum wohlfühlt. Dann kann man auch im Kopf loslassen. In den USA heißt das oft „Work hard, play hard“, also die Empfehlung hart zu arbeiten, kreativ zu sein und dann aber auch richtig Spaß haben.

Tatsächlich sind beide Phasen wichtig, um kreative Gedanken und Ideen zu entwickeln. Die Magie, also der Geistesblitz oder die Erleuchtung, setzen genau dann ein, wenn wir entspannt sind und wenn wir überhaupt nicht an das entsprechende Projekt oder die Problematik denken. Viele Menschen haben erst einmal ein schlechtes Gewissen, wenn sie „nichts“ tun oder „nichts Sinnvolles“ tun. Doch erstaunlicherweise ist genau das der „magische Schlüssel“. Viele Wissenschaftler haben die Lösungen zu ihren Fragestellungen geträumt, nachdem sie sich zuvor intensiv damit befasst haben. So kommt die Lösung oft mit Leichtigkeit in einer Denkpause. Und da kommt wieder unser Zauberbuch ins Spiel. Sofort aufschreiben! Nun gibt es einen kleinen Haken: Es lässt sich nämlich nie genau vorher sagen, wann uns eine Inspiration ereilt – das kann jederzeit und überall passieren. Wenn Sie den Gedanken dann nicht sofort aufschreiben, ist er weg. Deshalb empfiehlt es sich in der fortgeschrittenen Variante, sogar mehr als ein Notizbuch zu haben. Wenn Sie es wirklich ernst meinen und etwas Unmögliches vollbringen wollen. Legen Sie ein Buch in die Küche, eines auf Ihren Nachttisch, eines ins Auto und eines in die Tasche, die Sie dabei haben, wenn Sie unterwegs sind. Denn es kann sein, dass irgendwo ein Bild auftaucht, ein Satz gesagt wird, und plötzlich wird Ihnen der gesamte Lösungsprozess zu Ihrer Aufgabenstellung klar. Bringen Sie diesen „Heureka“-Moment sofort zu Papier.

Aktiv Nachdenken ist gar nicht so leicht

Vor den Entspannungsmomenten ist es natürlich auch entscheidend, aktiv nachzudenken. Etwas, was die wenigsten Menschen wirklich ernsthaft praktizieren. Wann saßen Sie das letzte Mal da und haben nur intensiv nachgedacht? Ohne Ihre Mails auf dem Smartphone zu checken, Radio zu hören, etwas zu essen - einfach pures Nachdenken? Sicher schon einige Zeit her. Probieren Sie es aus: Es wirkt Wunder, wenn Sie einfach nur dasitzen und nachdenken. Nicht über den notwendigen Lebensmitteleinkauf oder darüber, was Sie morgen anziehen. Denken Sie wirklich einmal darüber nach, wie Ihr Leben aussehen soll und wie Sie Ihren Lebensstil ändern müssen, um genau dieses Ergebnis zu produzieren. Die Lösung dazu ist bereits in Ihrem Kopf, da bin ich mir sicher. Sie müssen sie nur noch finden, zwischen allen anderen Akten.

Eine kleine konkrete Übung: Überlegen Sie sich, wie Ihr idealer Arbeitsplatz aussehen sollte. Ein eigenes Büro oder Großraum? Klare Linien oder gemütlich? Möchten Sie viele Kollegen oder eher wenige? Ist Ihr Schreibtisch aufgeräumt oder „kreatives“ Chaos? Und dann vergleichen Sie, wie sehr sich diese Vorstellungen davon unterscheiden, wie Ihr Arbeitsplatz wirklich aussieht. Und dann denken Sie darüber nach, was SIE daran ändern können.

Bill Gates soll als Teenager stundenlang in seinem Zimmer gesessen haben. Als ihn seine Mutter fragte, was er da mache, antwortete er: „Ich denke nach. Solltest du auch mal versuchen, es hilft.“ Bill Gates ist es offensichtlich tatsächlich gelungen, einen millionenschweren Denkprozess zu etablieren. Vielleicht gelingt Ihnen das ja auch. Aber so ganz nebenbei: Frühes Nachdenken spart uns oft später viel Zeit. Denn wenn wir Dinge genau durchdenken, laufen wir nicht einfach blind los und verlieren beim ersten Hindernis die Motivation. Achtung aber: Nachdenken – ja, Gedankenspirale – nein.

Es ist Ihre Zeit für Ihre Träume

Von vielen Philosophen, Politikern und Schriftstellern weiß man, dass sie sich täglich bis zu vier Stunden Zeit nehmen, um nachzudenken. Die Türen sind verschlossen, alle Telefone abgeschaltet. Das ist natürlich schon oberste Liga, täglich vier Stunden Zeit zu haben, um nachzudenken. Wobei man sich das bei manchem Politiker vielleicht wünschen sollte! Wahrscheinlich können Sie sich in Ihrem Alltag nicht täglich vier Stunden freischaufeln. Aber wenn Sie es wirklich wollen, können Sie sich trotzdem jeden Tag einen Denk-Freiraum schaffen. Wenn Sie dafür ganz viele Ausreden finden – und hier sind wir wieder bei der merkwürdigen Kreativität der Ausredenfindung – dann sollten Sie sich selbst fragen, warum Sie in Ihrem Leben nicht täglich ein paar Minuten haben, um über sich und Ihre Ziele, Träume, Wünsche nachzudenken, je nachdem, wo Sie hinwollen. Ich verrate Ihnen in diesem Buch keine Zaubertricks für die Showbühne, aber Tricks für die Bühne Ihres Lebens. Und ich verspreche Ihnen: Wenn es Ihnen gelingt, sich täglich nur 20 Minuten Ihrem strategischen Denken zu widmen, wird sich Ihr Leben in den folgenden Monaten entscheidend verändern und Sie bewegen sich mit großen Schritten auf Ihre Träume zu.

Manche mögen's faul

Wer erfinderisch ist, kann sich und sein Leben mit dem richtigen Denken neu erfinden. Ob zu Hause oder am anderen Ende der Welt. Ich möchte Ihnen als motivierendes Beispiel die Geschichte von Ben Hammersley erzählen. Dieser spannende Mann hat für die „Times“ und den „Guardian“ als Journalist geschrieben, Internetfirmen gegründet und das britische Außenministerium beraten. Dann ist er mit seiner Familie von London nach Los Angeles gezogen und nun pflegt er einen außergewöhnlichen Lifestyle. Er arbeitet nur zwei Tage die Woche und seine Agentin verhandelt pro Termin mit ihm 10.000 Euro. Den Rest der Woche verlebt er nach seinen eigenen Regeln. Er hat eine Schwäche für Produktivitäts- und

Effizienztheorien. Seiner Meinung nach ist es unmöglich, produktiv zu sein, ohne zeitgleich auch faul zu sein. Warum? Weil faule Menschen dazu neigen, einen einfacheren Weg zu suchen und zu finden – mehr Ergebnis mit weniger Arbeitsaufwand. Nachdem er alle E-Mails beantwortet hat, denkt er eine halbe Stunde über seine Arbeit im Ganzen und die nächsten Schritte beziehungsweise über das, was wirklich dringend ist, nach. Dies ist auch sein heißer Tipp: „Menschen sollten mehr Zeit damit verbringen, darüber nachzudenken, was genau ihre Arbeit ist. Und dafür viel weniger Zeit mit der eigentlichen Arbeit.“ Das dürfte für viele von uns zugebenermaßen eine echte Herausforderung sein!

Auch Aristoteles hat bereits erkannt, dass man entspannt weiterkommt: „Die Muße scheint Lust, wahres Glück und seliges Leben in sich selbst zu tragen.“ Und auch Albert Einstein brachte es täglich auf zwölf Stunden Schlaf. Ben Hammersley setzt darauf, durch eine erhöhte Effizienz mehr Faulheit zu ermöglichen.

Haben Sie schon einmal vom „Lifehacking“ gehört? Dabei geht es um effektive und effiziente Wege, alltägliche Probleme auf clevere, aber nicht offensichtliche Weise lösen. Dazu gehört auch die Idee des amerikanischen Unternehmers und Autors Timothy Ferris, die Vier-Stunden-Woche einzuführen. Aus diesem Ansatz entstand eine Bewegung, die sowohl Alltag als auch Beruf angenehmer machen will. Ein praktisches Beispiel, aus Ben Hammersleys Leben: Für diverse Einkaufsgegenstände hat er Abonnements auf Amazon, sodass diese regelmäßig automatisch geliefert werden und er nicht mehr aktiv darüber nachdenken muss. Clever würde ich sagen. Seiner Ansicht nach „sollte man über viele Dinge nicht öfter nachdenken als unbedingt nötig“. Als Anhänger der von David Allen erfundenen Getting-Things-Done-Methode, befreit er sich von langweiligen Routine-Tätigkeiten, um schließlich mehr Zeit für sich zu gewinnen (siehe auch Kapitel Zeit).

Harte Arbeit verringert die Effektivität

Laut Untersuchungen arbeiten wir durchschnittlich drei Tage effektiv und vergeuden zwei. Diese Zeit vergeuden wir, weil wir zu hart arbeiten, schrieb die New York Times. Diese Untersuchungen zeigen, je länger man arbeitet, desto weniger effizient wird man. Wenn man darüber einmal kurz nachdenkt, ist das ganz logisch. Sicher kennen Sie das auch: Wenn Sie für eine Projekt wirklich bis zum Anschlag gearbeitet haben, dann haben Sie es zwar zu Ende gebracht – und wenn die Vorplanung gut und kreativ war – auch zu einem tollen Erfolg gemacht. Aber in den letzten Arbeitsphasen haben Sie nur gearbeitet. Von Kreativität keine Spur. Bob Kustka, ein bekannter Berater für Produktivität und Zeitmanagement, betont, dass es sich mit intellektueller Energie ähnlich verhält wie mit der Energie von Sportlern: Auch diese Energie wird am besten in „Spurts“ eingesetzt, in denen wir hart und konzentriert an wenigen Aufgaben arbeiten.

Was sind Ihre wirklich wichtigen und entscheidenden Aufgaben?

Spannend ist hier auch der Ansatz von dem britischen Historiker Cyril Northcote Parkinson: „Arbeit dehnt sich in genau dem Maß aus, in dem Zeit für ihre Erledigung zur Verfügung steht. Losgelöst davon, wie umfangreich sie tatsächlich ist.“ Kommt Ihnen das bekannt vor? Sie wissen ja, dass Sie ohnehin bis 18.00 Uhr im Büro sind. Also können Sie sich ja Zeit lassen. Wenn Sie aber eine kurzfristige Aufgabe mit einem eng gesetzten Terminplan bekommen, geht plötzlich alles viel schneller. Auch Leo Burnett, Gründer der School of Creative Leadership in Berlin, bestätigt, dass die Lösung zwar kommt, wenn man gerade gar nicht daran denkt. Doch dazu braucht man Abstand zum Arbeiten und muss relaxed sein. In seinem Buch „Der Mönch und das Rätsel“ ermahnt Autor und Geschäftsführer Randy Komisar den Leser wie folgt: „Anstatt auf Kosten aller anderen Lebensaspekte nur zu arbeiten, um unser Bankkonto zu füllen in der Hoffnung, dass wir später alles zurückkaufen können, was wir auf dem Weg dorthin verpasst haben, sollten wir unser Leben jetzt genießen,

in vollem Bewusstsein seiner Zerbrechlichkeit.“ Ein weiterer Grund, sein Denken clever einzusetzen, um damit mehr Lebenszeit und mehr Freiheit zu gewinnen – Zeit, in der Sie tun können, was Sie glücklich macht.

Ich habe jetzt sehr viele Experten zitiert. Das liegt vor allem daran, dass ich einfach immer neugierig bin und mich Menschen – und ihre Bücher – faszinieren, die neue Ansätze durchdenken, wie man „besser“ lebt, um das einmal etwas banal auszudrücken. Aber das Lesen dieser und vieler anderer Bücher häuft auch einen großen persönlichen Schatz an, den wir alle sammeln können. Unseren Wissensschatz. Im nächsten Kapitel schauen wir uns an, wie wir das entsprechende Wissen in unseren „Bio-Computer“, wie Ron G. Holland unser Gehirn nennt, laden können, damit unser Denken für uns die wichtigen Aufgaben und Prozesse übernehmen kann, sodass wir schließlich mit optimalen Ergebnissen und fantastischen Geistesblitzen zurückbleiben. Danach gehen wir noch einen Schritt weiter und werfen einen Blick darauf, was neben unserem bewussten Denken und dem, was wir von der Realität durch unsere Wahrnehmung mitbekommen, eigentlich alles unter der Oberfläche abläuft und welchen immensen Einfluss dies darauf hat, ob wir unser Ziel erreichen, verfehlen, über es hinaus schießen oder schon lange vor der Zielgeraden aufgeben. Bleiben Sie dran und finden Sie es heraus. Damit Ihr Kopf immer mit neuem Input versorgt wird, sollten Sie nie aufhören zu lernen und sich neues Wissen anzueignen.

Fast alles war irgendwann unmöglich

Wenn zu mir jemand sagt: „Das ist unrealistisch“ oder „Das geht nicht“ oder sogar, „Das ist völlig unmöglich“, dann bin ich erst so richtig motiviert und laufe zur Höchstform auf. Die meisten Menschen aber, die anderen eine Idee präsentieren und solche Aussagen erhalten, würden sich wahrscheinlich davon einschüchtern lassen und sich dann von ihrer Idee oder ihrem Projekt verabschieden. Wie oft ist Ihnen das schon so gegangen? Dabei dürfen Sie eines nie übersehen: Fast alles war irgendwann

einmal unmöglich. So zum Beispiel der Flug zum Mond, ein Telefon, das Sie überall mit hinnehmen können (ohne Kabel), das Internet, mit einem Flugzeug zu fliegen, diverse Heilmittel und unzählige Erfindungen. Hätte Thomas A. Edison auch gedacht, dass es unmöglich sei, das elektrische Licht zu erfinden, und hätte er nicht an die 10.000 Versuche unternommen, es dennoch möglich zu machen, säßen wir vielleicht heute noch im Dunkeln. Glauben Sie an Ihre Idee. Und wahrscheinlich geht Ihnen schon „ein Licht auf“, bevor Sie auf 9.999 Arten herausgefunden haben, wie Sie Ihr Vorhaben nicht umsetzen können. Manchmal müssen Sie dazu nur Ihre Wahrnehmung der Realität ein wenig verschieben. Dazu beschäftigen wir uns erst einmal etwas intensiver mit dem Thema „Realität“.

Der Blick hinter die Realität

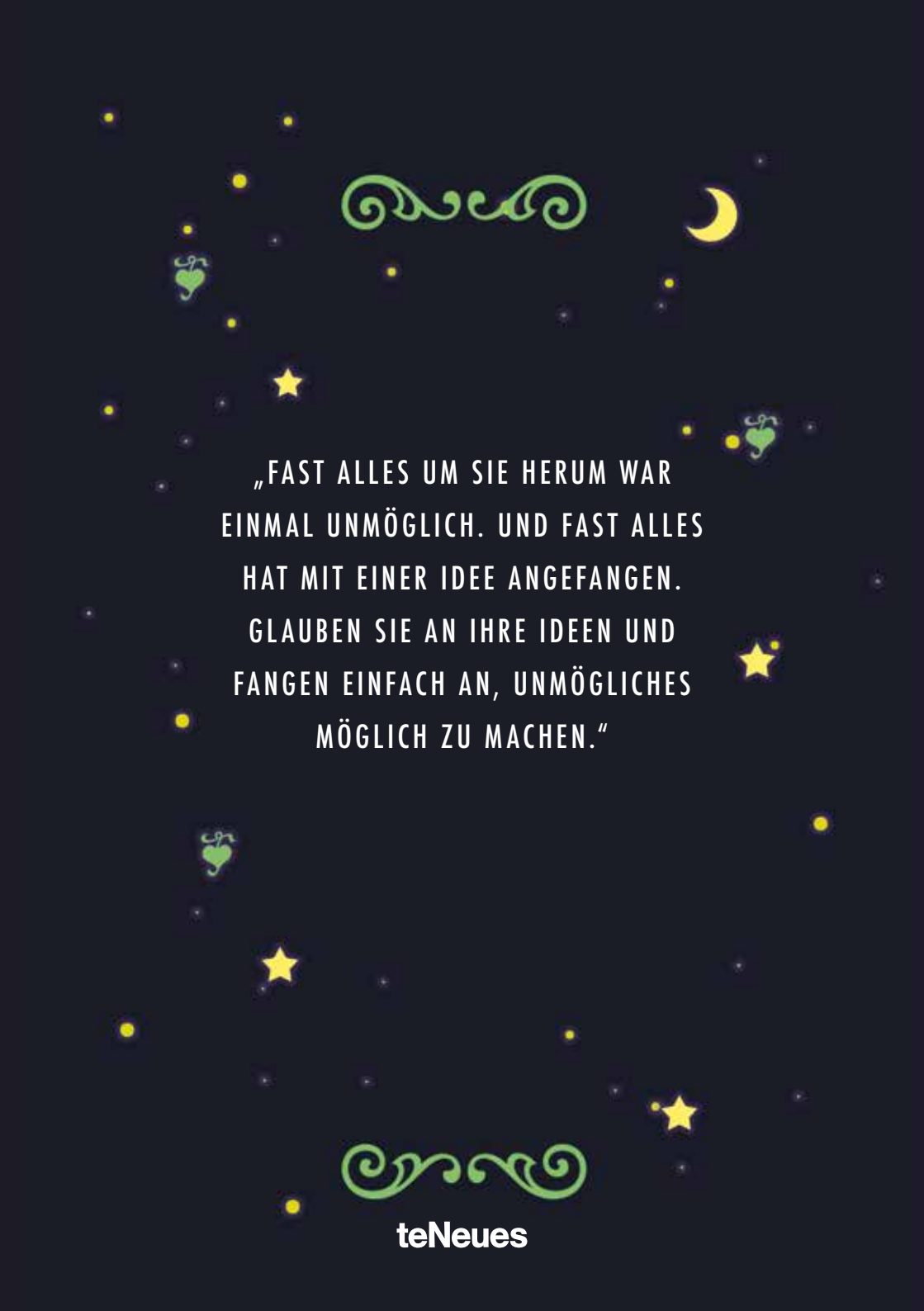
Sicher ist, die Realität ist nicht für alle Menschen auf dieselbe Weise real. Was jemand als Realität empfindet, hängt von seiner Vorprägung, seinen Erfahrungen, seiner aktuellen Stimmung, seinem Alter, seinem Umfeld und seiner Interpretation ab. Bevor nun die Mathematiker unter Ihnen anfangen zu argumentieren „Aber Zahlen sind Realität!“, frage ich Sie:

Wirklich? Eins und eins ist Zwei, richtig. Aber sind zwei Äpfel besser als einer? Das kommt darauf an, ob Sie Äpfel mögen. Sind zwei Euro besser als einer? Das kommt darauf an, für was Sie das Geld benötigen. Für den Schlitz im Einkaufswagen, nützt Ihnen ein Zwei-Euro-Stück wenig. Und, mal vom weiblichen Standpunkt her gesehen: Sind zwei Männer besser als einer? Das überlasse ich Ihnen. Ich denke, Sie verstehen, auf was ich hinauswill: Realität, oder wie es manche auch gerne ausdrücken „Fakten“, sind Interpretationssache. Lassen Sie sich nie von Fakten von Ihren Ideen abbringen.

Nie aufgeben

Sie können morgen in einer neuen Welt aufwachen. Verwandeln Sie Ihr Leben in eine magische Geschichte, die Sie eines Tages mit Freuden Ihren

Enkelkindern erzählen; machen Sie das Beste aus Ihrem Leben. Niemand kann Ihr Leben leben! Erinnern Sie sich, dass fast alle Dinge um Sie herum einmal unmöglich waren und dass viele Dinge, die für Sie als Kind unmöglich waren, heute eine Kleinigkeit für Sie sind. Was immer Sie in Ihrem Leben möglich machen möchten: Geben Sie niemals auf, denn erst wenn Sie aufgeben, haben Sie verloren. Solange alle Karten in der Luft fliegen, weiß niemand, in welcher Konstellation sie auf dem Boden landen werden.



„FAST ALLES UM SIE HERUM WAR
EINMAL UNMÖGLICH. UND FAST ALLES
HAT MIT EINER IDEE ANGEFANGEN.
GLAUBEN SIE AN IHRE IDEEN UND
FANGEN EINFACH AN, UNMÖGLICHES
MÖGLICH ZU MACHEN.“

teNeues