

26

Tipps, wie Du Dir Ziele setzt,
die Dich herausfordern zu
wachsen und Dein größtes
Potential zu verwirklichen!n!





Praxis-Workshop:

26 Tipps, wie Du Dir Ziele setzt, die Dich herausfordern zu wachsen und Dein größtes Potential zu verwirklichen!

Von Dirk-Michael Lambert

ACHTUNG: Sie haben nicht das Recht zum Abdruck oder Verkauf dieser Schrift. Sie dürfen auch nicht den Inhalt dieser Schrift verbreiten oder verkaufen

© 2016 LAMBERT AKADEMIE GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Reports darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Autors reproduziert oder in irgendeiner Form übermittelt werden, weder elektronisch, mechanisch oder in sonst irgendeiner Form. Sie dürfen den Inhalt, oder Auszüge davon, nicht verkaufen, weitergeben oder anderweitig vervielfältigen bzw. in irgendeiner Form gewerblich nutzen.

Haftungsausschluss und rechtliche Hinweise: Die hierin enthaltenen Informationen stellen die Meinung des Autors zum Zeitpunkt der Veröffentlichung dar. Aufgrund der Geschwindigkeit, mit der sich Bedingungen ändern, behält sich der Autor das Recht zu ändern und zu aktualisieren vor. Der Bericht ist nur zu Informationszwecken. Weder der Autor, noch seine Tochtergesellschaften / Partner übernehmen Verantwortung für Fehler, Ungenauigkeiten oder Auslassungen. Jede Kränkungen von Personen oder Organisationen sind nicht beabsichtigt. Wenn Beratung über rechtliche oder damit zusammenhängende Angelegenheiten erforderlich ist, sollten die Dienste eines vollständig qualifizierten Professionellen gesucht werden. Dieser Bericht ist nicht zur Verwendung als Quelle für rechtliche oder buchhalterische Beratung vorgesehen. Sie sollten sich der Gesetze, welche Geschäftsvorfälle oder andere Geschäftspraktiken in Ihrem Land regeln, bewusst sein. Jede Bezugnahme auf Personen oder ein Unternehmen, ob lebend oder tot, ist rein zufällig.



26 Tipps, wie Du Dir Ziele setzt, die Dich herausfordern zu wachsen und Dein größtes Potential zu verwirklichen!

„Do not judge me by my successes, judge me by how many times I fell down and got up again“

- Nelson Mandela

Jede große menschliche Tat begann mit einem großartigen Ziel.

Mein erstes Unternehmen habe ich von Null auf über eine Million Umsatz gebracht in weniger als 12 Monaten!

Damals traf ich eine Entscheidung, die mein Leben für immer verändern sollte. Ich sagte zu mir: „In einem Jahr habe ich ein Unternehmen, das 1 Million Umsatz macht!“

Ich war damals schüchtern, introvertiert, hab vom Bafög gelebt, das hat nicht mal für meine Miete gereicht und der wichtigste Schritt, der mich aus den Selbstzweifeln und dem Mittelmaß heraus gehoben hat ist, dass ich mich damals mit ganzem Herzen für ein Ziel verpflichtet habe.

Die Amis nennen das Commitment: „Ich verpflichte mich dem Ergebnis und nicht dem Versuch!“

Doch Ziel ist nicht gleich Ziel! Von 100 Menschen, die Ihnen sagen, sie haben ein Ziel, sagen in Wirklichkeit 99, sie haben ein Interesse, aber wenn es schwer bleibt, dran zu bleiben, geben sie auf!

Und nur 1 von hundert vielleicht, committed sich mit ganzem Herzen zu seinem Ziel, ohne Plan B.



➔ Schritt 1

Mache Deine Jahres-Bilanz

Bevor Sie Ihre Zielsetzung für das neue Jahr erstellen ist meine Empfehlung, nehmen Sie sich 1-2 Stunden und erstellen Sie Ihre Jahres-Bilanz des abgelaufenen Jahres. Listen Sie alles auf, was Sie für das vergangene Jahr auf Ihrer Haben-Seite verbuchen:

Kleine wie große Erfolge, Begegnungen, neue Kontakte und Beziehungen, Erkenntnisse und neue Fähigkeiten, wo Sie sich überwunden und Ihre Komfortzone bzw. Ihre Ängste durchbrochen haben usw...

Die Jahresbilanz hilft uns, für all unsere kleinen und großen Erfolge, Fortschritte und Lernerfahrungen Dankbarkeit und Wertschätzen zu empfinden. Oft kämpfen wir uns durch ein Jahr von Erfolg zu Erfolg und geben uns selber gar keine richtige Anerkennung für all die kleinen und großen Errungenschaften.

Das können oft Kleinigkeiten sein, die am Ende dennoch einen maßgeblichen Wert für unser Leben bedeuten, z.B. eine Begegnung oder ein Gespräch mit einem ungewöhnlichen oder wichtigen Menschen.

Die Jahres-Bilanz hilft uns positive Erwartungen für das nächste Jahr aufzubauen und uns klar zu machen, was wir in einem Jahr alles erreichen können.



Bestandsaufnahme: wie war mein letztes Jahr!

Übung: “Jahres-Bilanz 2016”

- ✦ Auf welche **Erfolge/ Erfahrungen** im letzten Jahr bist Du stolz? (*Min. 1 Din A4 Seite: Erkenntnisse/ Begegnungen/ Lerneffekte/ neue Kontakte usw...*)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



➔ Schritt 2

Meine Muster erkennen!

Die Wahrheit ist, unser Leben ist zu 95% und mehr ein Spiegelbild unserer inneren Muster, Glaubenssätze und Verletzungen.

Echtes Wachstum und ein nachhaltiger Quantensprung ist darum nur möglich, wenn wir die bestimmenden Muster in unserer Vergangenheit erkennen und dann auflösen.

Das ist der einzige Weg zu mehr Freiheit, Reichtum & Erfüllung!

Alles andere ist nur ein Strohfeuer, das genauso schnell wieder erlischt, wie es in Brand geraten ist...

Wie so oft ist das Erkennen schon 50% der Lösung: „Gefahr erkannt, Gefahr gebannt!“.

Darum müssen wir uns unser Leben einmal in Ruhe und mit Abstand genau anschauen. Was erleben wir immer wieder? Diese Muster sind kein Zufall, sondern die logische Konsequenz unserer inneren Muster und Blockaden.

Um diese Muster aufzulösen, gibt es heute eine Vielzahl von Wegen und Modalitäten: NLP, CQM, Quanten-Heilung, Energetisches Heilen, Meditation, Affirmation, Visualisieren und vieles andere helfen und unterstützen!

Wie lange? Wann weiß ich, dass die Blockade gelöst, das Muster überwunden ist?

Ganz einfach: wenn Ihr äußeres Leben reagiert, wenn die Beziehung zu uns kommt, die leicht und liebevoll ist, das Geld und die Freiheit, die wir uns wünschen und die Gesundheit oder Persönlichkeit, die uns wohlfühlen lässt und die uns stolz macht.



Bestandsaufnahme: Meine Muster erkennen!

Übung: „Meine Muster erkennen!“

- ◆ Welches **Film-Genre** beschreibt Dein letztes Lebensjahr am besten?
(z.B., Abenteuer, Tragödie, Romantik, Drama, Comedy, usw.)

.....
.....

- ◆ Was sind die **3 Hauptthemen** im letzten Jahr, die immer wieder erscheinen?
(Wo hängst Du in den immer gleichen Erfahrungen fest?)

.....
.....
.....

- ◆ Wofür hättest Du Deiner Meinung nach mehr **Anerkennung** verdient?

.....
.....
.....

- ◆ Welche **Enttäuschungen** hast Du im letzten Jahr erfahren?

.....
.....
.....
.....



Übung: „Was sagt mein Leben über meine Glaubenssätze?“

◆ Wo ist **Dein Leben nicht** so, wie Du es gerne hättest? (Wie fühlst Du über diese Tatsache?)

◆ Was hast Du in Deinem letzten Jahr **vermisst?** (z.B.: Mehr Zeit mit Deiner Familie/ Partner/ für strategische Planung... Sport, Zeit in der Natur...)

.....
.....
.....
.....

◆ Was sind die Haupt **Lerneffekte** aus dem vergangenen Jahr?
*(„Besser sofort unperfekt anfangen, als ein Leben lang auf Perfektion warten!“,
„Wenn ich nicht alleine weiter komme, **frage ich nach Hilfe!** Ich darf das und
verdiene, dass mir geholfen wird!“)*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Sieger-Psychologie: 1. Erfolgs-Schlüssel

Entscheide Dich für ein erhabenes Ziel!

„Ein Ziel ist für den Menschen das, was ein Samenkorn für die Pflanze ist. Ohne klares Ziel, für das wir uns mit ganzem Herzen verpflichten, das unsere Leidenschaft weckt und uns zwingt, aus unserer Komfortzone auszubrechen, verschwenden wir die Chance unseres Leben!“

- Dirk-Michael Lambert

Ich brenne für mein Ziel!

Wenn Sie mich fragen, warum es unter 500 oder 1.000, manchmal sogar nur unter 10.000 einen „Guten“ gibt, einen Boris Becker oder eine Steffi Graf, dann ist meine Antwort klar: „Weil die meisten Menschen entweder nicht verstehen oder nicht bereit dazu sind, welche unglaubliche Macht darin liegt, wenn ein Mensch seine gesamte Wirkenergie laserartig über längere Zeit auf einen Fixstern, auf ein definitives Hauptziel fokussiert! Anders formuliert, der wichtigste Grund, warum Menschen im Mittelmaß bleiben und nicht mal 3% Ihres Erfolgs-Potentials verwirklichen ist, dass Sie gegen den Erfolgs-Schlüssel No. 1 verstoßen: Habe ein Ziel, das Du leidenschaftlich verfolgst!

In 4 Jahren an die Weltspitze

Erinnern Sie sich an die Olympischen Spiele 1984?

Falls nicht, damals flog zur Eröffnungsfeier ein Mann mit einem Helikopter-Rucksack ins Stadion und Lionel Richie wurde weltberühmt mit seinem Song: „All night long!“

Das war in Los Angeles. Damals schaute ein junger Mann, vielleicht 14 Jahre, wir wollen ihn Edgar Itt nennen, die Übertragung. Mitten in der Nacht hing er am Bildschirm, wie viele von uns auch und er war von den bunten Bildern und dieser jahrhundertealten griechischen Tradition so inspiriert, dass er eine für sein Leben folgenschwere Entscheidung traf, nämlich die Entscheidung: „Bei den nächsten Olympischen Spielen bin ich dabei!“

Damit meinte er nicht, als Besucher auf den Sitzen, sondern als Athlet der deutschen Staffel. Können Sie sich vorstellen, was das für einen Jungen Kerl, der diese Entscheidung ernst meint, bedeutet? In dieser Sekunde veränderte sich sein ganzes Leben.

Sie müssen wissen, damals erzielte unser Held mittelmäßige Ergebnisse im Sport. Auf 400 Meter Hürden, seine spätere Hausdisziplin, lief er damals ungefähr 59 bis 60 Sekunden. Das kann man getrost als Mittelmaß bezeichnen. Jedenfalls war Olympia weit weg!

Am Bildschirm sah er die damaligen Weltbesten wie Edwin Moses und Harald Schied. Deren Zeiten lagen bei 47, 48 Sekunden. Das bedeutete, er musste in 4 Jahren 12-13 Sekunden aufholen. Das sind 4 Sekunden jedes Jahr!

Ein realistisches Ziel? Ich sage immer, das war nicht nur eine andere Liga, sondern ein total anderes Universum. Ziemlich unrealistisch! Aber gerade weil er sich solch ein unrealistisches Ziel gesetzt hat, vernahm sein Leben einen völlig anderen Lauf. 1988, bei den



Olympischen Spielen in Seoul, war er tatsächlich Teil der deutschen Mannschaft und nahm nicht nur an den Olympischen Spielen teil, sondern holte mit der 4 mal 400 Staffel sogar eine Olympia-Medaille für Deutschland mit nach Hause. Und das als totales Außenseiter-Team. Wenn Sie die Zeiten der vier deutschen Läufer zusammenrechneten, hätten die nicht die Chance auf den 10. Platz gehabt. Die Amerikaner und Kanadier, die Favoriten haben über sie gelacht. Aber dann sind diese vier Athleten mit so Power an den Start gegangen, dass sie den Kanadiern fast noch die Silber-Medaille abgenommen hätten. Warum? Weil Sie die Erfolgs-Prinzipien mit so viel Leidenschaft und Fokus gelebt haben, dass sie alle vorherigen Statistiken Lügen gestraft haben.

Was zeigt uns das? Dinge, die heute für uns oder für andere unrealistisch und unmöglich erscheinen, sind morgen unsere Realität und ganz normaler Alltag.

Darin erkennen wir die Macht der Erfolgs-Prinzipien, wie zum Beispiel Ziele setzen und Entscheidungen treffen. Wenn Sie mich fragen, einer der Hauptgründe, warum Menschen weit hinter ihren Möglichkeiten zurückbleiben und im Leben nichts wirklich Aufregendes auf die Beine stellen, ist, dass Sie nicht verstehen, welche Macht darin liegt, wenn ein Mensch sich mit all seiner Energie über längere Zeit auf einen Fixstern, auf ein Ziel fokussiert.

Dazu später mehr!

Natürlich ist durch die Entscheidung für sein Ziel der junge Edgar Itt nicht gleich schneller gelaufen, aber in seinem Kopf hatte er das Ziel eingebrannt und damit die stärkste Erfolgs-Waffe aktiviert, über die wir verfügen: unsere Vorstellungskraft. Wenn Sie ihn damals auf dem Platz hätten laufen sehen, Sie hätten einen 14jährigen gesehen, der knapp unter 60 Sekunden über 400 Meter Hürden lief. Vor seinem inneren Auge sah er einen Olympia-Athleten, der auf dem Treppchen steht und die National-Hymne hört.

Was immer ein Mensch konstant in seinem Geist trägt, verwirklicht sich in seinem Leben. Wenn Sie ihn heute fragen, was hatte sich verändert, nachdem er diese Entscheidung getroffen hatte, wird er Ihnen bestätigen: „Von dem Augenblick bin ich eingeschlafen und aufgewacht mit dem inneren Bild, olympischer Athlet zu sein, weltberühmt und anerkannt!“

Wenn Sie mich fragen, was sich veränderte nach meiner Entscheidung „In einem Jahr, eine Million!“, dann sage ich Ihnen: „Von dem Moment an bin ich eingeschlafen und aufgewacht mit der fieberhaften Vision, ein erfolgreicher Unternehmer zu sein, mit 20 festen und 60 freien Mitarbeitern in einem 400 Quadratmeter Büro im 8. Stockwerk eines Hochhauses in Frankfurt. Nach genau einem Jahr war ich dort!“

Ein Mensch, der für sein Ziel brennt und an sich glaubt, kann wahrhaft Berge versetzen! Ein motivierendes Ziel ist das Wichtigste, es erhebt Ihren Geist, es vervielfacht Ihre Kraft und inspiriert Ihre Gedanken und Gefühle.



Übung:
Was ist Dein Traum?

Wo stand ich vor 7 Jahren?

- ✦ Wohnen:.....
- ✦ Beruf:.....
- ✦ Einkommen:
- ✦ Beziehung:
- ✦ Persönlich/ Geistig/ spirituell:

Wo stehe ich heute?

- ✦ Wohnen:.....
- ✦ Beruf:.....
- ✦ Einkommen:
- ✦ Beziehung:
- ✦ Geistig/ spirituell:.....

Wo sehen Sie sich in 3 Jahren?

- ✦ Wohnen:.....
- ✦ Beruf:.....
- ✦ Einkommen:
- ✦ Beziehung:
- ✦ Geistig/ spirituell:.....



Habe einen Traum!

Thomas Edison träumte davon, aus elektrischem Strom Licht zu erschaffen. Martin Luther King träumte davon, die Rassentrennung zu beenden. Einstein träumte davon, schneller als das Licht zu reisen und das Geheimnis des Universums zu ergründen. Henry Ford träumte von einem Automobil, das sich jedermann leisten konnte. Mahatma Gandhi träumte vom Frieden, wo Hass und Fanatismus wütete. John F. Kennedy träumte von einer Welt von Fairness, Aufrichtigkeit und Vertrauen.

Auch in Ihnen schlummert solch ein Traum, eine Vision. Auch Sie haben das Potential, große Ziele zu verwirklichen und diese Welt zu verändern.

Machen Sie sich klar: Jede großartige Leistung wurde begründet durch die Entscheidung eines Menschen für ein großartiges Ziel! Schenken Sie sich solch ein erhabenes Ziel, ein brennendes Bild einer wunderbaren Zukunft, das Sie in Ihrem Herzen tragen.

Es zeugt von Intelligenz und Selbstrespekt, wenn Sie den Mut haben, aufzustehen und sich vollständig solch einer Vision, einem Traum hingeben. Es ist wie eine geheime, unerschöpfliche Energiequelle. Jede große Frau, jeder große Mann hatte solch einen inneren Fixstern, ein inneres Energiezentrum, einen Fixstern, einen Brennpunkt, in dem sich die eigene Lebensenergie zu einem Laserstrahl fokussieren kann.

Wollen Sie Ihr maximales Erfolgs-Potential aktivieren, brauchen Sie ein Ziel, das Sie motiviert bis in die Haarspitzen, Sie herausfordert und Ihre Energie fokussiert.

Ein Ziel ist der Grund, warum Sie aufstehen, sich selbst überwinden und die Welt verändern. Ohne Ziel haben Sie keinen Grund zu wachsen und verschwenden Sie Ihr Lebens-Potential.

Machen Sie sich klar: es gibt nichts, was Sie nicht erschaffen können, doch der erste Schritt ist die Entscheidung, etwas Sinnvolles, etwas Großartiges mit Ihrem Leben anzufangen. Ein effektives Ziel braucht verschiedene Faktoren, damit es Ihre größten Kräfte aktiviert und Sie hin zu Ihren größten Möglichkeiten führt.

Schauen wir uns an, welches diese Faktoren sind und wie Sie sie für Ihr Leben und für Ihre Ziele anwenden.

Die Macht eines effektiven Zieles

Wo stehen Sie auf Ihrem Wachstumsweg? Haben Sie schon alles erreicht, was Sie in diesem Leben erreichen wollen?

Wenn Sie mich fragen, wie viel ich von meinem Erfolgs-Potential in diesem Leben schon umgesetzt, schon verwirklicht habe, dann ist meine Antwort: „weniger als 0,0000001 Promille!“

Überlegen Sie einmal, alles was ein Mensch vor Ihnen erreicht hat, können Sie potentiell auch. „Das gleiche Fleisch und Blut“ habe ich mir damals immer gesagt, als ich mein erstes Unternehmen gegründet hatte.



Wollen Sie Durchschnitt sein? Mittelmaß? Oder wollen Sie Ihr volles Erfolgs-Potential oder mindestens einen großen Teil davon in diesem Leben verwirklichen? Die meisten Menschen, die ich treffe, wünschen sich etwas Besonderes in ihrem Leben zu erreichen. Etwas, das sie überdauert, dass Bedeutung hat für andere und auf das sie stolz sind.

Die Wichtigkeit eines effektiven Zieles

Was glauben Sie, was ist der wichtigste Grund, warum die meisten Menschen nicht einmal einen Bruchteil ihres Erfolgspotentials verwirklichen?

Ich stelle diese Frage in meinen Seminaren seit nunmehr 17 Jahren und erhalte die verschiedensten Antworten: „Sie hören zu früh auf“, „Innere Blockaden“, „Sie entscheiden sich nicht wirklich“, „Mangelnde Disziplin“, „Zu wenig Glauben an sich selbst“, „Mangelndes Know How“, usw., usw...

Alle diese Dinge sind richtig und wichtig, aber nicht der wichtigste Grund, warum die meisten Menschen weit hinter Ihren Möglichkeiten zurückbleiben. Wenn Sie mich fragen, nach 17 Jahren als Marketing- & Business-Coach und der Arbeit mit tausenden von Unternehmern, dann ist meine Antwort ganz einfach:

„Der wichtigste Grund, warum die meisten Menschen nicht einmal ein Hundertstel ihres Erfolgspotentials verwirklichen ist, dass sie kein Ziel haben. Dass Sie nicht verstehen oder nicht bereit sind, welche unglaubliche Macht darin liegt, wenn ein Mensch seine gesamte Wirkenergie laserartig auf einen Fixstern, auf ein Ziel fokussiert!“

Warum ist es überhaupt so wichtig, ein Ziel zu haben? Reicht es nicht einfach, mich anzustrengen und am Ende wird schon was Gutes rauskommen?

Was glauben Sie, wäre aus mir geworden, wenn ich damals nicht gesagt hätte: „1 Jahr, eine Million!“, sondern: „Ich will erfolgreich werden!“? Oder was glauben Sie, wäre aus Edgar Itt geworden, wenn er gesagt hätte „Ich will schnell Laufen lernen“, statt: „In 4 Jahren nach Olympia!“? Sie können sich die Antwort selber geben! – Nichts! Jedenfalls nicht in dem Maße, wie die jeweilige Geschichte verlaufen ist.

Das Erste ist, wir brauchen ein Ziel. Ein olympisches Feuer. Eine Vision unserer Zukunft, für die es Sinn macht, unsere Lebensenergie einzusetzen, unsere Komfortzone zu verlassen und Gas zu geben. Und das will ich Ihnen zeigen. Wir machen zunächst mal die Basics hier.

Ein effektives Ziel, dass uns zwingt, maximal zu wachsen und unser volles Erfolgspotential aktiviert, braucht drei Faktoren:

1. Ein Ziel muss spezifisch sein!

Warum? Weil, wenn es nicht spezifisch ist, „Ich will schnell laufen lernen!“, führt es zu gar nix außer aufgeregter Aktion. Aber was heißt spezifisch eigentlich genau?

Schriftlich. Ich schreibe meine Ziele immer auf. Wenn Sie bei mir nichts schriftlich haben, dann haben Sie auch kein Ziel. Wir Menschen vergessen so schnell! Aber wenn Sie Ihre wichtigsten Ziele an Stellen schreiben, wo es andere Menschen sehen können (Kühlschrank für private Ziele, Firma für Business-Ziele) dann haben Sie die Unterstützung der Menschen um Sie herum. Denn dann sind wir denen im Wort und wenn wir versagen, dann ist es offiziell.



Messbar. Ein Ziel muss messbar sein. Viele sagen „Ich will mehr Einkommen haben!“ Ist das ein Ziel? Das ist überhaupt nicht spezifisch. Darin liegt keine Klarheit und auch kein Commitment, keine klare Verpflichtung für ein bestimmtes Ergebnis. Da gehen Sie über die Straße und da liegt ein 5-Cent-Stück. Sie stoßen es achtlos mit dem Fuß weg, weil das ist Ihnen zu wenig. Das Universum aber ist erstaunt. Es denkt: „Sein Wunsch ist erfüllt!“ Sagt das Universum, „Ok, Geldstrom stoppen, der will gar kein Geld.“ Sie sind enttäuscht. Mein Tipp: Hätten Sie es mal spezifisch gemacht, z.B.: „100.000 Euro auf meinem Bankkonto!“ oder „5.000 Euro mehr Monatsgehalt!“

Täglich messen. Wenn Sie bei mir nicht täglich Ihren Fortschritt messen, haben Sie kein Ziel. Wenn jemand abnehmen will, z.B. acht Kilo in vier Wochen. Geht das? Natürlich geht das. Aber wenn er nicht täglich auf die Waage geht, was würden Sie über den denken? Das ist ein Schwachkopf, würde ich denken! Und das geht mir bei vielen Unternehmern so, die sagen: „Ich will vorwärtskommen.“ Wenn Sie sagen, Sie wollen mehr Umsatz machen, dann müssen Sie anfangen, die Verkaufs-Termine, die Ihre Verkaufs-Mannschaft produziert, Ihr Auftragsvolumen zu messen, tagesgültig. Den Eingang von Leads auf Ihrer Liste von Empfehlungen, was immer Neukunden produziert.

Ein effektives Ziel braucht einen Termin. Das machen auch viele falsch. Sie sagen, ich will finanzielle Unabhängigkeit, eine Million, aber geben keinen genauen Termin an. Die Konsequenz: Sie werden 94 Jahre, Sie liegen auf dem Sterbebett. Und da kommt der Student, der Sie pflegt und sagt, „Ich habe eine gute Nachricht für Sie. Sie haben im Lotto gewonnen! 26 Millionen Euro.“ Und Sie freuen sich bis in Ihre Unterhose und wieder raus. Und Sie weinen bittere Tränen, denn Sie können nix mehr damit anfangen. Sie können es nicht mehr ausgeben! Es ist Ihr letzter Tag auf Erden. Es gilt, Abschied zu nehmen. Und darum: setzen Sie einen Termin! Definieren Sie den spätesten Zeitpunkt, wann Ihr Ziel Realität geworden sein soll.

2. Ein Ziel muss motivierend sein!

Das ist selbsterklärend. Ein erstrebenswertes Ziel ist immer jenseits davon, wo wir heute stehen. Wir müssen also Wachstum vollziehen, innerlich und äußerlich und dazu braucht es Überwindung und Motivation.

Und meine Testfrage dafür ist: Brennen Sie für Ihr Ziel wie für Ihre erste Liebe? Erinnern Sie sich an Ihre erste Liebe? Wo haben Sie das gespürt? Im Kopf? Im Bauch? (Manche meinen noch tiefer! J) Und das meine ich ernst. Wären Sie nicht aus dem dritten Stock gesprungen, oder wären über den breitesten See geschwommen, oder über den höchsten Berg geklettert, um mit der Dame Ihres Herzens zusammen zu sein? Ist es nicht so?

Und darum: Wenn Sie für Ihre Ziele geschäftlich nicht so brennen, wie für Ihre erste Lieben, dann machen Sie verdammt nochmal was verkehrt, denn dann lassen Sie 90% und mehr Ihrer Leidenschaft, Ihrer Persönlichkeit, Ihres Potentials ungenutzt. Schauen Sie sich Erfolg da draußen an. Sie wissen, als Sie Ihr Geschäft gegründet haben, war es genau wie mit Ihrer ersten Liebe. Der Mietvertrag, die Kunden, die Webseite, die Prospekte, all das war Ihnen unendlich wichtig und wertvoll. Und das müssen wir wieder entfachen und zurückholen!



Also, die Testfrage ist: „Brennst du für dein Ziel wie für deine erste Liebe?“ Viele kommen zu mir und sagen: „Rette mich!“ Das funktioniert nicht. Sie kriegen auch vom Coach von Boris Becker nicht Wimbledon geschenkt. Die Leidenschaft müssen Sie mitbringen! Und Begeisterung ist oft nur ein Strohfeuer. Leidenschaft ist etwas, was aus der ganzen Seele strahlt. Und dann ist Disziplin ganz leicht und natürlich.

3. Ein Ziel muss herausfordernd sein!

Und das Dritte ist, und jetzt fliegt Ihnen wahrscheinlich das Blech weg: Ein Ziel sollte herausfordernd sein. Was meine ich damit? Auch hier spezifisch: die Gewissheit, dass ich es erreichen sollte unter 50 Prozent liegt.

Was lernen wir normalerweise? Ein Ziel sollte realistisch sein. Warum? Wir sind eine Nation von Feiglingen. Schauen Sie, welchen Grund gibt es, sich realistische Ziele zu setzen? Welchen Grund gibt es, nach allem, was Sie jetzt gehört haben und sicherlich auch schon vieles wussten, dass Sie sich realistische Ziele setzen? Keinen! Schauen Sie, wenn Sie eines bisher verstanden haben: „Es gibt nichts, was du nicht erschaffen kannst, wenn du bereit bist, deinen Geist darauf solange mit Leidenschaft zu fokussieren, bis es Realität geworden ist!“ Die Wahrheit ist: Es ist genauso anstrengend, eine Million zu produzieren, wie 10.000. Nur eine Million macht mehr Spaß! Weil Sie machen hinterher mehr Urlaub und die Yacht ist länger.

Schauen Sie, der einzige Grund, sich nicht Ziele zu setzen, die jenseits Ihrer Vorstellung liegen, ist Angst! Sie sagen 250.000. Warum nicht 250 Millionen? Merken Sie die Angst in unseren Klamotten? „Schaffe ich nicht!“ „Was sagen andere, wenn ich scheitere?“ All dieses Zeug. „Glaube ich nicht! Kann ich nicht!“ Schauen Sie, wenn Sie verstanden haben, wie das Leben funktioniert, was ist der Unterschied? Wenn Sie in Frankfurt in den Flieger steigen und geben Hamburg als Ziel ein, dann werden Sie irgendwo in der Richtung Hamburg landen, vielleicht kommen Sie vorher schon runter, aber Sie werden nie nach Hawaii kommen. Sie verstehen?

„Wenn Sie wissen, zu 100 Prozent, dass Sie es erreichen, dann ist es kein Ziel, sondern nur eine Beschäftigung!“

Die meisten von uns setzen uns Ziele, die viel zu klein sind. Wir setzen Ziele aus unserer Erfahrung: „Ja, das ist locker, das kriege ich hin. Wir haben bisher 8 Prozent gemacht, setzen wir uns 12 Prozent fürs nächste Jahr.“ Das ist doch kein Ziel. Wenn Sie wissen, zu 100 Prozent, dass Sie es erreichen, dann ist es kein Ziel, sondern nur eine Beschäftigung. Denken Sie darüber nach.

Kennen Sie Martin Luther King jr.? Komisch, nicht, kaum einer von uns hat ihn lebendig erlebt. Aber wir kennen ihn alle. Mein Lieblingszitat von ihm habe ich Ihnen mitgebracht:

„Ein Mensch fängt erst dann an wirklich zu leben, wenn er bereit ist für eine Sache zu sterben.“

- Martin Luther King jr.

Damit meine ich nicht, Sie sollen Ihr Leben für Ihr Geschäft über einen Herzinfarkt aufgeben, sondern ich rufe Ihnen zu: Wenn das, was Sie tun, Sie nicht leidenschaftlich inspiriert, wie der größte olympische Traum Ihres Lebens, verschwenden Sie Ihre Lebenszeit!



Denn dann zwingt dieses Ziel Sie nicht, zu wachsen und aus Ihrer Komfortzone und durch Ihre Angst sich durchzukämpfen zu Ihrer wahren Größe!

Die Wahrheit ist, Sie haben nur ein Leben. Am 20. November 2013 ist Dieter Hildebrandt gestorben, am 21. Dezember 2014 ist Udo Jürgens gegangen und am 10. November 2015 Helmut Schmidt, unser Alt-Kanzler.

Was will ich Ihnen damit sagen? Sie werden leben bis Sie sterben. Lassen Sie das ein, denken Sie darüber nach. Dieses Leben ist live. Die Leute, vor denen Sie Angst haben, was die über Sie denken oder sagen, die haben mehr Angst als Sie. Erfolg macht einsam, sagt man so schön. Sie müssen sich entscheiden, ob Sie der Masse folgen oder ob Sie Ihre eigenen Spuren hinterlassen.

Als ich damals angefangen habe, hat jeder gesagt: „Du bist ein Depp, das wird nie funktionieren!“ Aber nach einem Jahr, als ich Erfolg hatte und Geld, da kamen die sogenannten Freunde und haben mich um Geld angebettelt.

Irgendwann atmen Sie aus und nicht mehr ein. Und ich verspreche Ihnen eines: In der letzten Sekunde Ihres Lebens werden Sie Tränen weinen. Nicht darüber, wo Sie gescheitert sind und Schiffbruch erlitten haben, Sie werden Tränen in Ihrer Seele weinen darüber, dass Sie Ihr Leben mal wieder zu sicher gespielt haben, Ihre Ziele zu klein gesetzt, zu wenig mutig daraus gegangen sind. Weil, wenn Sie sich überlegen, Sie werden von irgendeinem Planeten hier ausgeliefert und Sie kriegen ein Regelwerk mit für diesen Planeten, ein Spielwerk „es gibt nichts, was du nicht erschaffen kannst, du musst nur deinen Geist darauf fokussieren“ – Parkplatz-Programmieren – dann denken wir nicht so, wie wir heute denken. Mit all diesen Blockaden und all diesen selbstgemachten Grenzen.

Wir fragen uns dann nur, wenn ich absolut wüsste, egal was ich mir vornehme, ich kann nur Erfolg haben, was würde ich mir vornehmen? Und wie kann ich hier und jetzt in meinem Leben und auf meinem gesamten Wachstumsweg so viel wie möglich Spaß haben mit den Menschen um mich herum?

Nochmal, warum muss ein effektives Ziel herausfordernd sein, die Gewissheit unter 50% liegen? Weil dass der einzige Weg ist, den ich gefunden habe, dass Sie gezwungen sind, Vollgas zu geben. Die Mutter mit dem Kind, das beim Unfall unter dem 1 Tonnen-Auto eingeklemmt wird. Da ist die Wahrscheinlichkeit vielleicht bei unter 1 Prozent, dass sie das Auto anheben kann. Und trotzdem sagt sie: „Ist mir egal, mein Kind wird leben!“ Und das ist die Einstellung, die Sie brauchen.

Was ich Ihnen zurufe: Schaffen Sie sich eine Vision Ihrer Zukunft, die Ihr ganzes Wesen in Brand setzt. Warum? Ohne Vision kein klares Ziel. Ohne klares Ziel kein Parkplatz und kein Magnetfeld. Ohne ein spezifisches, motivierendes und herausforderndes Ziel leben Sie Ihr Leben lediglich auf Sparflamme. Wollen Sie das?

„Ein Mensch sollte sich Ziele setzen, von denen er weiß, dass er sie zu Lebzeiten gar nicht verwirklichen kann.“

- Ted Turner



Die Basics:
„Meine Ziele definieren!“

- Mein Ziel ist spezifisch!** Das heißt, es ist messbar definiert, schriftlich fixiert, an einen Termin gebunden und ich messe täglich den Fortschritt. Was spezifisch werde ich an Ergebnissen produzieren? (Klarheit ist Power: Was genau? Messbar?)

.....
.....
.....

- Ich brenne für mein Ziel!** ... wie für meine erste Liebe und ich habe mindestens 20 emotionale Gründe notiert, warum ich mein Ziel erreichen werde.

Warum will ich dieses Ziel erreichen? (Besser fühlen! Visualisieren (Gefühlsbild), Auswirkungen konkret? Konsequenzen? Lebensqualität? Vorteile? Glücklicher?)

.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Ich habe Zwischenziele definiert!** ...für das laufende Jahr, den Monat, die Woche und den Tag.

8 Jahre

.....

1 Jahr

.....

3 Monate

.....

1 Monat



- Mein Ziel ist eine echte Herausforderung!** ... und zwingt mich aus meiner Komfortzone auszubrechen um es zu verwirklichen. Das bedeutet, die Gewissheit, dass ich es erreiche liegt unter 50%.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Ich erstelle eine Zielbild-Kollage für mein Ziel!** ... solch ein Vision-Board weckt mehr als alles andere unsere Emotionen und spricht unser Unterbewusstsein an. Mein Tipp: nehmen Sie 1-2 Stunden, einen Stapel Magazine mit den Bildern für Ihre Ziele und erstellen Sie eine Zielbild-Kollage Ihrer Zukunft!

.....

.....

.....



„26 Tipps, wie Du Dir Ziele setzt, die Dich herausfordern zu wachsen und Dein größtes Potential zu verwirklichen!“

1. Motivation: Machen Sie sich bewusst, wo Sie in 1, 7, 20 Jahren sind, wenn Sie wie bisher weiterleben: Wenn Sie nicht mögen, was Sie sehen, was ist Ihre bevorzugte Zukunft? Was ist Ihr „Ideal“?
2. Wer lebt das Leben, das Sie am meisten beneiden? Beschreiben Sie, wie es ist, dieses Leben zu leben?
3. Wer macht die Art von Arbeit, die Sie sich am meisten wünschen tun zu können? Beschreiben Sie, wie das Arbeitsleben dieser Person sein muss?
4. Wenn Sie nur noch 6 gesunde Monate zu leben hätten, wie sähen diese Monate aus? (Nur hypothetisch, Sie bleiben gesund!)
5. Was würden Sie im nächsten Jahr angehen, wenn Sie wüssten, Sie können nicht versagen?
6. **Meine Komfortzone ausdehnen:** Was wollten Sie schon immer machen...?
(Du weißt, Deine Umstände jetzt und Deine Vergangenheit bestimmen nicht Deine Zukunft und es gibt nichts, was Du nicht verwirklichen kannst! Wie kannst Du dieses Wissen nutzen, um das zu tun, was Du schon immer wolltest? Liste 5 konkrete Schritte, die Du in dieser Woche tun kannst um Dein Vertrauen & Commitment in Dein Ziel zu stärken!)
7. Wovon wollen Sie mehr in Ihren Beziehungen? In Ihrem Arbeitsleben? (Welche Gefühle, Erlebnisse, ...)
8. Wovon wollen Sie weniger in Ihren Beziehungen? In Ihrem Arbeitsleben? (Welche Gefühle, Erlebnisse, ...)
9. Wenn Geld kein Thema wäre, was würden Sie mit Ihrem Leben anfangen?
10. Beschreiben Sie Ihre ideale Arbeitssituation/ -umfeld im Detail?
11. Beschreiben Sie Ihren idealen Arbeitstag im Detail?
12. Beschreiben Sie Ihre idealen Mitarbeiter/ Partner im Detail?



13. Was würden Sie tun, wenn Sie 10fach mutiger wären in Ihrer wichtigsten Liebesbeziehung? In Ihrem Arbeitsumfeld? In Ihrer Familie? In Ihrem sozialen Umfeld?
14. Stellen Sie sich vor, es ist Montag, 9:00 Uhr morgens, drei Jahre in der Zukunft, Wo sind Sie? Was machen Sie? Was sehen Sie? Wie leben Sie?
15. Nun ist es mittags am gleichen Tag. Wohin gehen Sie zum Mittag? Wen treffen Sie
16. Jetzt ist es Samstag, 18:00 Uhr abends. Wo sind Sie? Was machen Sie? Wie war die Woche?
17. Jetzt sind Sie eine sehr alte Person und Sie laufen mit einem Schulkind im Wald spazieren. Was antworten Sie dem Kind auf die Frage: „Worüber in Deinem Leben bist Du am meisten stolz?“
18. Sie liegen auf Ihrem Sterbebett. Was haben Sie vollendet, bevor Sie die Welt verlassen?
19. Als Ergebnis davon, dass Sie gelebt haben, haben sich drei Dinge in der Welt verändert. Welche Dinge sind dies?
20. Jetzt beschreiben Sie Ihre Vision, indem Sie die Antworten auf alle vorhergehenden Fragen mit einbeziehen:

Teste Deinen Traum...

Es ist wichtig, das der Traum, dem Du Dein Leben widmest, in Übereinstimmung mit Deinem Lebenszweck und Deinen Schlüssel-Werten ist! Bevor Du Deine gesamte Energie in Deinen Traum investierst, ist es wichtig zu prüfen, ob er zu Deinem Lebensweg passt.

21. Ist dieser Traum meinen Einsatz wert?
22. Produziert mein Traum Werte für meine Mitmenschen?
23. Zwingt er mich zu wachsen?
24. Lässt dieser Traum mich lebendig fühlen...?
25. Brauche ich dazu die Hilfe einer größeren Macht?

Meinen TRAUM fine tunen:

26. Welche Details Deines Traumes sind noch nicht perfekt? Freiheit/ Persönliches Wachstum/ Leben/ für Wen? Was muss noch verändert/ vergrößert werden...? Wie kannst Du Deinen Traum verändern um besser den Test #3 zu bestehen?