

Kleine Schritte - große Wirkung

Tu es einfach! Mit diesem Gedanken steht Andreas Glock am Morgen freudig auf und schläft am Abend zufrieden ein. Den dazwischenliegenden Tag verbringt er mit Tun. Dabei mit mächtigen Aktionen am großen Rad der Geschichte zu drehen, ist nicht sein Ziel – vielmehr folgt er der Überzeugung, dass jede der 1.440 Minuten genutzt werden kann, um in kleinen Schritten die eigene persönliche Geschichte positiv zu beeinflussen und damit auf Erfolgskurs zu bringen. Im Gespräch verrät er, was damit gemeint ist:

CaBiBu: Andreas, vor fünf Monaten haben wir uns schon einmal unterhalten. Der Bericht darüber war „Mit Bohnen auf der Erfolgsspur“ überschrieben. Folgen Sie dieser Spur noch?

Andreas (begeistert): „O ja – mehr denn je! Meine Überzeugung, dass jeder in jeder Minute seines Lebens durch einfaches Tun positive Veränderungen für sich bewirken kann, hat mich gerade in diesem letzten halben Jahr sehr viel weiter gebracht.“

CaBiBu: Inwiefern?

Andreas: „Angeregt durch positive Resonanzen in vielen Gesprächen, begann ich mit Vorträgen zu dem Thema, woraus mittlerweile eine ganze Reihe entstanden ist.“

CaBiBu: Vortragsreihe? Das hört sich nach Urania an.

Andreas (lacht): „Das kommt erst noch. Ich gehe ja die kleinen Schritte! Ein Inhalt meiner Vorträge ist: Mit Zwergen-Schritten zum Handlungs-Riesen. Die meisten Menschen sind Handlungs-Zwerge, obwohl sie ein riesiges Wissen haben. Sie setzen es nur nicht konsequent um.“

CaBiBu: Heißt das nun, wir tun zu wenig?

Andreas: „Zum einen das, zum anderen tun wir oft nicht das Richtige.“

CaBiBu: Beispiele dazu?

Andreas: „Sie möchten gerne ein Buch lesen, tun es aber nicht, weil sie angeblich keine Zeit dafür haben. Wenn Sie jedoch an jedem Tag jeweils nur 1 % Ihrer Zeit, also rund 15 Minuten, zum Lesen aufwenden, dann lesen Sie innerhalb eines Jahres 91 Stunden mehr in Büchern als jetzt, wo sie es heute aus vermeintlicher Zeitnot gar nicht tun.“

CaBiBu: Das klingt einleuchtend. Nächstes Beispiel?

Andreas: „Viele Menschen wollen perfekt sein und stecken ihre Energie in das Bestreben, **die Dinge richtig zu machen**, eben effizient zu sein. Im Endeffekt kommt es im Leben unter anderem darauf an, **die richtigen Dinge zu machen**, also effektiv zu sein.“

CaBiBu: Es braucht also nur einen kleinen Gedankendreher?

Andreas: „Richtig. Erst mit Effektivität macht Effizienz wirklich Sinn.“

CaBiBu: Sie haben ein Hörbuch produziert, in dem Sie die persönliche Entdeckung eines 90-Tage-Erfolgssystems vorstellen.

Andreas: „Ja – auf drei CDs erläutere ich anhand einfacher Beispiele, wie simpel **jeder** im Grunde genommen auf seine

Erfolgsspur kommen und dort bleiben kann. Im Wesentlichen geht es darum, die eigenen Stärken zu erkennen und zu leben. Klar ist doch, dass wir alle nicht alles gleich gut machen können. So, wie ein Hase nicht schwimmen kann, kann eine Ente beim Rennen keine Haken schlagen. Uns wird aber schon in der Schule suggeriert, dass wir alles gleich gut können müssen. Und daran werden wir von klein auf gemessen, um schließlich mit einer Durchschnittsnote ins Leben entlassen zu werden. Die meisten von uns geben sich damit auch (leider) zufrieden, was dann zur Folge hat, dass wir uns auf vielen Gebieten mit durchschnittlichen Erfolgen betätigen. Das macht auf Dauer unzufrieden und produziert Mittelmaß.“

CaBiBu: Seit über 21 Jahren sind Sie freier Finanzdienstleister. Inzwischen bezeichnen Sie sich auch als Handlungs-Coach und Möglichmacher. Macht Sie das zufriedener?“

Andreas (bestimmt): „Ja! Mir ging es wie so vielen anderen auch. In meinem Beruf fühlte ich mich nicht zu 100 Prozent gut aufgehoben. Auch wenn ich den ganzen Tag aktiv war, stand ich gewissermaßen doch still, weil meine Lebensleiter an der falschen Wand stand. Das Aktivsein hat mich nicht weitergebracht und erst recht nicht erfüllt. Ein solcher Zustand lähmt natürlich, auch privat. Vor 13 Monaten wog ich zum Beispiel noch 23 kg mehr als jetzt, und heute weiß ich, dass ich mich extrem unwohl gefühlt habe.“

CaBiBu: Irgendwann haben Sie dann den berühmten Hebel umgelegt?

Andreas: „Genau! Die kleine Bewegung des Hebelumdrehens verändert alles. Ich muss es nur tun! Und dabei natürlich wissen, was ich will. Auch hierzu ein kleines Beispiel: Sie wissen, dass morgendliche Wechselduschen gesund sind? Und Sie wollen gesund sein?“

CaBiBu: Ja klar! Aber jeden Tag drei Minuten eiskalt duschen? Brrr ... das schaffe ich nie!

Andreas: „Warum schaffen Sie das nicht? Weil Sie nicht einfach den Hebel – in diesem Fall den der Mischarmatur – umlegen! Im übertragenen Sinn gilt das für alles, was wir nicht schaffen.“

CaBiBu: Wenn ich das so höre, hätte ich große Lust, einen Ihrer Vorträge oder eines Ihrer Seminare zu besuchen.

Andreas (lacht wieder): „Dann tun Sie es einfach!“

CaBiBu: Haben Sie ein Lebensmotto?

Andreas: „Eins? Ich habe mehrere! Die aktuellen sind: *Yhprum* – Das ist die Umkehr des Murphy-Gesetzes und heißt: Alles, was funktionieren kann, wird auch funktionieren! Und: *FOCUS* – Follow One Course Until Successful.“

Das Gespräch mit Andreas Glock führte Adelheid Gehringer



Nächster Termin: Vortrag mit Workshop-Charakter - Freitag, 12. März 2010, von 19:07 bis 22:07 Uhr (Café BilderBuch-Gäste erhalten einen Preisnachlass von 10 €; bei Registrierung den Gutschein-Code KS120310 angeben)

Mehr Infos unter:

www.bohnenzaehler.de . www.bohnenzaehler.blog.de . www.bohnenweg.de . tueseinfach-heute@yahoo.de