

## **Leseprobe FEUER FÜR DEINEN ERFOLG**

### **Feuer ist Leben! Feuer ist Energie! Feuer ist Lebenskraft und Lebensfreude!**

#### **Vorwort Eva-Maria Popp**

Liebe Leser\*innen,

das eigene Feuer im Leben zu entdecken und am Brennen zu halten, ist die wesentliche Aufgabe, die alle Menschen haben, die etwas bewegen wollen. Erfolg bedeutet, seine eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu entdecken, daraus Ziele zu formulieren und in der Folge den Weg zu diesen Zielen zu konzipieren und vor allem, ihn auch konsequent zu gehen. Die Energiequelle, die man braucht, um den Lebensweg kraftvoll gehen zu können, entsteht durch das Lebensfeuer. Menschen, die auf dem eigenen Lebensweg unterwegs sind, haben ihr Lebensglück gefunden.

Mit unserer Erfolgsbuchreihe und besonders mit dem vorliegenden Buch „Mit Feuer zum Erfolg“ unterstützen wir Sie dabei, Ihren eigenen Weg zum Erfolg und zu Ihrem Lebensglück zu finden. Unsere Autor\*innen zeigen an ihren eigenen beispielhaften Lebenswegen, wie sie „ES“ gemacht haben. Sie werden traurige Geschichten finden, tragische Wege, berührende Erzählungen und vor allem erstaunliche Lösungen. Die Autor\*innen sind Expert\*innen auf den verschiedenen Fachgebieten für Coaching, Therapie oder Training. Sie öffnen für Sie, liebe Leser\*innen, ihre Schatzkisten.

Wir alle laden Sie ein, den Schatz für sich daraus zu nehmen, der für Sie gerade jetzt der richtige ist. Nun wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen und viel Erfolg!

Ihre Eva-Maria Popp

### **Höhenflüge und Landung mitten im Leben.**

#### **Cornelia Wanke im Gespräch mit Sven Hannawald**

Wenn wir für etwas so richtig brennen, dann gehen uns die damit verbundenen Tätigkeiten fast mühelos von der Hand. Wir sind im Flow – und die Stunden rauschen nur so dahin. Alle Anstrengungen haben etwas Leichtes, vielleicht auch Berauschendes – auf jeden Fall etwas Erfüllendes. Mir geht das fast immer so, wenn ich schreibe, Veranstaltungen moderiere, oder erst recht, wenn ich auf der Bühne stehe. Dann bin ich ganz bei mir, alles ist eins – und die Welt um mich herum zerfließt...

Wir sind dann auf dem höchsten Punkt der Konzentration – höchst fokussiert, völlig achtsam. Die letzten Sekunden vor der Begrüßung bei Moderationen und Auftritten auf dem analogen oder virtuellen politischen Parkett haben für mich etwas Erotisches: Denn jetzt kommt der Höhepunkt: Alles, was ich für diesen Auftritt gelesen, gelernt und geschrieben habe, will aus mir heraus – und fließen...

Sven mag es auf dem Balken kurz vor dem Abstoßen ähnlich gegangen sein: Diese Szene, den richtigen Schwung beim Anlauf und den besten Moment des Absprungs – immer wieder hat sich der Vierschanzentournee-Gewinner, Weltmeister und Olympiasieger die Abläufe eingepägt. Er war und ist der erfolgreichste Skispringer. In diesem Kapitel blickt er auf seine vielen Erfolge und Erfahrungen zurück – und wir reden gemeinsam darüber, wie man für seinen Erfolg brennen kann, ohne sich dabei zu verbrennen – oder gar auszubrennen, wie es ihm geschah. Sven Hannawald stürzte nach seinem absoluten Höhenflug 2002 – als er alles

erreicht hatte, was er sich als kleiner Bub erträumte, in einem tiefen Burnout. Heute ist er angekommen – mitten im Leben – und brennt unter anderem mit mir für das Thema psychische Gesundheit.

**Sven, wie war das? Nimm uns doch mal mit in Deine Geschichte.**

„Ich kann mich nicht daran erinnern, dass ich überaus ehrgeizig war. Aber es muss wohl so gewesen sein. Denn mein Vater hat mir erzählt, dass ich schon als kleiner Junge geheult habe, wenn ich nicht gewonnen habe. Also muss da schon etwas dran sein. Es war immer schon mein Drang, ein Skispringer zu werden. Ja, das habe ich schon ganz früh verspürt. Aber keinesfalls war es so, dass meine Eltern mich zu solchen Leistungen angespornt haben. Ich selbst wollte das. Ich wollte immer schon mehr erreichen als die anderen – mehr trainieren, gewinnen. Ich war schon immer bereit, dafür auch viel mehr zu tun. Wenn andere müde vom Training nach Hause gegangen sind, dann habe ich immer noch mal eine Schippe draufgelegt. Das war früher schon so – und ist auch ganz lange so geblieben. Damals im Jugendbereich in der DDR war ich den anderen Kindern und Jugendlichen vom Talent und der Leistungsfähigkeit her weit voraus. Das hatte für mich damals nicht so viel mit Arbeit zu tun – am Anfang ging alles fast wie von selbst. Erst als ich in den Erwachsenenbereich gekommen bin und mich dann mit Weltmeistern, Tournee- und Olympiasiegern messen musste, da merkte ich, dass die Aufgabe doch eine größere ist. Da musste ich plötzlich mehr tun, um ganz vorne dabei zu sein. Und das habe ich natürlich auch gemacht. Denn da war dieser unbändige Wille des kleinen Sven, ein ganz Großer zu werden .....“

**JETZT IST DIE BESTE ZEIT!**

**Von Johanna Maria Petermann**

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne.

Vielleicht kennst Du das Gedicht „Stufen“ von Hermann Hesse, aus dem ich mit der genannten Zeile einen kleinen Teil zitiere. Hermann Hesse zum einen, weil er mich in meiner Jugend begleitete, da wir die gleiche Heimatstadt Calw haben, und zum anderen, weil ich Hermann Hesse in meinem Leben immer wieder gedanklich begegnet bin und ich wichtige Schlüssel-Momente mit ihm verbinde. Ich stehe am Anfang meines Beitrags für dieses ganz besondere Buch „Feuer für Deinen Erfolg“. Ich stelle mir die Frage, was genau ist eigentlich Erfolg für mich? Wie habe ich Erfolg in der Vergangenheit definiert? Und wie hat sich meine Sichtweise auf Erfolg heute verändert? Welches Feuer treibt mich an? Weshalb brenne ich heute lichterloh mit meiner ganzen Energie und meinem Herzblut für meine Seelenaufgabe Coaching? Ich sitze entspannt in einem meiner Relax-Sessel, die seit kurzem mein neues Coaching Atelier schmücken. Ich habe das große Glück, dass sich das Jahr 2020 für meinen Mann und mich trotz oder vielleicht gerade wegen Corona zu einem ganz besonderen Jahr im positiven Sinne entwickelt hat. Möglich war dies vor allem, weil ich erfolgreich

C - Chancen erkennen durfte

O – Optionen gewählt habe

R – Reflektieren und loslassen konnte

O – Optimistisch in die Zukunft blickte

N – Neugierig Neues gewagt habe

A – Authentisch meinen Weg beschritten habe.

Dies ist zu meiner ganz eigenen positiven Definition von „CORONA“ geworden. Begonnen hat dieser essenzielle Wandel in meinem Leben allerdings bereits Mitte des Jahres 2018.

Doch bevor ich zu philosophisch werde bzw. meine jetzige Sichtweise über Erfolg und wofür ich heute brenne mit Dir teile, ist es mir wichtig, Dir zu zeigen, woher ich komme und wie früher mein Verständnis über Erfolg war. Ich lade Dich ein, mich auf einer Reise in meine Vergangenheit zu begleiten.

## **Nutze die Steine in deinem Weg, um dir daraus einen Neuen zu bauen!**

**Von Linda Matthey**

Immer wieder haben mich Menschen fassungslos angesprochen mit: „Was machst du alles beruflich?“, „Wow, wann machst du das alles?“, „Wahnsinn, wo du überall bist ...“ War es Neid? Bewunderung? Manchmal habe ich viel über diese Worte nachgedacht und überlegt, was diese mit mir machen. Ich arbeite ständig in vielseitigen Jobs und engagiere mich in vielen Projekten. Ich habe mein Leben lang für mich und mein Leben kämpfen müssen!

Es gibt oft Phasen, in denen man daran zweifelt, alles richtig gemacht zu haben. Immer wieder liegen Steine auf meinem Weg. Immer wieder muss ich aufstehen und kämpfen. Es gibt auch Tage, an denen man nicht mehr möchte und über den Sinn des Lebens nachdenkt. Warum schon wieder! Habe ich nicht schon genug durchgemacht? Dann denkt man an Menschen, die sicherlich noch Schlimmeres erlebt haben und man fasst neuen Mut! Mut, nicht aufzugeben, immer wieder aufzustehen, um zu verstehen, warum das Leben dir viel abverlangt und welchen Sinn es macht.

Es hat eine Zeit gedauert, zu mir zu finden. Damals war ich nicht so selbstbewusst und hätte mir das Leben, welches ich jetzt führe, nie so erträumt. Ich habe viel an mir gezweifelt, doch ich wollte aufstehen und mir beweisen, dass man vieles erreichen kann, wenn man es will!

Mit ca. 25 Jahren sagte ein Arzt zu mir, „Was Sie schon alles erleben mussten, wünscht man keinem Feind!“ Manchmal denke ich an diese Worte. Es kommen Erinnerungen hoch und ich frage mich selber, wie ich trotz der vielen Schicksalsschläge immer wieder aufgestanden bin. Dass mein Schicksal noch mehr mit mir vorhatte, wusste ich zu diesem Zeitpunkt ja noch nicht.

Die Kindheit prägt das Leben!

Es sind Situationen, die man nie vergisst und die einen im Unterbewusstsein zu dem Menschen machen, der man heute ist. Die aber auch zeigen, warum man eine gewisse Stärke aufweist und sich bewusst ist, was man im Erwachsenenalter erreichen möchte.

Ich erinnere mich zurück an meine Kindheit, kann aber teilweise nur das wiedergeben, was man mir erzählt hat. Mein schicksalhaftes Leben begann, als ich noch nicht mal geboren war. Meine Oma, sie war für mich wie eine Mutter, erzählte mir, dass ich ein „Versuchskaninchen“ meiner Eltern war. Damals wohnten wir in einem Ort bei Heidelberg. Es gab Streitereien und Trennungsüberlegungen, somit das Ende ihrer Ehe. Ich sollte ihre Hoffnung sein, ein Baby, um diese Ehe wieder zu kitten. Doch diese „Hoffnung“ scheiterte. Denn schon im Bauch bekam ich wohl den Zwiespalt und auch die Krankheit meiner Mutter mit. Vielleicht fühlte ich mich auch nicht gewollt.....