

WIE DU IN NUR 6 WOCHEN DEIN  
ERFOLGS-BUSINESS AUFBAUST

# **FIT, FLOTT + KOHLE**



**VOLKER DUNKER**

**Der Nr. 1 Experte für  
Business-Aufbau in 6 Wochen**

# **FIT, FLOTT + KOHLE**

Wie du in nur 6 Wochen  
dein **ERFOLGS-BUSINESS** aufbaust

*Volker Dunker*

© 2020 by **Bewegung21**

[www.bewegung21.com](http://www.bewegung21.com)

[volker.dunker@bewegung21.com](mailto:volker.dunker@bewegung21.com)

**Verlag Bewegung21 GmbH**

**c/o co.working team neusta**

**Konsul-Smid-Straße 24**

**28217 Bremen**

**Dieses Buch sowie Teile oder Ausschnitte davon dürfen ohne schriftliche Genehmigung des Autors oder des Verlages in keiner Form reproduziert, vervielfältigt, veröffentlicht oder öffentlich vorgeführt werden.**

**Wichtig: Wir verzichten der verbesserten Lesbarkeit halber auf die Weiblichkeitsformen bei Substantiven, Frauen sind selbstredend stets mitgemeint.**

# Inhalt

Kapitel	Seite
Lebe!	05
Bevor wir starten	05
Über mich	06
JETZT! Zeit für berufliche Veränderung!	06
Zufall?	08
<b>WOZU FIT, FLOTT + KOHLE ?</b>	09
Träume sind wichtig	09
Ziele, Ziele, Ziele	11
Zeit, Fokus, Aufschreiben	12
LERNBEREIT, Lernen als Leidenschaft	15
Geschäftskonzept, Teamwork & Klarheit	16
Erfolge vom ersten Tag an feiern, Dankbarkeit & Achtsamkeit	21
ERFOLGS-BUSINESS in nur 6 Wochen aufbauen	24
Dialog mit dir selbst	25
Danksagung	25
Schlusswort	26
Über mich „Zwei“	28
Wir bleiben im Kontakt!	29

## **Lebe!**

Achtung! Dieses Buch verändert dich.

Achtung! Achtung! Dieses Buch verändert vielleicht dein Leben.

Willst du das wirklich?

Achtung! Achtung! Achtung! Dein Freundes- und Bekanntenkreis wird sich höchstwahrscheinlich verändern. Dein Körper und dein materieller Wohlstand werden sich verändern.

Die Veränderung im Außen beginnt immer in unserem Inneren. Also zuerst nur bei dir!

Übrigens: Das wird so oder so der Fall sein. Die Fragen, die sich dabei stellen sind nur:

Bestimmst du in Zukunft bewusst die Richtung deiner Veränderung?

Sitzt du hinter dem Steuer deines „Lebensautos“?

Oder werden es wieder einmal die anderen sein, dein Chef, dein Vorgesetzter, dein Kollege und du sitzt nur hinten in deinem Auto und schaust nur zu und machst mehr oder weniger mit?

## **Bevor wir starten**

Super, dass du mit mir so verbunden bist, dass mein E-Book deine Aufmerksamkeit erregt hat und du weiterliest.

Hast du dir einmal oder mehrfach die Frage gestellt, ob dein Beruf auch deine Berufung ist, dich ehrlich und echt erfüllt?

Hast du dir Gedanken gemacht, ob dein Job dir gute Anerkennung und genügend Lob bringt, du Tag für Tag eine gute Wertschätzung wahrnimmst?

Oder erlebst du regelmäßig Frust nicht ausreichend wahrgenommen oder deine Fähigkeiten nicht gesehen zu werden?

Ist es vielleicht so, dass deine Arbeit dich irgendwo verletzt, dich immer tiefer trifft und du - sofern es gehen würde - am liebsten noch heute kündigen wolltest?

Aber... .., was dann?

Mir ging es in den Jahren 2011 bis 2013 auch so!

Auf den folgenden Seiten teile ich meine Erfahrungen und mein Wissen mit dir. Sehr gerne möchte ich dir meine Überlegungen und Entscheidungen in einem persönlichen Rahmen mitteilen, sofern es dir hilft. Frag mich einfach!

Ich bin davon zutiefst überzeugt, dass jeder seine Leidenschaft finden kann, um damit sehr erfolgreich zu sein.

Viel Spaß beim Lesen dieses Buches. Zur Beantwortung sich eventuell ergebender Rückfragen, sprich mich gerne an, vorzugsweise auf WhatsApp oder via E-Mail



+49 173 6052111

volker.dunker@bewegung21.com

Der Aufschlag ist bei dir!

Bewegte Grüße

*Dein Volker Dunker*

## Über mich

Mein Name ist Volker Dunker, Baujahr 1966, über 30 Jahre glücklich verheiratet mit meiner Christiane, 5 Kinder (tatsächlich von mir und mit meiner Liebsten).

Ich liebe Sport und Bewegung, insbesondere Tischtennis, Radfahren, Laufen, Schwimmen und Meditieren.

Knapp 20 Jahre in der Bankenwelt und rund 10 Jahre in leitender Position in der Logistik prägten mein Angestelltendasein. Und dann durfte es kommen ...

## JETZT! Zeit für berufliche Veränderung!

Sonntag, 11.08.2013, die Sonne brennt. Es ist kurz vor Mittag. Die letzten zwei Kilometer lagen vor mir. 86 Kilometer waren mit dem Rennrad geschafft. Die Strecke neigt sich zum Schlusspurt im leichten Winkel abwärts. Wir werden immer schneller und .....

**RUMMS** .....

ich liege auf dem Seitenstreifen und kann mich nicht mehr bewegen!

War das alles?

Diese Frage kommt doch immer mal wieder hoch, so auch bei mir bei und nach diesem Rennradunfall!

Im Moment des Aufpralls, mein Helm - mein Held, hatte ich nur Glücksgefühle und wusste damals nicht warum. Im Nachhinein war und bin ich sehr dankbar für diese Erfahrung. Es war der Start in mein neues Ich, es war endgültig Zeit für Veränderung;

Kündigung meines Beratervertrags. Ich hatte am Anfang meiner Selbstständigkeit nur diesen lukrativen, aber komfortablen Auftrag. Drei Monate mit einem doppelten

Schlüsselbeinbruch, keine Einkünfte und keine kurzfristige Perspektive andere Aufträge zu bekommen.

Dieser Impuls brachte mich (zwangsweise) in Bewegung und bringt vielleicht auch dich in Bewegung, nicht mehr nur Geld gegen Zeit tauschen zu wollen!

Veränderung braucht Impulse, braucht aber auch Zeit. Zeit, die du nicht immer hast.

Spätestens wenn dich die Inhalte in den Gefühlen begleiten, die sehr oft auch schmerzhaft sind, ist es Zeit zum Handeln. Mein Unfall löste eine schwere Krise aus und war dabei mein bester Freund, der mich ins Handeln brachte. Dafür bin ich im Nachhinein sehr, sehr ... sehr, sehr dankbar.

Wann ist es bei dir soweit? Brauchst du auch ein Ereignis, einen Unfall oder ähnliches? Nein! Entsprechend der chinesischen Weisheit „Bohre den Brunnen, ehe du Durst hast!“.

Setze dich ernsthaft mit deiner beruflichen Veränderung auseinander, wenn

1. du endlich damit aufhören möchtest, deine Fähigkeit zu „verkaufen“, damit sich andere Menschen ihre Träume erfüllen können!
2. du nur für dich und dein „Geschäft“ arbeiten möchtest!
3. du deine derzeitige Tätigkeit nicht für den Rest deiner aktiven Berufszeit willst!
4. dein Chef dich in deiner persönlichen Weiterentwicklung nicht fördert oder nicht fördern kann!
5. du dich nicht persönlich oder mit deiner Lebenserfahrung in deinen Aufgaben entfalten kannst!
6. du einen größeren finanziellen Spielraum möchtest, dein jetziges Betätigungsfeld diesen Wunsch aber nicht zulässt!

Auch wenn dich diese Gedanken in Stress versetzen, es ist niemals zu spät, sich zu verändern!

Glaube an deinen ‚Plan B‘, egal ob als Nebentätigkeit, zweites Standbein bis hin zum eigenen Geschäft. Deine Möglichkeiten sind vielfältig, egal wie alt du bist.

Bist du bereit, dir Gedanken zu machen einen Zusatzverdienst zu schaffen? Aufgaben wahrzunehmen, die dich mit Freude und Lust erfüllen?

Welche Herausforderungen hast du noch, um starten zu können?

Keine Zeit; zu anstrengend; keine freien Arbeitsplätze; zu wenig Erfahrung; zu viele Ausbildungen; fehlender Mut? Diese Gefühle und Hemmnisse hatte ich auch!

Berufliche Neuorientierung heißt nicht unbedingt sofort den Job hinschmeißen zu müssen. Es gibt Alternativen und Konzepte zum traditionellen Arbeitsmarkt, die du vielleicht noch nicht kennst.

Ganz wichtig ist, bevor du dich ins Abenteuer der beruflichen Veränderung begibst, stelle dir selbst folgende Fragen:

1. Wie sieht meine Vision, mein Sein von meinem Leben aus?
2. Wie lebe ich meine Zukunft?
3. Ist es nicht besser, in einer Mittelmäßigkeit unglücklich zu sein, als für ein erfülltes Leben sich noch einmal den A.... aufzureißen?

## Zufall?

Was wäre, wenn

- dich jemand ermutigt, richtig zu träumen?
- du für deine Träume deine einschränkenden Gedanken verabschiedest?
- du für einen Moment die Zeit anhältst, um den Augenblick in vollen Zügen zu genießen?
- du deinen größten Traum schon heute spürst, Tag für Tag?
- du Privates und Geschäftliches, also auch Familie und Arbeit unter einen Hut bringen könntest?
- du keine finanziellen Herausforderungen mehr fürchten brauchst?
- du jeden Tag mit einem breiten Grinsen zur Arbeit gehst und

du rundum glücklich, zufrieden und voller Tatendrang bist? Was würdest du mir vielleicht sofort um die Ohren hauen?

Richtig!

„Was sollen diese Träumereien? Das Leben ist hier und jetzt! Es ist weder genussvoll, noch kann ich von den Sehnsüchten und Träumereien leben!“

Diese Worte hören ich dann sehr oft. Doch aus selbst erlebter Erfahrung weiß ich, Träume werden unter bestimmten Bedingungen Wirklichkeit! Und wer hätte in den 50ern geglaubt, dass die Menschen einmal den Mond betreten oder zur Jahrtausendwende, dass das Handy das Leben der Menschen ab 2008 derart stark verändert, dass mit diesem Hilfsmittel ein ganzes Geschäft aufgebaut und geführt werden kann?

Diese Menschen haben an ihre Vision geglaubt!

Ich zeige dir, wie du deine Träume, Wünsche und Visionen und damit verbunden, deine berufliche Veränderung möglich machst, wenn Du daran glaubst. Eine wichtige Bedingung ist, dass du dir selbst treu bist und damit deine Ziele dir wirklich, wirklich wichtig sind.

Fangen wir an zu arbeiten?! Jetzt.

Der Erfolg hat drei Buchstaben

**T U N**



Auf den folgenden Seiten zeige ich dir, wie du von deiner Vision Schritt für Schritt in die Aktion kommst.

Also, lass uns beginnen!

Sprich mich gerne an, ganz einfach mit einer Sprachnachricht auf WhatsApp oder schreib mir eine E-Mail



+49 173 6052111

volker.dunker@bewegung21.com

## **WOZU FIT, FLOTT + KOHLE ?**

Auf meinem Wege in mein eigenes ICH durfte ich in den letzten sieben Jahren immer wieder sehr wichtige Lebensmittelpunkte erkennen, berühren und spüren. Die vier großen Bereiche zur Gesunderhaltung (oder Gesundheit), unserem Wohlbefinden und unserem Lifestyle finden wir in unserer

1. Bewegung, insbesondere unserer körperlichen und geistigen Bewegung,
2. Ernährung,
3. Entspannung und
4. GVZ \* Glück, Vertrauen & Zufriedenheit

Nur wenn du deine Werte und Inhalte (Werte-Canon) in allen vier Bereichen entdeckt hast, kannst du aus meiner Sicht nachhaltig, vollständig und erfüllt leben und planen.

Damit auch du deinen Lebensweg so gestalten kannst, folge deiner Intuition, deinen Gefühlen und deiner Berufung. Ich bin mir sicher, die nachfolgenden Zeilen geben dir an der einen oder anderen Stelle genau den richtigen Impuls **JETZT !** zu handeln.

## **Träume sind wichtig**

Träume GROSS und GRÖSSER!!!

Ist dein Traum wirklich **dein** Traum?! Stell dir diese Frage ganz genau. Nur so wirst du auch Eigentümer der Möglichkeiten, die sich aus dem Traum ergeben und kannst sie dir Stück für Stück erarbeiten (lassen). Damit diese „Traumbestellung“ bestmöglich wirkt, erstell eine Kollage, zeichne, male ein Bild oder was auch immer.

Visualisiere dir die Dinge, die Wirklichkeit werden sollen. Dieses „Werkzeug“ ist eine sehr wichtige Grundlage, die dir bei deiner täglichen Arbeit hilft. Damit beantwortest du dein eigenes „Warum?!“, das den Aufwand und die Arbeit rechtfertigt.

Denn du bezahlst den Preis für deinen Erfolg immer vorher!

Umgib dich mit Menschen, mit denen du dir deinen Traum erfüllen kannst.

Erarbeite deine Träume mit deinem Coach, Mentor oder Trainer (ich nenne sie auch gerne Förderer).

Stelle dir die Wirklichkeitsfrage: Verlasse ich mich auf Fakten, die ich selbst kontrollieren kann oder bin ich ein Traumtänzer?!

Fühle dich in deinen Traum hinein, jeden Tag. Stell dir dabei folgende Fragen:

1. Stimmt meine Strategie noch?
2. Zwingt mich mein Traum, ihm zu folgen?
3. Bin ich mit den richtigen Menschen verbunden, sage ich weniger richtigen Menschen ade?
4. Ist der Preis, den ich für meine persönliche Freiheit zahle, angemessen?
5. Komme ich meinem Traum näher, Stück für Stück, Schritt für Schritt?
6. Fühle ich Erfüllung?
7. Wie wirkt sich mein Traum auf andere Menschen aus und welchen Nutzen können diese durch meinen Traum erzielen?

WOW! Das hat aber gesessen.

Es ist eine der größten Herausforderungen eines jeden Menschen, seinen eigenen Traum professionell zu verwirklichen. Ich selbst habe über fünf Jahre dafür gebraucht, bis ich wirklich an die Umsetzung geglaubt habe. Aber das war keine verschwendete Zeit. Auch der Weg zum Traum ist spannend, da dieser in unserer Gesellschaft selten strukturiert ausgebildet wird.

Es gibt sehr viele Bücher über Träume, aber kaum Coaches, Mentoren oder Trainer, die sich mit einem fokussierten Traum-Management beschäftigen. Hier gibt es eine Lücke, auf die aufmerksam gemacht und die geschlossen werden darf.

Wie du deine Träume zu deinem Motivator für dein ERFOLGS-BUSINESS machst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Für mich wertvolle Zitate

**„Vorstellungskraft ist der Acker, der einen Traum zum Leben erweckt.“**

Albert Einstein, 1879-1955, deutscher Physiker und Nobelpreisträger

**„Es ist nie zu spät, mit dem Träumen zu beginnen und deinen Traum zu verwirklichen.“**

John C. Maxwell, \*1947, amerikanischer Autor, Speaker, Berater für Selbstentwicklung

**„Träume sind immer eine Nummer zu groß, damit wir in sie hineinwachsen können.“**

Josue Bisset, \*1970, amerikanische Schauspielerin

**„Du kannst nicht nach einem Traum greifen und gleichzeitig in der mittelmäßigen Komfortzone verweilen.“** Maureen Dowd, \*1952, amerikanische Kolumnistin

**„Träume sind erneuerbar. Egal wie alt oder in welcher Verfassung wir sind - es gibt immer noch unberührte Möglichkeiten in uns und neue Ideen, die darauf warten, geboren zu werden.“**

Dale Turner, \*1941, amerikanischer Musiker

## Ziele, Ziele, Ziele

Wenn dein Ziel dir im Moment zu groß erscheint, dass du es alleine nicht schaffen kannst, dann hole dir Unterstützung. Such dir einen Freund, Mentor, Trainer oder Coach!

Schreibe deine Ziele mithilfe deines Unterstützers auf!

Sind deine Ziele wirklich deine Ziele?! Stelle dir diese Frage ganz genau und sei ehrlich zu dir selbst mit deiner Antwort.

Schreibe deine ambitionierten Ziele in der Gegenwartsform auf. Sie müssen klar formuliert, ambitioniert, messbar, mit einem exakten Zeitplan und mit einem stets positiven und motivierenden Inhalt sein (SMART-Formel).

Entwickle (d)eine Systematik, mit der du täglich mit dir selbst und vielleicht auch mit deinem Förderer kommunizierst. Schreibe die wichtigsten Elemente auf, jeden Tag. Die Regelmäßigkeit ist wichtig, auch wenn es am Anfang noch so schwer ist!!!

Dokumentiere deine Ziele auf den Ebenen: Tag-, Wochen-, Monats-, Quartals-, Jahres- und Mehr-Jahresziele. Es ist am Anfang echt eine Herausforderung.

Fühle dich in deine Ziele hinein, jeden Tag. Stelle dir dabei folgende Fragen;

1. Stimmt meine Strategie noch?
2. Zwingt mich mein Ziel, ihm - noch - zu folgen?
3. Bin ich mit den richtigen Menschen verbunden, sage ich weniger richtigen Menschen ade?
4. Ist der Preis, den ich für meine Ziele zahle angemessen?
5. Komme ich meinem Zielen näher, Stück für Stück, Schritt für Schritt?
6. Fühle ich Erfüllung?
7. Wie wirken sich meine Ziele auf andere Menschen aus und welchen Nutzen können diese mit meiner Hilfe erhalten?

WOW! Auch das hat gesessen. Und vielleicht noch ein Stückchen mehr als deine Traumarbeit.

Mein Weg zur systematischen Erarbeitung von Zielen war auch lang. In meinen rund dreißig Jahren im Angestelltendasein waren Ziele auch immer im Mittelpunkt. Richtig gelebt wurden diese kaum.

Ein sehr wichtiger Wendepunkt entwickelte sich erst durch meine ersten Schritte im Coaching im Jahr 2014. Dabei bin ich bis heute meinem Coaching Buddy Eva aus Köln sehr dankbar. Wir hatten uns in der Coaching Akademie in Bielefeld kennen- und schätzen gelernt. Sie schaut uns leider seit kurzem aus dem Universum zu.

Eva und ich hatten uns gegenseitig befähigt, ein optimales Zeit- und Zielmanagement zu entwickeln. Dabei erkannten wir, dass es dir wenig nützt, wenn du der Zielsystematik einer anderen Person hinterherläufst. Du brauchst dein eigenes System, zu dem du auch stehst!

Wie wir es innerhalb von drei Monaten geschafft haben, es zu einem für uns beide perfekten System zu entwickeln, kann ich dir vielleicht später persönlich näherbringen. Für uns war es mega-inspirierend dieses System über fünf Jahre lang aus der Ferne zu leben und zu lieben. DANKE EVA!

Es gibt sehr viele Bücher über Ziele/Zielmanagement von Coaches, Mentoren oder Trainern, die sich mit einem fokussierten Ziel-Management beschäftigen. Sofern du so jemanden suchst, unterstütze ich dich sehr gerne dabei einen zu finden.

Wie du deine Ziele zu deinem Motivator für dein ERFOLGS-BUSINESS machst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Für mich wertvolle Zitate

**„Nur wer sein Ziel kennt, findet seinen Weg.“**

Epiktet, Philosoph, 50-125 n. Chr.

**„Disziplin ist nur eine Frage der Zielbewusstheit. Wer seine inneren Bilder klar vor Augen hat, kann die nächste Handlungsgelegenheit gar nicht abwarten.“**

Arnold Schwarzenegger, \*1947, amerikanischer Bodybuilder, Schauspieler, Politiker

**„Der Mensch arbeitet immer für ein Ziel. Wer jedoch keine eigenen Ziele hat, arbeitet für die von Anderen.“** Brian Tracy, \*1944, amerikanischer Autor, Speaker & Berater

**Wer alle seine Ziele erreicht, hat sie wahrscheinlich zu niedrig gewählt.**

Herbert von Karajan, 1908-1989, österreichischer Dirigent

**„Eine wirkliche Entscheidung wird daran bemessen, ob Du eine neue Handlung begangen hast. Wenn keine Handlung geschieht, hast Du nicht wirklich entschieden.“**

Tony Robbins, \* 1960 bis heute, amerik. Autor, Speaker Trainer

### **Zeit, Fokus, Aufschreiben**

Jede Veränderung braucht Zeit. Nimm' sie dir! Dein eigenes Zeitmanagement ist ein sehr machtvolles Instrument deiner Selbst. Schreibe deine Zeitplanung anfangs mithilfe deines Mentors, Coaches oder Trainers auf!

Dein Leben im Hier und Jetzt ist der einzige Weg zu deinem inneren Frieden und zu langfristigem Glück.

Um diesen Zustand des **TUN**'s in der Gegenwart zu erreichen, ignoriere die

Vergangenheit, die Zukunft und lebe im **JETZT!**

Sei in einem Zustand ständiger Wachsamkeit. Je aufmerksamer du die aktuelle Situation betrachtest, desto mehr richtet sich dein Fokus das Hier und Jetzt und desto weniger driften Körper, Geist und Seele in deine Vergangenheit oder Zukunft ab.

Richte bewusst alle deine Sinne darauf, was um dich herum **JETZT!** gerade passiert. Dann löst sich ein Großteil deiner Herausforderungen von selbst auf.

Prioritäten setzen und diese regelmäßig überprüfen ist dabei sehr wichtig. Nutze hier eine Methode aus dem Zeitmanagement, mit der wichtige und dringende Aufgaben von unwichtigen und nicht dringenden Aufgaben unterschieden werden.

Lerne konsequent „NEIN“ zu sagen zu Aktivitäten, die nicht wichtig, nicht dringend oder delegierbar sind.

Eva und ich waren erstaunt, wieviel Zeit wir durch diese Technik für Veränderungen gewinnen konnten.

Plane deine Zeit ganz genau. Mach deine Planung schriftlich jeden Tag. Stell dir dabei folgende Fragen:

1. Stimmt meine Zeiteinteilung noch?
2. Habe ich genügend Zeitpuffer für ungeplante Dinge, die plötzlich wichtig und dringend sind?
3. Schlafe ich genug? Ist mein Tagesablauf so aufgebaut, dass ich gut einschlafen kann und schnell in den Tiefschlaf komme?
4. Habe ich genug Zeit für mich selbst und für meine liebsten Mitmenschen?
5. Bewege ich mich genug? Habe ich genug Ausgleich in der Natur?
6. Fühle ich Erfüllung?
7. Wie wirkt sich meine Zielplanung auf andere Menschen aus?

Der Umgang mit meiner Zeit war und ist auch meine größte Herausforderung. Häufig willst du zu viele Dinge und Aktivitäten auf einmal erledigen. Doch es ist wichtig, hier einen klaren Blick zu entwickeln. Insbesondere der riesige Hebel des „Nein“-Sagens schafft dir erstaunlich viel Spielraum. So ist es mir auch ergangen. Ich hatte anfangs zirka 20% mehr freie Arbeitszeit!

Plane deine Zeit ganz bewusst und wertschätzend für folgende Bereiche ein:

- Gesunderhaltung und Wohlbefinden
- Beziehungen und Partnerschaften
- Karriere, Beruf und Geld
- Persönliche Weiterentwicklung
- Freizeit und soziales Engagement

Es gibt sehr viele Hilfsmittel und Methoden, um Zeit zu planen. Finde, nutze sie und mache sie zu Instrumenten deines täglichen Lebens. Prüfe deine Zeiteinteilung mit der Hilfe deiner verbundenen Menschen, jeden Tag. Glaube mir, am Anfang wirkt das doch sehr ungewohnt und fühlt sich komisch an. Irgendwie sträubt sich dein innerer

Kommentator und es fällt dir schwer, insbesondere, weil es dir am Anfang auch tatsächlich erst einmal Zeit kostet.

Nach spätestens zwei bis drei Monaten spürst du deinen ersten, richtigen Erfolg und bist glücklich, dass du ein für dich perfektes System entwickelt hast. Machen!

Wie du deine Ziele zu deiner Zeitplanung und Fokussierung für dein ERFOLGS-BUSINESS machst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Für mich DAS wertvollste Zitat

„Das Leben ist ein langer, ruhiger Fluss.“

Étienne Chatiliez, \*1952, französischer Filmregisseur, Drehbuchautor

### Unbekannter Dialog

Der Schüler fragt den Gelehrten. Du bist immer so ruhig und gelassen, wirkst zufrieden und ich bin immer auf der Flucht. Was soll ich tun? Der Gelehrte antwortete:

Wenn ich schlafe, dann schlafe ich,  
wenn ich aufstehe, stehe ich auf,  
wenn ich gehe, gehe ich,  
wenn ich esse, esse ich,  
wenn ich schaffe, schaffe ich,  
wenn ich plane, plane ich,  
wenn ich spreche, spreche ich und  
wenn ich höre, höre ich, (schläfst Du schon)

BEI DIR SEHE ICH

Wenn Du schläfst, dann stehst Du schon auf,  
wenn Du aufstehst, gehst Du,  
wenn Du gehst, isst Du,  
wenn Du isst, schaffst Du,  
wenn Du schaffst, planst Du,  
wenn Du planst, sprichst Du,  
wenn Du sprichst, hörst Du und  
wenn Du hörst, schläfst Du!

## LERNBEREIT, Lernen als Leidenschaft

Jede Veränderung braucht deine Bereitschaft zu lernen, ganz klar. Das Schöne dabei ist, du kannst mit Kontinuität, Ausdauer und einer ausgeprägten Lernbereitschaft alles lernen. Das ist besonders wichtig, wenn du dich bisher noch nicht vollkommen neu erfinden brauchtest.

Bei mir war es auch so. Erst Banker in allen Bereichen, Logistiker im Finanzwesen, Träumer im klassischen Gesundheitswesen, Verkäufer in der Telekommunikation und JETZT angekommen in der Mentoring Branche.

Schreib deine Lernbereitschaft mithilfe deines Mentors, Coaches oder Trainers auf!

Erste Schritte! Was machst du gerade, um deiner Vision etwas näherzukommen? Hast du dir Maßnahmen überlegt, die dich auf den Weg bringen? Was willst du konkret verändern? Dein Mentor zeigt dir einen guten Weg, der dich zum Erfolg begleiten wird. Alle Tools, die du benötigst, sind vorhanden. Nutze sie!

Freue dich auf den Moment, in dem dir bewusst wird, wie hilfreich es sein kann, in stressigen Situationen einfach mit bewusster Atmung zu entschleunigen und dadurch wieder handlungsfähig zu sein. Zum Beispiel kannst du zwischendurch kurz ein Fenster öffnen, für einen Moment die Augen schließen und spüren, wie dein Einatmen deine Lunge und deinen Körper mit Sauerstoff versorgt und wie du mit dem Ausatmen alles loslassen kannst, was du jetzt nicht mehr brauchst.

Entwickle (d)ein System, mit dem du täglich lernst. Schreibe die wichtigsten Elemente auf, jeden Tag. Und sei es am Anfang noch so schwer!

Genieße es, lernen zu dürfen - das ist ein Privileg. Du kannst tun, was du möchtest. Traue es dir zu und erlaube es dir bitte!

Fühle dich in deine Lernbereitschaft hinein, jeden Tag. Stelle dir dabei folgende Fragen:

1. Stimmt meine Bereitschaft zum Lernen noch?
2. Zwingt mich mein Ziel, ihm - noch - zu folgen?
3. Bin ich mit den richtigen Menschen verbunden, sage ich weniger richtigen Menschen ade?
4. Ist der Preis, den ich für meine Lernbereitschaft zahle angemessen?
5. Kann ich meinen Wissensdurst stillen, Stück für Stück, Schritt für Schritt?
6. Fühle ich Erfüllung?
7. Wie wirkt sich meine Lernbereitschaft auf andere Menschen aus und welchen Nutzen können diese mit meiner Hilfe daraus ziehen?

Die Themen Lernen und Lernbereitschaft sind ein Endlosthema, mit dem ich mich hier nur kurz beschäftige. Eigentlich ... denken wir, eigentlich ... wissen wir nicht, eigentlich ... sollte es doch reichen. Nein! Lernen, lernen, lernen!

Ich durfte durch eine wundervolle Gemeinschaft lernen, dass es nur auf täglicher Basis möglich ist, Besonderes zu lernen. Eine Stunde pro Tag ist aus meiner Erfahrung das

optimale Zeitfenster für meine persönliche Weiterentwicklung. Wer nicht bereit ist mindestens 15 Minuten pro Tag in sich zu investieren, hört bitte sofort auf zu lesen, und genießt sein Leben lieber so, wie es ist!

Wie du deine Lernbereitschaft auf das nächste Level für dein ERFOLGS-BUSINESS bringst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Zitate

„Veränderung ist möglich, solange der Körper noch warm ist.“

Unbekannter Autor

Wenn Dir jemand eine großartige Gelegenheit bietet, du dir aber nicht sicher bist, ob du dies tun kannst, sage "Ja" - und lerne später, wie es geht.

“If somebody offers you an amazing opportunity but you are not sure you can do it, say yes – then learn how to do it later!”

Richard Branson, \* 1950, britischer Unternehmer

„Die größte Entscheidung deines Lebens liegt darin, dass du dein Leben ändern kannst, indem du deine Geisteshaltung änderst.“ Albert Schweitzer, 1875 bis 1965, deutsch-französischer Arzt und Pazifist

„Jeder ist ein Genie! Aber wenn Du einen Fisch danach beurteilst, ob er auf einen Baum klettern kann, wird er sein ganzes Leben glauben, dass er dumm ist.“

Albert Einstein, 1879-1955, deutscher Physiker und Nobelpreisträger

## **ENTDECKE DEINE LEBENSENERGIE!**

### **Geschäftskonzept, Teamwork & Klarheit**

Damit du deine Ziele realisieren kannst, brauchst du ein funktionierendes Geschäftskonzept. Eines, das dich befähigt, zuerst nebenberuflich und später hauptberuflich so viel Geld zu verdienen, um alle deine Wünsche erfüllen zu können.

Natürlich musst du dich mit diesem Geschäftskonzept identifizieren können. Schließlich möchtest du ja auch nicht irgendetwas tun, sondern möglichst deine Berufung leben.

**Erfinde das Rad nicht neu!** Ich selbst hatte mehrere Start Up's gestartet, die für mich nicht funktionierten. Diese Erfahrungen haben mich bestimmt drei Jahre meines Lebens gekostet. Und ganz nebenbei, auch jeden Menge Kohle. Nutze die Sicherheit funktionierender Geschäftsmodelle!

Der **Nutzen für die Menschen** muss immer im Hauptfokus deines Handels und Tuns stehen. Da führt kein Weg dran vorbei, auch keine Abkürzung. Wie unterstützt du Kunden und Partner bei ihren Herausforderungen mit deinem Geschäftsmodell? Hier erarbeitest du dir mit deinen Förderern ein messerscharfes Profil mit entsprechendem Überblick.



Hier liegt oft auch eine „Kröte“, die du schlucken darfst, und/oder entsprechend vertreibst.

Damit ist gemeint, dass es auch in diesem Geschäft Arbeiten gibt, die du vielleicht nicht magst, aber trotzdem gemacht werden müssen.

Warum brauche ich ein leistungsfähiges Team? **Dein Teamaufbau ist fast das wichtigste Element deines Geschäftskonzeptes.** Im Unterschied zu einem klassischen Unternehmen brauchst du dein Team nicht zu bezahlen, da sie in Form eines Partner-Werkes mit dir zusammenarbeiten. Dein Team besteht ausschließlich aus Partnern. Somit bringen sie auch von sich aus eine größeren Motivation mit, als wenn sie angestellt wären.

Für ein kraftvolles Wirken, insbesondere gegenüber deinen neuen Kunden und Partnern, brauchst du eine sehr gut abgestimmte Mannschaft. Vergleiche es bitte mit (d)einer erfolgreichen Lieblingssportmannschaft. Hier ist jedes Mitglied wichtig, egal ob des die einzelnen Spieler, der Trainer, die Fans, der Zeugwart oder wer auch immer ist.

Entdecke die **Kraft des Teilens** für dich. Suche dir Sparringspartner für deine Reise zu mehr Klarheit und Fokus. Wenn du mit anderen Menschen in den Austausch gelangst, kannst du leichter einen Perspektivwechsel vollziehen und dadurch für dich Klarheit schaffen.

Suche Gleichgesinnte, die sich auf einer ähnlichen Reise wie du befinden und Teile deine Geschichte, dein Warum und deine Vision. Mit jedem Gespräch kommst du deiner eigenen Klarheit und Zielen ein Stückchen näher.

Wer soll in dein Team kommen? Schreibe deine Wunsch-Teammitglieder mithilfe deines Mentors, Coaches oder Trainers auf! Sind deine Ziele auch wirklich die Ziele deines Teams? Jedes Teammitglied ist wichtig!

**Binde deine Familie in deine Entscheidungsfindungen stets rechtzeitig mit ein:** Also erst die Familie einbinden und dann entscheiden. Alles andere geht schief und bringt unnötigen Stress mit deinen Liebsten. Erhebliche Zeitverluste stehen sonst schnell auf der Tagesordnung. Mach deine Ziele auch zu den (Teil-)Zielen deiner Familie! Nur gemeinsam kannst du deine Träume, Ziele und Zeiten effektiv und effizient mit deinen Liebsten teilen.

Wenn das Geschäftskonzept für dich stimmig ist, darfst du überlegen, mit welchen **Produkten** du arbeiten möchtest. Natürlich könntest du auch reine Beratungsleistung anbieten. Diese hat aber den Nachteil, dass du immer Zeit gegen Geld tauschst. Und du dich damit selbst einschränkst. Schließlich ist ja unsere Zeit gleich nach der Gesundheit unsere wichtigste Ressource!

Schau ganz genau hin, wie die **Produktketten (Einstiegsprodukt, Cross-Selling-Produkte und Premiumprodukte) und die Bezahlung** geregelt sind. Prüfe, ob es sich um nachhaltige, passive Einkommensstrukturen und/oder um Einnahmen auf der Basis Zeit gegen Geld handelt.

Informiere Dich ganz genau darüber, welche **Zusatzserviceleistungen** (wie z.B. das Testen von Produkten, Erstellung übersichtlicher Angebote, kostenlose Rückgaben, Zufriedenheitsgarantien) du erbringen darfst, um ein auf Dauer ausgerichtetes

Geschäftspartner werden zu können. Diese Leistungen werden in der Regel nicht vergütet, insbesondere wenn du deinen Kunden und Partnern einen einprägenden WOW-Effekt schenken möchtest.

Damit du keine Überraschungen erlebst, **lasse dir Zahlen von erfolgreichen Vorbildern zeigen**. Oft versprechen Vertriebspartner zu hohe Einkommensmöglichkeiten in zu kurzer Zeit.

Akzeptiere für dein Geschäft **keine Risiken**, wie

- ein Ladenlokal
- Angestellten einstellen
- Lagerhaltung
- hohes Startkapital
- Verkaufsdruck durch den Hersteller oder Distributor
- Mindestbestellmengen
- Möglichkeit für die Kunden Produkte zurückgeben zu können
- lange Ausbildungszeiten

**Fühle dich in deiner Klarheit zum Geschäft, in deinem Team und in deinen Produkten, jeden Tag.** Stelle dir dabei folgende Fragen:

1. Stimmt mein Geschäftskonzept noch? Verzetteln geht ja echt schnell, wenn der Fokus fehlt!
2. Bin ich noch mit den richtigen Menschen verbunden, die mich integer, authentisch und ehrlich unterstützen?
3. Komme ich meinem Ziel, Klarheit in mein Geschäft zu bringen, näher, Stück für Stück, Schritt für Schritt?
4. Fühle ich Erfüllung?
5. Wie wirken sich mein ERFOLGS-BUSINESS auf andere Menschen aus und welchen Nutzen können diese mit meiner Hilfe erhalten?

Wie bin ich von A nach B gekommen? Was hat mich bewogen, aus der Finanzszene auszubrechen? Besonders prägend war meine Zeit als Kreditsachbearbeiter im Bereich der Existenzgründung. Es war grausam, mit ansehen zu müssen, wie die von Kennzahlen getriebene Finanzwelt mit Existenzgründern umgehen muss.

Zusätzlich sind die Erfolgchancen in der klassischen Berufswelt ernüchternd. Der KfW-Gründungsmonitor 2019 weist aus, dass 57% aller registrierten Gründer ihren Plan vorzeitig aufgeben und von den gestarteten Vollzeitexistenzgründern lediglich 68% das dritte Jahr überleben. Das heißt, von 100 notierten Gründern kommen 57 an den Start, davon sind nach dem dritten Jahr statistisch noch 39 im Geschäft.

Diese Übersicht ist auch in der Form unvollständig, da die bei der KfW nicht registrierten Starter nicht in der Statistik aufgenommen werden können. Unterm Strich kann davon ausgegangen werden, dass lediglich 10-20% aller Existenzgründer ein dauerhaftes und nachhaltiges Geschäftskonzept umgesetzt bekommen.

Ich machte mich nach meinem Rennradunfall 2013 auf die Suche nach einem Konzept, in dem die üblichen Risiken einer Existenzgründung ausgeschlossen waren:

1. Finanzierungsrisiken
2. Personalbeschaffungsrisiken
3. Personal- und Mietkosten
4. Lagerkosten
5. Beratungskosten
6. Sozialer Abstieg bei Misserfolg
7. Tausch Zeit gegen Geld

In den üblichen Existenzgründungszentren fand ich keine Lösung, nirgendwo.

Ein Zufall brachte mich zu einer Vertriebsform, die es schon sehr lange gibt. Während der wirtschaftlichen Krise in den 30er und 40er Jahren wurden in den USA neue Wege für den Wiederaufbau des wirtschaftlichen Systems gesucht. Dass Empfehlungen Kaufentscheidungen wesentlich beeinflussen können, war eine wichtige Erkenntnis der damaligen Zeit. Wer die Wahl hat, kauft eher ein Produkt, das von einem Bekannten empfohlen wird und keine völlig unbekanntem Artikel.

Vielleicht sind die Erkenntnisse aktueller denn je, da uns die heutige Krise voraussichtlich in eine ähnliche Situation begleiten wird.

Mit diesen Erkenntnissen und den Erfahrungen aus der klassischen Unternehmenswelt habe ich für mich den passenden Weg für mein Zweiteinkommen gefunden:

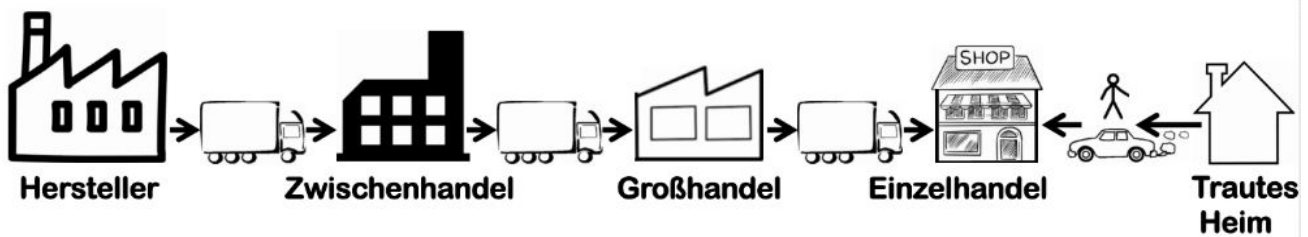
**Mundpropaganda, Mund-zu-Mund-Marketing oder auch Empfehlungsmarketing** genannt.

Für mich ist es „DAS Geschäft des 21. Jahrhunderts“, das im Marketing nachweislich immer mehr an Bedeutung gewinnt. Mundpropaganda kann als eine der ältesten Formen der Werbung gesehen werden, wobei diese Art der Werbung gleichzeitig auch die ehrlichste aller Marketingmaßnahmen ist, denn sie funktioniert in ihrer ursprünglichen Form ohne jeglichen Einfluss seitens der Unternehmen.

In der heutigen Zeit werden die Konsumenten nur so überflutet mit zahlreichen Werbeversprechen und Botschaften, die über die unterschiedlichsten Marketingkanäle auf sie einstürzen. In diesem Werbedschungel, in dem Konsumenten immer wieder aufs Neue Kaufentscheidungen treffen müssen, ist eine persönliche Empfehlung aus dem Freundes- oder Bekanntenkreis in der Regel sehr hilfreich.

Wie funktioniert Empfehlungs-Marketing?

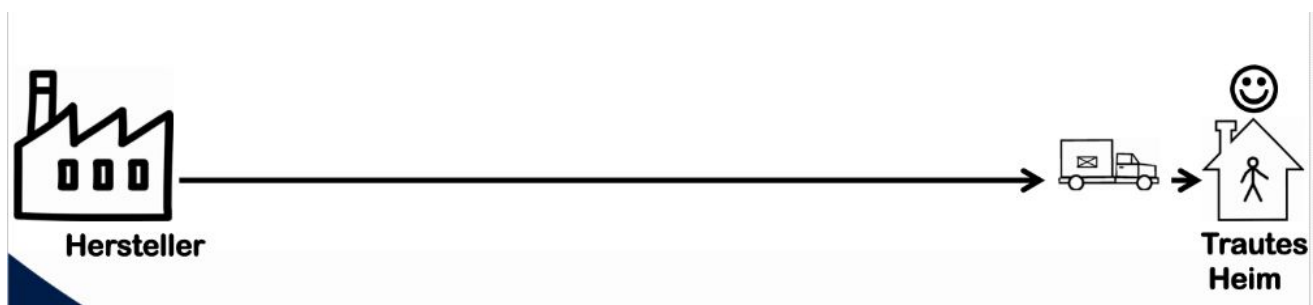
## Klassischer Vertriebsweg



Der Kunde zahlt 100% für das Produkt. Davon gehen nur 10-20% an den Hersteller. Die Differenz bleibt Zwischenhandel, Großhandel und Einzelhandel, damit deren Kosten für Logistik, Personal, Werbung und Lagerkosten gedeckt werden.

Hier ist der gesamte, teils sehr aufwendige Prozess mit zu bezahlen, wie z.B. Handelskosten, Lagebewirtschaftung, Rechnungen schreiben, kontrollieren und verschicken sowie Zahlungen kontrollieren, Abschreiben etc.

## Empfehlungs-Marketing



Beim Empfehlungs-Marketing werden die Produkte direkt an den Endkunden empfohlen. Diese Hersteller lassen ihre Produkte von Privatpersonen über Empfehlungen verkaufen und sparen dabei den Export, Zwischen-, Groß- und Einzelhändler und Lagerkosten. Das Produkt gelangt vom Hersteller direkt zum Endkunden.

Die ganzen Kosten wie beim klassischen Vertriebsweg entfallen, lediglich ein Versand- und Zahlvorgang ist dabei zu berücksichtigen.

Diese Einsparungen geben der Hersteller an die Privatpersonen weiter, die nach einem bestimmten System bezahlt werden.

Bei der Auswahl von vielen 100 Systemen und Unternehmen (Distributoren) habe ich für mich auf folgende Schlüsselfaktoren geachtet:

1. Welche Mentoren stehen mir wie zur Verfügung?
2. Ein unbedingtes „Must-Have“ ist die Eigenschaft/Möglichkeit des täglichen Verbrauchs
3. Jeder Mensch braucht und konsumiert die Produkte!
4. Passt das Vergütungssystem zu mir?
5. Entsprechen die Werte des Unternehmens meinem Werteempfinden?
6. Handelt es sich um einen Marktführer, der schon länger als 20 Jahre am Markt ist?

Die Suche nach deinem Geschäft ist auch für dich elementar wichtig. Freue dich auf den Weg und die damit verbundenen Erkenntnisse und Erfahrungen.

Wie du dein Geschäftskonzept, dein Team und deine Klarheit auf das nächste Level für dein ERFOLGS-BUSINESS bringst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Zitate

**„Man kann einen Menschen nur überzeugen, wenn man ihn liebt.“**

Martin Buber, 1878-1965, österreichisch-israelischer jüdischer Religionsphilosoph.

**„MMMM = Man muss Menschen mögen.“**

Unbekannter Autor

**“Es ist egal was dieser Mensch sagt, es kommt drauf an was er tut.”**

John Strelecky, \*1969, amerikanischer Bestsellerautor und der Erfinder des Konzepts Big Five for Life

**„Wir sind vielleicht alle in verschiedenen Schiffen angereist, aber jetzt sitzen wir im selben Boot.“**

Martin Luther King, 1929-1968, amerikanischer Baptistenpastor und Bürgerrechtler.

**Wer allzu klug ist, findet keine Freunde.**

Japanische Redewendung

## **Erfolge vom ersten Tag an feiern, Dankbarkeit & Achtsamkeit**

Schreibe deinen Erfolgsweg, deine Dankbarkeitsrituale und deine Achtsamkeitsübungen mithilfe deines Mentors, Coaches oder Trainers auf!

Schreibe auch deine Zwischenerfolge auf. Damit feierst du sie und belohnst dich selbst!

Sind deine Erfolge und die damit verbundene Dankbarkeit auch wirklich die Werte deines Teams?! Diese Frage stelle dir regelmäßig und stimme Teilerfolge mit deinen Förderern ab.

Sei dankbar für alles, was Du bist, tust und schon hast. Sei dankbar gegenüber anderen Menschen, mit denen du verbunden bist oder mit denen du dich verbinden möchtest.

Die Macht der Dankbarkeit geht tief unter die Haut und räumt mit unseren alten und tiefen Verletzungen auf. Auch mit denen, die uns bisher noch gar nicht bewusst waren, die uns aber unbewusst ausgebremst haben. Es bringt ein neues inneres Bewusstsein hervor, das tiefe Liebe und Dankbarkeit auslöst: zu dir selbst und deinen Mitmenschen.

Dankbarkeit ist auch ein Ausdruck des Verzeihens. Sie lässt das befreiende Gefühl, sämtlichen Ballast im Leben abschütteln zu können, zu.

Fühle dich in deinen Erfolg, deine Dankbarkeit und deine Achtsamkeit hinein, jeden Tag. Stelle dir dabei folgende Fragen:

1. Stimmt mein Erfolgsweg noch?
2. Bin ich dankbar und achtsam, jeden Tag? Wenn ja, prima! Wenn nein, sprich mit deinen Förderern!
3. Bin ich mit den richtigen erfolgreichen, dankbaren und achtsamen Menschen verbunden?
4. Fühle ich Erfüllung?
5. Wie wirken sich mein Erfolg und meine Dankbarkeit auf andere Menschen aus und welchen Nutzen können diese mit meiner Hilfe daraus ziehen?

Wie weit bist du entfernt-von folgendem Satz: „Ich bin dankbar, dass ich der bin, der ich bin, und ich möchte mit keinem anderen Menschen auf dieser Erde tauschen.“

Nun einmal ehrlich, kannst du diesen Satz „so mal eben“ aussprechen und auch fühlen. Das war auch für mich eine große Herausforderung.

Mache dir täglich klar, welche Situationen und Herausforderungen du gemeistert hast und lege dir ein Dankbarkeitstagebuch zu. Auch bei mir hat diese neue Gewohnheit schrittweise einen enormen Motivationseffekt erzielt.

Und was machen wir nun mit unserem „Ja, aber ...“. Ganz einfach, hier kommt ein Lösung, vielleicht auch für dich:

**Dialog zu deinem „Ja, aber ...“:**

Mein liebes „Ja, aber...“ ich habe keine Lust.

Ich möchte, dass du dir klarmachst, dass du es dir nur angewöhnt hast, keine Lust zu haben und dass du es dir genauso angewöhnen kannst, Lust zu haben.

Jedes Mal, wenn ich auf dich gehört habe und keine Lust hatte, dann hat sich weder etwas Positives für mich ergeben, noch habe ich damit jemals irgendwelche Erfolgserlebnisse gehabt. Ich war anschließend genauso lustlos wie vorher.

Aus diesem Grund möchte ich ab sofort immer öfter statt Frust, Lust haben und auf jeden Fall etwas unternehmen.

Und wenn ich nicht weiß, was ich unternehmen soll, dann will ich auf jeden Fall einen Spaziergang in der Natur machen, weil ich dort neue Energie, neue Ideen und auch neue Motivation bekomme. So wird es ab sofort gemacht!

Ach ja, da war doch noch etwas?! Deine eigene Achtsamkeit. Die jahrtausendealte Lehre Ayurveda geht davon aus, dass die Gesundheit des Körpers mit der Gesundheit unseres Geistes zusammenhängt. Sind wir glücklich, so ist der Körper gesund. Ist der Körper gesund, sind wir auch im Geist glücklich.

Klingt einfacher gesagt als getan. Einer deiner Förderer zeigt dir Wege, wie wir unsere eigene KÖRPER-GEIST-Verbindung wiederherstellen können - Schritt für Schritt.

Mit Yoga, Meditation und Achtsamkeit können wir lernen, unseren Geist zu lenken, uns zu fokussieren und unseren Körper richtig zu spüren.

Für unsere Zellen ist die gute Durchblutung unserer Blutbahnen, von der Arterie bis zum Kapillar-Bereich, den kleinsten Blut- und Lymphgefäßen, und wieder zurück bis zu den Venen, das A und O unserer Gesunderhaltung und des individuellen Wohlbefindens.

Auf der Suche nach meinem Weg fand ich heraus: Die wesentlichen Einflussfaktoren sind dabei gutes Trinken, insbesondere gutes Wasser ohne Kohlensäure und die gute Versorgung des Körpers mit Vitalstoffen.

Darüber hinaus wurde mir die Bedeutung der inneren Körperreinigung bewusst. Die regelmäßige Entschlackung und Entsäuerung meines Körpers sind mittlerweile meine Versicherung für mein Leben, das ich fit & flott bis in die Kiste genießen werde.

Zusätzlich durfte ich die geniale Physikalische Gefäßtherapie kennenlernen, die mich seit knapp einem Jahr täglich bis zu 20 Minuten begleitet.

Wie du deine Erfolge, die damit verbundene Dankbarkeit und Achtsamkeit für dein eigenes Geschäft auf das nächste Level für dein ERFOLGS-BUSINESS bringst:

## **EINFACH ANFANGEN!**

### Zitate

**„Wähle einen Beruf, den du liebst, und du brauchst keinen Tag in deinem Leben mehr zu arbeiten.“**

Konfuzius, 551 v. Chr. bis 479 v. Chr.,chinesischer Philosoph

**Wir haben uns über jeden kleinen Erfolg so gefreut, als wäre es der Lottogewinn.**

Max Wittrock, \*1990, Gründer MyMüsli

**Freude ist die einfachste Form der Dankbarkeit. Tue deine Pflicht so lange, bis sie deine Freude wird. Wenn wir Freude am Leben haben, kommen die Glücksmomente von selber. Man muss immer etwas haben, worauf man sich freut.** Unbekannter Autor

**Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind.**

Francis Bacon, 1561 - 1626, englischer Philosoph, Jurist & Staatsmann

**Dankbare Menschen sind wie fruchtbare Felder. Sie geben das Empfangene zehnfach zurück.**

August Friedrich Ferdinand von Kotzebue, 1761-1819, deutscher Dramatiker, Schriftsteller und Librettist

## ERFOLGS-BUSINESS in nur 6 Wochen aufbauen

Geht es dir heute auch so wie mir vor sieben Jahren? Du stehst an deinem Wendepunkt deines Lebens, möchtest oder musst dich lieber heute als morgen beruflich verändern. Du bist mutig und traust dir zu, dich **JETZT!** weiter zu entwickeln! Deine Zweifel, deine Ängste und dein Respekt, es doch nicht richtig zu machen, sind sortiert?

Aber wie ....soll....ich.....denn.....?

Du hast noch dein Hauptbusiness, egal ob Angestelltenverhältnis oder (Teil-) Selbständigkeit? Dein(e) Einkommen ist/sind noch existent und/oder deine finanziellen Reserven reichen noch für eine überschaubare Zeit?

Planbare Einkünfte sind in der heutigen Zeit wichtiger denn je. Die aktuelle Krise kann jeden Einzelnen derart berühren, dass es schnell gehen muss mit einem Zweit- oder Nebekommen.

Ich habe mich in den letzten 18 Monaten derart bewegt, dass ich mich mit meinen über 30 Berufsjahren beruflich noch einmal vollkommen neu erfunden habe.

Dieses geballte Wissen und meine ganzen Erfahrungen im Start-Up-Business haben mich motiviert, mein Traumgeschäft **FIT, FLOTT + KOHLE** als Mentor zu meinem Nummer Eins Geschäft spitz aufzustellen.

Als „Der Nr.1 Experte für Business-Aufbau in 6 Wochen“ stelle ich auch dir, wenn du die vorgenannten Bedingungen erfüllst, meine gesamte Start-Up-Erfahrung zur Verfügung.

Du kannst dir sicher sein, deine Zeit von 6 Wochen ist sehr gut investiert, um dein Zweit- oder Nebeneinkommen mit messbaren Resultaten aufzubauen. Du stellst mit meiner Hilfe deinen Businessplan auf, der dir dann innerhalb von vier bis vierundzwanzig Monaten deinen Erfolg messbar werden lässt und dementsprechend finanziell absichert.

Sofern du diesen dann konsequent umsetzt, ist dein Erfolg nicht mehr aufzuhalten. Du wirst sehen, wie erstaunlich einfach es ist. Fast schon zu erstaunlich einfach ... .



## Dialog mit dir selbst

Sei ich selbst, der Beste von mir überhaupt (Be myself, the best of me ever!)

Jeder Moment ist die schönste Zeit.

1. Ich bin organisiert und konzentriert!
2. Ich lebe mutig und gelassen!
3. Ich trete selbstsicher auf!
4. Ich bin ruhig und zentriert, im Reinen!
5. Ich reagiere zielgerichtet!
6. Ich wähle Interpretationen, die mich unterstützen oder mir Kraft geben!
7. Ich kümmere mich um meine Gesundheit und um mein Aussehen!
8. Ich lebe Integrität!
9. Ich strahle Charisma aus und bin empathisch!
10. Ich inspiriere mich und andere!
11. Ich zeige Emotionen. Ich zeige keine Emotionen, wenn es mir nicht dienlich ist!
12. Ich bin sensibel!
13. Ich bin beständig und hartnäckig!
14. Ich bin stets lernbereit und lernfähig!
15. Ich bin glücklich!
16. Ich habe stets ein gutes Bild von mir!
17. Ich vertraue meiner Intuition!
18. Ich bin selbst motiviert!
19. Ich bin fähig, Verpflichtungen einzugehen und sie zu erfüllen!
20. Ich bin fähig, mir alles anzuhören, ohne vorschnell zu reagieren!
21. Ich bin ein guter Zuhörer!

## Danksagung

Jetzt ist es Zeit, Danke zu sagen. Zum einen, dir, lieber Leser. Danke, dass du dir Zeit genommen hast, meine Gedanken und Worte zu teilen. Danke, dass du mir Rückmeldungen gibst, sofern du magst. Sehr gerne freue ich mich über deine Geschichte und dein Warum. Schreib mir bitte oder sende eine Sprachnachricht:



+49 173 6052111

volker.dunker@bewegung21.com

Bestimmt haben dich bisher viele gute Menschen auf deinem Weg begleitet. Sonst hättest du nicht die Bereitschaft und das Bewusstsein gehabt, dieses Buch zu lesen. Mir geht es selbst auch selbst so mit Büchern anderer Autoren.

Dieses Buch ist wie ein Lichtblick voller guter Einflüsse, Energien und dankbarer Erfahrungen, die Summe von sehr vielen wunderbaren und wertvollen Menschen, die mein Leben bereichert haben.

Einen besonderen Dank möchte ich meiner Familie und Freunden aussprechen, insbesondere meiner besten Ehefrau der Welt. Christiane hält es schon über 30 Jahre mit mir aus und plant auch noch die nächsten 30-40 Jahre, mit mir zu verbringen. Die Zeit danach ist noch frei (Lach). Danke, Schatz, für diese Leidenschaft!

Meine Kinder Florian, Philip, Henrike, Paul & Leon inspirieren mich jeden Tag aufs Neue. Danke für Euer Sein und Tun. Danke auch an meinen Bruder Hanno, der jederzeit Feuerwehr spielt, wenn es etwas Technisches und Handwerkliches rund um die Familie zu erledigen gibt. DANKE!

Besonders erwähnen möchte ich ebenfalls Carsten aus Moorrege, Heiko aus Etelsen und Mariam aus Tiflis/Georgien. Danke, dass ihr jeden Tag Platz in meinen Gedanken und Aktivitäten findet, der sowohl in der Vergangenheit als auch in Zukunft eine wichtige Rolle in meinem Leben spielt. DANKE!

Danke auch an Agnes & Leszek aus Tarmstedt, Conny aus Schwanewede und Dörte aus Worpswede. Ihr gebt mir jeden Tag die Möglichkeit, mein Wissen im 3G-Format zu erweitern. DANKE!

Hanne aus Wees und Irina aus Flensburg, Euch danke ich dafür, dass Ihr mir jeden Tag die Erfüllung einer optimalen Durchblutung meines Körpers mit der Physikalischen Gefäßtherapie näherbringt. DANKE!

## Schlusswort

Ich wünsche dir, dass du das eine oder andere Fünkchen Hoffnung mehr für dein Leben in diesem E-Book gefunden hast, um (endlich) deinen Traum auf die Startrampe zu bringen.

Du bist ein einmaliges Wesen hier auf unserer wunderschönen Erde und du sollst glücklich sein. Glaube immer an dich und gib nie, nie, niemals auf! Lass dir deine Träume nicht von anderen Menschen kleinmachen oder sogar stehlen.

Wenn dir dieses Buch gefallen hat, lies es ein zweites oder sogar drittes Mal durch.

Achte bitte immer darauf, dass du zu jeder Zeit ein gutes Bauchgefühl hast, wenn du mit Menschen über deinen Traum sprichst. Wenn du kein gutes Bauchgefühl hast, dann machst du in diesem Moment vielleicht etwas nicht ganz richtig.

Aber auch das ist kein Problem. Der Gründer von IBM, Thomas Watson, bringt es sehr treffend auf den Punkt „Um erfolgreich zu werden, musst du deine Fehlerquote verdoppeln“.

Einen ganz besonderen Dank möchte ich Margit Moravek und Tobias Winkler von der comstratega GmbH aus Wien aussprechen, ohne die dieses E-Book nicht entstanden wäre.

Was ist nun mein konkreter Vorschlag für dich zum Start?

Überleg bitte, ob du wirklich einen wichtigen Grund hast, dich **JETZT !** verändern zu wollen. Nur eine echte & ehrliche Entscheidung zu dir selbst erzeugt eine und damit DEINE Qualitätsentscheidung.

Achte bitte auf dich selbst, damit es nicht irgendeine Entscheidung von dir wird, die du nach wenigen Momenten schon wieder schleifen und dann schließlich ganz sein lässt.

Bis hier kannst du noch zurück

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

Du hast dich entschieden dir jetzt endlich deinen Traum zu erfüllen, ok. Was können deine nächsten Schritte sein? Suche dir einen Mentor und stelle dein Erfolgsteam zusammen. Diese Schritte beinhalten eine sehr starke Energie. Freue dich auf die Zu- und Absagen deiner Menschen, die du im Auge hast.

Vielleicht suchst du dir auch einen professionell aufgestellten Coach, Trainer oder sogar Mentor, der dich regelmäßig begleitet und dich reflektiert. In diesem Bereich hast du eine große Auswahl. Teste deine Partner vorher gründlich, damit dein Team von Anfang an genau das richtige ist.

Abschließend zitiere ich diese Zeilen von Johann Wolfgang von Goethe:

„Bis man sich verpflichtet hat, zögert man, läuft man Gefahr, einen Schritt rückwärts zu machen, ist man immer wirkungslos. Es gibt eine elementare Wahrheit, die auf alle Initiativen und Schöpfungen zutrifft und deren Unkenntnis zahllose Ideen und prächtige Pläne zugrunde richtet. In dem Augenblick, in dem man sich unumstößlich verpflichtet, tritt auch die Vorsehung in Erscheinung. Alle möglichen Dinge ereignen sich, um einem zu helfen, die sich anderweitig niemals ereignet hätten. Ein ganzer Strom von Geschehnissen entfließt der Entscheidung, beschwört alle möglichen unvorhergesehenen Vorkommnisse, Zusammentreffen und materielle Hilfe zum eigenen Vorteil herauf, wovon keiner sich hätte träumen lassen, dass ihm das je geschehen würde. Was du dir auch immer vorstellen kannst, kannst du auch tun.“

## **FANG AN, JETZT GLEICH!"**

Wenn nicht jetzt, wann dann?

Deine Zeit ist doch viel zu kostbar!

Ich wünsche dir alles Gute in deinem Leben und hoffe, dass du deine Qualitätsentscheidung für deinen Traum triffst.

Und vielleicht hat dieses Buch ein kleines Stückchen dazu beigetragen.

Wenn ja, lass es mich bitte wissen, egal ob du mich direkt ansprichst oder meine Social-Media-Seiten kommentierst.

Soll ich dich bei deinem Prozess unterstützen? Melde dich bei mir!

## Über mich „Zwei“

Ich bin hier, um dich daran zu erinnern, dass du als Mensch einzigartig bist und es verdient hast so zu leben wie du es möchtest!

Meine Vision ist es, allen Menschen, die mich wahrnehmen, mindestens 40.000 Leute, ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen, sofern sie es wirklich wollen.

In meiner Zusammenarbeit wende ich mich an Menschen, die einen Unternehmergeist in sich tragen, die sich entschieden haben **JETZT!** etwas zu unternehmen. Und dadurch glücklicher und freier zu sein.

Ich unterstütze Menschen, die sich und ihrer Familie die eigene finanzielle Situation schnell verbessern wollen.

Ich gebe Menschen Kraft & Ausdauer aus ihrer Komfortzone her austreten und sich von einschränkenden Glaubenssätzen zu befreien.

Ich zeige dir, wie du möglichst schnell und inspiriert deinen eigenen Weg beginnst.

Nach vier bis vierundzwanzig Monaten sind wir fertig mit der Arbeit und du merkst, dass du unabhängig bist, dass du alleine weitermachen kannst - und dass ich trotzdem weiterhin für dich da sein kann.

Wie wir miteinander umgehen und wie du nicht gleich einen Ausgleich/Preis für meine Leistung einkalkulieren brauchst, zeige ich dir, wenn du mein Geschenk angenommen hast.

Hier findest du mich:

Bewegung21 GmbH, c/o co.working team neusta, Konsul-Smidt-Straße 24, 28217 Bremen



+49 173 6052111

[volker.dunker@bewegung21.com](mailto:volker.dunker@bewegung21.com)

# GUTSCHEIN

## 2020.0505



### DEIN GESCHENK!

Gutschein für ein erstes kostenloses  
Perspektiven-Mentoring telefonisch oder via  
WhatsApp. Alternativ treffen wir uns sehr gerne  
auch persönlich im Bremer Raum.

Nutze diese Möglichkeit, wenn du dich wirklich beruflich verändern möchtest. Ich freue mich auf dich, dein Warum und deine Geschichte.

### Wir bleiben im Kontakt

Sehr gerne besuche, nutze und bewerte meine weiteren, möglichen Haltestellen auf deiner Reise, insbesondere

meinen wöchentlich erscheinenden Newsletter



oder in den sozialen Netzwerken

Facebook

<https://www.facebook.com/VolkerHermannDunker>

Instagram

<https://www.instagram.com/volkerh.dunker/>

Xing

[https://www.xing.com/profile/Volker\\_Dunker3/portfolio](https://www.xing.com/profile/Volker_Dunker3/portfolio)

LinkedIn

<https://www.linkedin.com/in/volker-dunker/>

*Vielen Herzlichen Dank*

im Voraus, dass du mein E-Book bis zum Schluss gelesen hast. Danke für deine Anregungen, Hinweise und Bewertungen, sehr gerne auch deine Likes!

Ich liebe wertschätzende Kritik, Lob und Anerkennung. Du auch?

Unsere mögliche, gemeinsame Reise dürfen wir noch sehr, sehr lange nachhaltig, vollständig und erfüllt unternehmen, entsprechend diesem Buchtitel

**FIT, FLOTT + KOHLE**

Ich freue mich, von dir zu hören/lesen!

Beste Gesundheit, eine tolle Gemeinschaft und immer genug Kohle auf deinem Konto wünscht dir

*Dein Volker Dunker*