



kailash

Rudolf Schenker
Lars Amend

ROCK YOUR LIFE

Steh zu deinen Träumen
und der Erfolg kommt von allein


kailash

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich
auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Dieses Buch ist bereits 2009 unter dem Titel
»Rock Your Life. Der Gründer und Gitarrist der Scorpions verrät
sein Geheimnis: Mit Spaß zu Glück und Erfolg« bei mvg erschienen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Überarbeitete Neuausgabe
2. Auflage
© 2022 Kailash Verlag, München
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH
Neumarkter Str. 28, 81673 München
Lektorat: Ralf Lay, Mönchengladbach
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Umschlaggestaltung: Daniela Hofner, ki 36 Editorial Design, München
Autorenfoto: Melanie Koravitsch
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-424-63230-9
www.kailash-verlag.de

Besuchen Sie den Kailash Verlag im Netz



INHALT

<i>Einführung</i> von Lars Amend	7
<i>Vorwort</i> von Paulo Coelho	15
<i>Einleitung</i> von Rudolf Schenker	19
 <i>Kapitel 1:</i>	
Mit den Augen eines Kindes	25
 <i>Kapitel 2:</i>	
Du kannst nicht scheitern!	41
 <i>Kapitel 3:</i>	
Achte auf die Zeichen deiner Umwelt	105
 <i>Kapitel 4:</i>	
Volkskrankheit Angst	129
 <i>Kapitel 5:</i>	
Let's talk about money!	151

Inhalt

<i>Kapitel 6:</i>	
Die Seele, der Körper, der Geist	195
<i>Kapitel 7:</i>	
Erziehung	231
<i>Kapitel 8:</i>	
Liebe	267
<i>Kapitel 9:</i>	
Wir sind alle Krieger des Lichts	337
<i>Kapitel 10 (Bonus):</i>	
Rudolf Schenker und Lars Amend im Gespräch (2021)	355
<i>Danksagung</i>	379
<i>Literaturnachweis</i>	381

EINFÜHRUNG

Von Lars Amend

Ich muss es so deutlich sagen: Dieses Buch hat mein Leben verändert. Wann immer ich gefragt werde, welches meiner zwölf Bücher, die ich bis zum heutigen Tag geschrieben habe, mein liebstes, wertvollstes und persönlich wichtigstes sei, kommt meine Antwort wie aus der Pistole geschossen: »*Rock Your Life*.« Und zwar mit einem breiten Grinsen voller Glück und Dankbarkeit im Gesicht.

Als ich im Winter 2008 eine Anfrage erhielt, ob ich nicht Lust hätte, gemeinsam mit Rudolf Schenker ein Buch zu schreiben, konnte ich mit diesem Namen zuerst nicht viel anfangen. Rudolf wer? Ich saß in meiner Wohnung in Berlin-Friedrichshain, gab den Namen in eine Suchmaschine ein, wurde aber dennoch nicht schlauer: »Rudolf Schenker, geboren am 31. August 1948 in Hildesheim, ist ein deutscher Gitarrist, Songschreiber und Bandleader der 1965 von ihm gegründeten hannoverschen Hardrockband Scorpions.« Aha! Als Junge, der vor allem mit Rap und elektronischer Musik der Neunzigerjahre aufgewachsen ist, kam bei mir, während ich diese Zeilen auf Wikipedia las, kein sonderlich großes Interesse oder gar Vorfreude auf. Ganz im Gegenteil, sofort öffneten sich mehrere Schubladen in meinem Kopf, die voller Bewertungen

und Vorurteile waren: »Scorpions? Uncool! »Wind of Change«? Musik für alte Leute! Hannover? Langweiligste Stadt Deutschlands! Darüber ein Buch schreiben? Um Gottes willen, bitte nicht!«

So in etwa müssen meine ersten Gedanken geklungen haben. Ich war Anfang dreißig, hatte gerade meinen ersten Erfolg als Autor gefeiert und gleichzeitig die anstrengendsten zwei Jahre meines Lebens hinter mir. Ich war mitten in einer Phase der Selbstfindung, hatte keine Ahnung, wer ich bin, was ich wirklich wollte im Leben und wohin mein Weg mich führen sollte. Ich war kraft- und orientierungslos, fühlte mich in der angesagtesten Stadt der Welt ein bisschen verloren und las von Eckhart Tolle, Neale Donald Walsh und Sergio Bambaren bis zu Dale Carnegie, Tony Robbins und dem Dalai Lama jedes Buch über Glück, Erfolg und persönliche Weiterentwicklung, das ich in die Finger bekommen konnte. Ich buchte sogar eine Sitzung bei einer Therapeutin, um herauszufinden, ob mit mir und meinen wirren Gedanken übers Leben noch alles in Ordnung sei. Nach einem einstündigen Monolog über meine jüngste Vergangenheit sagte sie lächelnd: »Herr Amend, kein Grund zur Sorge. Sie befinden sich lediglich in einer depressiven Phase. Sie sind sehr sensibel und nehmen entsprechend Energien und Stimmungen viel intensiver auf als die meisten anderen Menschen. Gönnen Sie sich etwas Ruhe und vermeiden Sie negativen Stress! Die Antworten, die Sie suchen, werden schon kommen. Ich rate Ihnen, beruflich nichts mehr zu machen, was Ihnen schlaflose Nächte bereitet. Probieren Sie doch mal was ganz anderes aus!«

An das Angebot, mit Rudolf Schenker eine Art Lebenshilfe-Biografie zu schreiben, dachte ich zu diesem Zeitpunkt schon gar nicht mehr. Bis mir Tage später in einem

Secondhand-Plattenladen am Boxhagener Platz eher beiläufig die Alben seiner Band in die Hände fielen. Die Scorpions hatten sogar ein eigenes Fach. Beeindruckt von den stylischen Covern, kaufte ich, ohne lange darüber nachzudenken, den ganzen Stapel und schrieb noch am gleichen Abend eine E-Mail, um einem Treffen mit Rudolf zuzustimmen. Ich hörte einfach auf mein Bauchgefühl. Was hatte ich schon zu verlieren?

Erwartungen an dieses Gespräch hatte ich keine. Vielmehr tummeln sich in meinem Kopf tausend Fragen, und ohne es auch nur im Ansatz zu ahnen, saß mir wenig später in einer kleinen Ortschaft mitten in der Lüneburger Heide einer der berühmtesten und erfolgreichsten Rockstars der Welt gegenüber, der tausend Antworten hatte. Wie führt man ein unbeschwertes Leben? Wie wird man glücklich? Wie wird man erfolgreich? Wie geht man mit Rückschlägen und Niederlagen um? Was ist der Sinn des Lebens? Wie findet man seine Bestimmung? Was bedeutet Freundschaft? Warum sind wir hier? Was tun, wenn niemand aus deiner Familie oder näheren Umgebung deinen Traum versteht? Wie trifft man gute Entscheidungen? Wie schiebt man Hindernisse beiseite und wandelt sie in Motivation um? Wie findet man seinen echten, wahren und authentischen Weg in dieser Welt? Was tun, wenn man sich nicht verstanden fühlt und von allen Seiten nur belächelt wird? Wie kann man auch in schwierigen Situationen durchhalten und weiter an seinen Traum glauben? Und wie läuft das eigentlich mit der Liebe?

Rudolf nahm einen großen Löffel von seiner Rote-Bete-Suppe und lächelte mich nur an: »Lars, ich sehe, wir verstehen uns. Genau über diese Themen, die dir gerade durch den Kopf gehen, möchte ich doch das Buch schreiben. Ich will keine stinknormale Biografie über mich lesen – das braucht kein

Mensch, sondern etwas von dem Wissen weitergeben, was ich in den letzten vierzig bis fünfzig Jahren mit den Scorpions übers Leben gelernt habe.« Ich nickte, lehnte mich zurück und hörte einfach zu. Rudolf konnte mir zu allen oben genannten Punkten aus dem Stegreif eine faszinierende Geschichte nach der anderen erzählen und sie auch noch mit unfassbar spannenden Beispielen aus seinem eigenen Leben erklären, dass ich aus dem Staunen nicht mehr herauskam und es kaum abwarten konnte, mit dem Schreiben zu beginnen. Das waren keine abgedroschenen Kalenderspruch-Ratschläge, die nur in der Theorie, auf einem Blatt Papier oder auf Instagram gut klingen. Was Rudolf mir an jenem Nachmittag und in den folgenden Monaten erzählte, war gelebtes Wissen. Ohne zu suchen, hatte ich plötzlich meinen Mentor gefunden, und ich wusste, wohin mich die nächste Etappe auf meiner Reise führen würde.

Als ich ein Jahr später zum ersten Mal das fertige Manuskript ausgedruckt in meinen Händen hielt, fühlte ich tief im Herzen, dass wir hier etwas Besonderes erschaffen hatten. Paulo Coelho hat über *Rock Your Life* gesagt: »Dieses Buch ist ein großer Schatz, der die Macht besitzt, das Leben von Millionen Menschen auf der ganzen Welt zum Guten zu wenden.« Genau das fühlte ich auch. Ich war derart euphorisiert, dass ich jedem, den ich traf, aufgeregt und voller Vorfreude davon erzählte: »Hast du gewusst, dass Rudolf seit vierzig Jahren Yoga macht und täglich meditiert und nur durch die Kunst der Visualisierung die erfolgreichste deutsche Rockband aller Zeiten erschaffen hat? Und hast du gewusst, dass er aus einer einfachen Familie stammt und in einem kleinen Dorf irgendwo in Niedersachsen aufgewachsen ist und eigentlich gar keine Chance hatte, all das zu erreichen? Und hast du gewusst, dass er in Deutschland immer belächelt wurde, während er im Ausland bis heute

eine lebende Legende ist? Und hast du gewusst, dass Shakira in einem Werbespot für Pepsi als Fashion-Statement ein T-Shirt seiner Band trug, ebenso Kanye West und Kim Kardashian? Und hast du gewusst, dass er mit seiner Band dreimal hintereinander den legendären Madison Square Garden in New York ausverkauft hat (mit Bon Jovi im Vorprogramm)? Und hast du gewusst, dass einer seiner Welthits sowohl bei den *Simpsons* als auch in der legendären Netflix-Serie *Stranger Things* auftaucht? Und hast du gewusst, dass Helmut Newton, einer der berühmtesten Fotografen aller Zeiten, eines seiner Albumcover fotografiert hat? Oder dass Andy Warhol mit ihm zusammenarbeiten wollte? Oder dass Barack Obama, als er noch US-Präsident war, angefragt hat, ob er die Scorpions bei einem seiner Staatsbesuche in Deutschland treffen könne? Oder dass James Hetfield, Frontmann von Metallica, auf die Frage, welche Musiker ihn als Gitarristen am meisten geprägt haben, mit dem Satz geantwortet hat: »Malcolm Young von AC/DC, Johnny Ramone von The Ramones, Tony Iommi von Black Sabbath und Rudolf Schenker von den Scorpions.« Und hast du gewusst, dass er nie Entscheidungen des Geldes wegen getroffen hat, weswegen das Geld immer im Überfluss zu ihm kam? Und dass es bestimmte Gesetzmäßigkeiten gibt, nach denen jeder von uns ein glückliches Leben voller Fülle führen kann? Und hast du gewusst, dass ...?«

Alle sollten von dieser besonderen und einzigartigen Lebensgeschichte erfahren, die mich persönlich so sehr inspiriert hatte, dass ich tatsächlich wie ein wandelndes Megaphon lautstark durch die Welt ging, um jeder und jedem immer und überall über das Rock-Your-Life-Prinzip zu erzählen.

Dann erschien unser Buch. Rudolf gab auch ein paar wenige Interviews, aber wir merkten schnell, dass wir für unseren

Schatz nicht die richtige verlegerische Heimat gefunden hatten. Probleme kamen auf, und wir mussten schnell eine Entscheidung treffen: weiter all unsere Kraft aufwenden und bis zur Erschöpfung kämpfen oder das Projekt, das uns beiden so viel bedeutet, in eine Art Winterschlaf versetzen und in Ruhe abwarten, bis die äußeren Umstände sich wieder ändern? Ohne es zu ahnen, erhielt ich eine der wertvollsten Lektionen meines bisherigen Lebens.

»Wenn du in eine Situation gerätst, auf die du keinen Einfluss nehmen kannst und in der du selbst nicht mehr die Kontrolle über einen positiven Ausgang hast«, sagte Rudolf gelassen, »dann investiere auch nicht all deine Energie dort hinein. Die Wahrscheinlichkeit ist hoch, dass du dann alles verlierst, was dir lieb und teuer ist. Wie heißt es so treffend: Wenn die Zeit gegen dich spielt, mach dir keine Sorgen, leg dich schlafen und verlasse dein Bett erst dann, wenn die Zeit wieder für dich spielt. Ich schlage vor, wir atmen durch, kümmern uns erst einmal um andere Dinge, verhalten uns clever und üben uns in Geduld.«

Schweren Herzens willigte ich ein. Wir vergruben das Buch in einem tiefen Loch und ließen es dort ruhen. Natürlich war ich enttäuscht und traurig über diese Entwicklung, weil ich ja so hohe Erwartungen hatte, aber ich wusste auch, dass der Moment kommen würde, an dem wir unseren Goldschatz wieder bergen würden. Ich war mir über die Magie, die in *Rock Your Life* steckt, derart sicher, dass ich zu Rudolf sagte: »Ich kann schon jetzt sehen, wie unser Buch rund um den Globus auf den Bestsellerlisten steht und die Herzen von Millionen Menschen zum Leuchten bringt. So wie Paulo Coelho es sagte. Es wird passieren, denn einen anderen Ausgang gibt es nicht. Unsere Geschichte endet nicht hier. Im Gegenteil, sie hat gerade erst begonnen. Aufgeben ist keine Option!«

Während *Rock Your Life* in seinen Winterschlaffiel, widmete ich mich wieder dem Schreiben. Zehn weitere Bücher entstanden, zwei Kinofilme und ein Theaterstück. Verrückt, wie das Leben so spielt. Aber ich habe lediglich das umgesetzt, was Rudolf mir vor zwölf Jahren mit auf den Weg gegeben hat, was wir zusammen aufgeschrieben haben und was du nun endlich auch in deinen Händen hältst. Dieses Buch hat alles verändert. Durch Rudolf habe ich gelernt, was es bedeutet, auch in schwierigen Zeiten weiterzumachen und tief in seinem Inneren an seinen Traum zu glauben, auch wenn das unter Umständen bedeutet, ein Jahrzehnt lang geduldig sein zu müssen und seine Füße still zu halten. Keine Lektion über Durchhaltevermögen, Erfolg und Willenskraft war jemals so wertvoll für mich.

Heute weiß ich, dass die Zeit damals einfach noch nicht reif war. Im Rückblick denke ich, dass mich das Universum testen wollte, um herauszufinden, ob ich für die lange Strecke tatsächlich bereit sein würde, wie sehr ich es wirklich wollte. Das Leben ist kein 100-Meter-Sprint, sondern ein Marathonlauf. Und es stehen nie die Besten ganz oben, sondern die, die niemals aufgegeben haben. Das habe ich durch dieses Buch gelernt. Wenn heute etwas »Schlechtes« passiert, flippe ich nicht mehr aus, sondern nicke nur interessiert und koche mir einen Espresso, denn das Leben hat mich eines gelehrt: »Ob etwas gut oder schlecht ist, wird sich erst noch zeigen.«

Rock Your Life hat schon jetzt den Test der Zeit bestanden. Das Originalmanuskript wurde von uns inhaltlich kaum verändert, lediglich an einigen wenigen Passagen minimal aktualisiert und zeitlich angepasst. Wenn man das Buch heute liest, im Jahr 2022, und im Bewusstsein einer gerade erst halbwegs überstandenen Corona-Pandemie, die unsere Welt zum Stillstand und fast in den Abgrund geführt hat, dann begreift man erst, wie zeitlos seine

Einführung

Kernbotschaften wirklich sind. Mehr noch, sie sind aktueller und wichtiger denn je.

Ich hoffe, dass dieses Buch dein Leben ebenso positiv verändern wird, wie es meines verändert hat. All mein Erfolg basiert auf diesen Worten.

In Liebe,
Dein Lars

VORWORT

Von Paulo Coelho

Was Rudolf erlebt hat, kenne ich aus eigener Erfahrung. Als ich fünfzehn Jahre alt war, sagte ich zu meiner Mutter: »Ich habe meine Berufung gefunden. Ich möchte Schriftsteller werden.«

»Mein Sohn«, antwortete meine Mutter mit traurigem Blick, »dein Vater ist Ingenieur. Er ist ein Mann der Logik, ein Mann der Vernunft, mit einem präzisen Blick für die Welt. Weißt du, was es bedeutet, ein Schriftsteller zu sein?«

»Jemand, der Bücher schreibt«, erwiderte ich.

»Dein Onkel Haroldo, der Arzt, schreibt auch Bücher. Und einige hat er sogar veröffentlicht. Studiere erst einmal Ingenieurwissenschaften. Dann wirst du die Möglichkeit haben, in deiner Freizeit zu schreiben.«

»Nein, Mutter. Ich möchte nur Schriftsteller sein. Kein Ingenieur, der Bücher schreibt.«

»Aber kennst du irgendeinen Schriftsteller? Hast du jemals einen Schriftsteller gesehen?«

»Nein, nie. Nur auf Fotos.«

»Und wie möchtest du ein Schriftsteller werden, wenn du nicht einmal genau weißt, was das ist?«

Nun, ich habe an das Unmögliche geglaubt – und genau wie Rudolf macht mir meine Arbeit unheimlich viel Spaß. Eines

dürfen wir nicht vergessen: Nur dank der Menschen, die sich nie entmutigen ließen, haben wir heute Flugzeuge, fliegen ins Weltall, haben Computer wie den, mit dem ich gerade in diesem Moment arbeite.

Und: Wir haben die Scorpions!

Das Leben fordert uns ständig auf: »Glaub daran!« Der Glaube, dass ein Wunder jederzeit geschehen kann, ist für unser Glück unverzichtbar. Aber er dient auch unserem Schutz. Und auch dazu, unsere Existenz überhaupt erst zu begründen. In der heutigen Welt haben viele Menschen die Hoffnung aufgegeben, das Elend auf unserer Erde beenden zu können, eine gerechte Gesellschaft zu errichten, die religiösen Spannungen zu entschärfen, die jeden Tag wachsen.

Die meisten Menschen meiden einen solchen Kampf aus den unterschiedlichsten Gründen: Konformitätsdruck, »Erwachsensein«, Angst vor Blamagen, Ohnmachtsgefühl. Wir sehen, wie unseren Nächsten Unrecht geschieht, und bleiben stumm. »Ich will mich lieber nicht auf Streit einlassen«, ist die Erklärung. Das ist eine sehr feige Einstellung. Wer jedoch den spirituellen Weg einschlägt, der trägt einen Ehrenkodex in sich, den es zu erfüllen gilt; die Stimme, die sich gegen die Ungerechtigkeit erhebt, wird von Gott erhört.

Trotzdem werden wir ab und zu Zeugen folgender Bemerkung: »Ich glaube an Träume, ich versuche oft, Ungerechtigkeiten zu bekämpfen, aber ich werde stets enttäuscht.« Dennoch, ein Krieger des Lichts weiß, dass es sich lohnt, so manche unmöglichen Kämpfe auf sich zu nehmen. Er hat auch keine Angst vor Enttäuschungen, denn er kennt die Macht seines Schwertes und die Kraft seiner Liebe. Er lehnt Menschen ab, die keine Entscheidungen treffen können und somit die Verantwortung für alles Schlechte auf der Welt auf andere abwälzen.

Einmal hörte ich die Geschichte eines Mannes, der sich nach einer Jugend voller Exzesse dazu entschloss, seine Seele Gott zu widmen. Viele Jahre lang arbeitete er hart und folgte dem Gebot der Nächstenliebe. Doch trotz der jahrelangen Anstrengungen und Mühen schien in seinem Leben nichts zu funktionieren. Ganz im Gegenteil: Seine Probleme und Schulden vermehrten sich. Er war verzweifelt. Eines Tages unterhielt er sich mit einem Freund, der eine Schmiede besaß:

»Es ist sehr merkwürdig. Seit ich ein gottesfürchtiger Mann geworden bin, scheint alles schiefzulaufen.«

»Ich bekomme für diese Schmiede unbearbeiteten Stahl geliefert«, antwortete der Schmied, »und ich muss ihn noch bearbeiten. Weißt du, wie ich das mache? Zuerst muss ich die Stahlplatte so lange in die höllische Hitze des Feuers halten, bis sie glutrot wird. Danach nehme ich ohne Mitleid den schwersten Hammer, den ich habe, und schlage auf den Stahl ein, bis er die gewünschte Form hat. Später tauche ich ihn in einen Eimer kalten Wassers, und die ganze Werkstatt füllt sich mit dem zischenden Geräusch des Dampfes, während das Stahlstück unter dem abrupten Temperaturwechsel knackt und schreit. Ich muss den Prozess so oft wiederholen, bis ich das perfekte Schwert geschmiedet habe. Ein einziges Mal reicht dafür nicht aus.«

Der Schmied machte eine lange Pause, zündete sich eine Zigarette an und fuhr fort: »Manchmal hält der Stahl, der in meine Hände gelangt, diese Behandlung nicht aus. Die Hitze, die Hammerschläge und das kalte Wasser versetzen ihm viele Risse. Ich weiß dann, dass dieser Stahl niemals zu einem guten Schwert werden kann. Dann werfe ich ihn einfach auf den Haufen Alteisen, den du vor meiner Werkstatt gesehen hast.«

Nach einer weiteren Pause beendete der Schmied seine Rede mit den Worten: »Ich weiß, dass Gott mich ins Feuer hält. Ich akzeptiere die Schläge des Lebens, und manchmal fühle ich die Kälte und Schroffheit des Wassers, das den Stahl zum Leiden bringt. Aber alles, worum ich bitte, ist: »Lieber Gott, gib nicht auf, bis ich endlich die gewünschte Form annehme, die du von mir erwartest. Versuche es auf die beste Art und Weise, und nimm dir die Zeit, die du brauchst – aber wirf mich niemals auf den Alteisenhaufen der Seelen.«

Die Geschichten von Rudolf sind ein wenig wie die Geschichten über die Menschen, die an ihre Träume glauben und trotz der Hammerschläge des göttlichen Schmieds den Mut haben weiterzumachen. Denn neben den Hammerschlägen erleben wir auch jene große, jene riesige Freude, die aus der Gewissheit entsteht, dass wir in die Richtung unserer Träume gehen, und dass ein gelebtes gutes Beispiel mehr Wert hat als tausend Theorien.

EINLEITUNG

Von Rudolf Schenker

»Erst die Möglichkeit, einen Traum zu verwirklichen,
macht unser Leben lebenswert.«

Paulo Coelho

Ein wunderbarer Satz meines lieben Freundes Paulo Coelho. Warum ich mein Buch ausgerechnet mit diesen Worten beginne? Ganz einfach, weil ich es selbst nicht besser hätte sagen können. Danke, Paulo, für deine Hilfe.

Jeder Mensch hat Träume, so unterschiedlich sie auch sein mögen, doch die wenigsten machen sich daran, sie tatsächlich zu verwirklichen. Warum eigentlich? Tagein, tagaus quälen sie sich morgens aus ihren Betten, schlurfen unglücklich und griesgrämig durch die Gegend und fragen sich am Abend, wann das Leben eigentlich anfängt, ich meine, wann es endlich so richtig abgeht. Und vor lauter Warten darauf, dass es beginnt, ist, ruck, zuck, alles schon vorbei.

Ich bin der festen Überzeugung, dass jeder, also auch du, etwas ganz Besonderes aus seinem Leben machen kann. Das soll nicht bedeuten, dass du gleich etwas leisten musst, über das in den Nachrichten berichtet wird oder das supercool auf

Instagram aussieht. Denn mal ehrlich, was wir dort zu hören, zu sehen und zu lesen bekommen, ist doch sowieso viel zu oft nur dummes Zeug. Nichts als Schein, der uns davon abhält, über unser eigenes echtes Leben nachzudenken. Mit einem einzigen Gedanken kannst du nämlich schon alles verändern. Aber nur, wenn du diesem Gedanken oder deinem Traum auch Taten folgen lässt. Das glaubst du nicht? Doch, es ist wirklich so einfach. Dein ganzes Leben kann sich ins Positive wandeln, wenn du bereit bist, dich an gewisse Gesetzmäßigkeiten des Universums zu halten.

Das ist dir zu abgehoben? Also, um eine Sache von vornherein klarzustellen: Ich bin kein esoterischer Spinner, der den ganzen Tag mit seinen zotteligen Hippie-Freunden zusammensitzt, den Joint kreisen lässt und grünen Tee trinkt. Keine Sorge! Ich bin auch kein Philosoph, der dir »die Wahrheit« über das Leben verraten will, denn das kann ich ohnehin nicht. Aber ich kann dir einen Weg zeigen, wie du gesund, glücklich und erfolgreich werden kannst, wie deine größten Sehnsüchte und Wünsche in Erfüllung gehen können und alles zusammen am Ende sogar noch jede Menge Spaß macht.

Du glaubst mir nicht? Alles nur blöde Kalendersprüche, schon tausendfach gehört? Also schön, dann stelle ich dir eine Gegenfrage: Wieso hat es mit dem Träumeerfüllen ausgerechnet bei mir ein Leben lang, bis zum heutigen Tag, funktioniert? Ich bin sicher nicht intelligenter, cleverer oder geschickter als du, trotzdem habe ich meine Träume Wirklichkeit werden lassen. Aus einem gewöhnlichen Jungen aus Sarstedt, einem kleinen Dorf in der tiefsten Provinz Niedersachsens, ist ein Rockstar geworden, der auf der ganzen Welt über hundert Millionen Tonträger verkauft und mit den Scorpions die erfolgreichste deutsche Rockband aller Zeiten hervorgebracht hat.

Als ich 1965 begonnen habe, meine Vorstellung von alldem zu visualisieren, und sie Anfang der Siebzigerjahre laut aussprach, wurde ich für meine Hirngespinnste von allen Seiten laut ausgelacht. Alle Musikexperten der Nation bestätigten mir mit Brief und doppeltem Siegel, dass sowohl die Engländer als auch die Amerikaner Rockmusik sogar mit zusammengebundenen Händen zu jeder Zeit zehnmal besser machen würden als wir. Es war wie in einem Albtraum. Ganz egal, wem ich von meiner großen Idee erzählte, ich bekam nur negative Energie zurück: »Rudolf, das kannst du nicht! Das schaffst du nie! Schuster, bleib bei deinen Leisten! Du willst eines Tages zu den dreißig berühmtesten Rockbands der Welt gehören? Du? Wer bist du denn schon?«

Zugegeben, eine berechtigte Frage: Wer bin ich schon? Ich habe sie mir am Anfang meiner Karriere immer und immer wieder gestellt und kam schließlich zu einer weiteren, in dem Augenblick allerdings viel bedeutenderen Frage: Warum soll *ich* das eigentlich nicht schaffen können? Ich reiche die Frage gerne an dich weiter. Warum sollst *du* deine Träume nicht auch verwirklichen können?

Es geht in diesem Buch nicht um materiellen Erfolg, auch nicht um *Fame*, sondern um Erfolg im Leben. Ich möchte dir auch anhand meiner eigenen Geschichte deutlich machen, dass Glück und Zufriedenheit kein Ziel, sondern ein Weg ist, den man beschreitet. Karl Lagerfeld hat diese Lebenseinstellung einmal mit folgenden Worten auf den Punkt gebracht: »Das Leben ist Freizeitgestaltung mit dem Anspruch eines Berufs!« Und ich füge hinzu: »Der materielle Erfolg ist lediglich ein angenehmes Nebenprodukt.«

Ich möchte allen, die gerade diese Zeilen lesen oder hören, weil sie vielleicht Sehnsucht nach einem erfüllteren Leben

haben, behilflich sein, ihnen ihre Angst vor der Veränderung zu nehmen. Denn um eine Situation zu verbessern, muss vorher immer eine Entscheidung getroffen werden; und genau davor fürchten sich so viele. »Ich kann doch meinen Job nicht kündigen, auch wenn dieser mich krank macht, ich unglücklich bin und eigentlich viel lieber Yogalehrerin auf Hawaii wäre! Und überhaupt, was würden meine Eltern, meine Nachbarn, mein Chef und mein Partner dazu sagen?«

Uns plagt doch alle das Verlangen nach dem großen unbekanntem Abenteuer. Wir wollen wie James Bond sein, das Leben spüren und nebenbei auch noch die Welt retten. Du musst es überhaupt nicht abstreiten. Ich weiß, dass es so ist. In dem Augenblick jedoch, in dem du deinen eigenen Abenteuerfilm entwerfen und das Drehbuch für dein eigenes Leben umschreiben sollst, fällst du plötzlich in eine Starre. Warum eigentlich? Wenn du dich endlich aufraffst, deinen eigenen Traum in den Film deines Lebens zu verwandeln, dann wird dir plötzlich jeder noch so spektakuläre Blockbuster total langweilig vorkommen. Wie aus dem Nichts heraus wird auf einmal so viel Neues und Spannendes passieren, Türen, die vorher verschlossen waren, öffnen sich, und du wirst inspirierende Menschen kennenlernen, die dir neue Perspektiven aufzeigen, sodass du gar kein Bedürfnis mehr haben wirst, dich vor einen banalen Bildschirm zu hocken. Du wirst dein eigener Superstar in deiner eigenen Superwelt werden – und um diese Welt zu finden, musst du dich noch nicht mal auf die Suche begeben. Sie ist längst in dir. Du darfst nur nicht die Geduld verlieren.

Was ich damit sagen will: Lass dich auf diese Veränderung ein, geh hinaus in die Welt und dreh deinen eigenen Actionfilm. Leb dein Leben so, wie du es dir vorstellst, und nicht, wie andere es von dir erwarten. Und hab keine Angst vorm Scheitern. Auch

das gehört dazu und ist nicht das Gegenteil von Erfolg. Es ist ein Teil des Erfolges. In Wahrheit kann dir überhaupt nichts passieren. *Rock Your Life!*

Ich bin 73 Jahre alt, und ich sage dir, ich fühle mich nicht einmal halb so alt. Egal, ob ich in Russland, Japan, Europa oder Amerika unterwegs bin, es kommen immer wieder Leute auf mich zu, die mich in allen Sprachen dieser Welt das Gleiche fragen: »Wow, Rudolf, du bist ja super drauf. *Sooo amazing! What's your secret?*«

»Mein Geheimnis? *It's sooo easy.* Ich habe Spaß an dem, was ich tue. Jeden Tag. Seit über einem halben Jahrhundert.«

Ich wünsche mir von Herzen, dass dich meine Geschichten nicht nur unterhalten, sondern auch dazu ermutigen werden, über dein eigenes Leben nachzudenken. Für Veränderungen, neue Ziele, große Träume und noch größere Herausforderungen ist es nie zu spät, ganz egal, ob du 15, 20, 40 oder wie ich 73 Jahre alt bist. Glaube mir, ich habe noch viel vor in meinem Leben. Vor der Corona-Pandemie haben wir im Rahmen unserer *World Tour* über einhundert Konzerte rund um den Globus gespielt, und ich freue mich jetzt schon wie ein kleines Kind, wenn die Scorpions-Gang bald wieder durch die Welt zieht. Im März und April 2022 werden wir im legendären Planet Hollywood, einem der größten Casinos am Las Vegas Strip, eine einmalige *Residency* geben, die Showbühne von unseren Kolleginnen Shania Twain und Gwen Stefanie übernehmen und neun Konzerte am Stück spielen. Das Leben lebt doch erst durch das Erleben. Wenn du dir das zu Herzen nimmst, wird der Erfolg, wie immer er aussehen mag, wie von Zauberhand auch an deine Tür klopfen. Das Besondere an deinem Leben ist nämlich, dass du deinen Weg bereits kennst. Alle Antworten auf deine Fragen stecken jetzt, in dieser Sekunde, in der du diese Zeilen liest, schon tief

Einleitung

in dir drin. Dir ist es nur noch nicht bewusst. Ist das nicht der absolute Wahnsinn? Du kannst dich wirklich freuen auf das, was noch alles vor dir liegt.

Rockige Grüße,
Dein Rudolf

MIT DEN AUGEN EINES KINDES

Betrachtet man mit den Augen eines unschuldigen Kindes unsere Welt, scheint man schnell hinter das Geheimnis eines glücklichen und erfüllten Lebens zu kommen. Halte dich an gewisse Spielregeln, bring gute Noten mit nach Hause, und arbeite jeden Tag so hart, wie es dir nur möglich ist, dann wird deine Mühe auch großzügig honoriert werden – mit noch mehr Regeln, noch mehr Schule und noch härterer Arbeit. Und hast du deine Schulzeit einige Jahre später erfolgreich hinter dich gebracht, erwartet dich das Genialste, was das Leben zu bieten hat: ein Arbeitsplatz, Geld und eine Zukunft, die aus einer nie enden wollenden Hetzjagd nach noch mehr besteht – bis man eines Tages alt und grau ist und tot umfällt. Das bezeichnet man gemeinhin dann als glückliches Leben.

»Also ehrlich, was für wüste Behauptungen! Wo hat dieser Rudolf nur diesen Zynismus her?«, denken sich jetzt sicher die einen. »Ja, und wo liegt das Problem? Das Leben ist doch genau so!«, die anderen. Zu welcher Gruppe gehörst du? Vielleicht

weißt du es selbst nicht genau, weil du dir noch nie Gedanken darüber gemacht hast. Das macht nichts, philosophiere ruhig ein bisschen vor dich hin. Ich erzähle dir in der Zwischenzeit von einer Szene, die ich vor einigen Jahren in meinem Heimatdorf Schwarmstedt erlebt habe.

Es war ein wunderbarer Tag, die Sonne schien, und die Bio-Bäuerin baute gerade, wie jede Woche, ihren Obst- und Gemüse-Stand am Dorfplatz auf. Ich trank wie immer bei Gino meinen Guten-Morgen-Espresso, als zwei Männer das Restaurant betraten und sich an einen der Tische neben mir setzten. Nach ihrem Auftreten und Kleidungsstil zu urteilen, zwei typische Vertreter, um die 40 und auf Durchreise. Sie bestellten Cappuccino und begannen, sich lautstark über die Auswirkungen der Finanzkrise auszulassen. Unaufhörlich schimpften sie auf einen unfähigen Staat, auf dümmliche und machtbesessene Politiker und auf einen Kapitalismus, der komplett aus den Fugen geraten sei. Am schlimmsten bekamen es die geldgierigen Investmentbanker ab, die sie ganz klar und ohne Zweifel als die einzig wahren Schuldigen des Dilemmas ausmachten. Sie mussten für alles herhalten: für ihren übellaunigen Chef, für ihre eigenen Zukunftsängste, für die schlechten Noten ihrer Kinder, sogar für ihre privaten Probleme. Ich hörte gespannt zu. Gab der eine Typ eben wirklich einer ganzen Branche die Schuld an seiner Ehekrise? Exakt! Und er meinte es tatsächlich ernst damit. Vor der Finanzkrise habe er nämlich nie Schwierigkeiten gehabt, nicht mit seiner Frau, nicht mit seinen Kindern, nicht mit seinem Job – sein Leben war perfekt gewesen! Jetzt jedoch führte ein Problem zum nächsten, und daran konnte natürlich nur einer schuld sein – der böse Banker. Diskussion beendet. Rechnung, bitte! Als sie kurze Zeit später wieder ihres Weges gingen, schaute ich ihnen noch einen

Augenblick nach. Sie machten keinen glücklichen Eindruck auf mich.

Na? Konntest du dich in den Aussagen der beiden Männer ein wenig wiedererkennen? Vielleicht nicht Wort für Wort, und unter Umständen bist du auch von den Finanzkrisen verschont geblieben, aber hast du es dir nicht auch zur Gewohnheit gemacht, in schwierigen Situationen die Schuld öfter bei anderen zu suchen als bei dir selbst? Du kannst es ruhig zugeben, die meisten machen das so.

Aber lass uns noch kurz bei dem Beispiel des bösen Bankers bleiben. Die allgemeine öffentliche Meinung über Banker ist bekanntlich nicht gerade die beste, und als man vor Jahren in den Nachrichten Plastikpuppen, die wie Banker gekleidet waren, an Londoner Laternenmasten baumeln sah, hast du möglicherweise auch gedacht – und wenn auch nur für einen Moment: »Richtig so. Hängt sie auf, diese Gauner, die nur unser Geld stehlen!«

Okay, lies dir den letzten Satz noch einmal in Ruhe durch. Würdest du immer noch so denken, wenn der Banker dein kleiner Bruder wäre? Dein geliebter Ehemann, dein bester Freund oder sogar dein Vater? Wie sähe dann dein Bild von alledem aus?

Der Banker trägt nicht die alleinige Schuld an der Misere, mit der wir uns alle paar Jahre aufs Neue beschäftigen dürfen, wenn man hier überhaupt von Schuld sprechen kann. Gehe in deinen Gedanken mal einen Schritt weiter. Auch wenn sich das vielleicht komisch anhören mag, aber wir sind alle zu gleichen Teilen verantwortlich für unsere jetzige Situation. Wo deine Verbindung zum bösen Banker besteht? Nun ja, auch du hast sicherlich dein Geld auf einer Bank und unterstützt damit dieses System. Du hast es für sinnvoll befunden, solange es

dir persönlich gut damit ging, richtig? Niemand kann sich davon freisprechen. Wir sitzen alle in einem Boot, und wir alle unterhalten Sachen, die wir akzeptieren – für unsere Kinder und deren Kinder.

Das Bewusstsein der Welt ist letztlich durch eine fehlerhafte Programmierung von uns allen in diese Richtung gelenkt worden. Weltwirtschaftskrise, Klimakatastrophe, Glaubenskriege – das alles sind wir, weil es von uns kommt und nur von uns. Also auch von dir. Es nützt gar nichts, auf die anderen zu schauen, und erst recht nicht, auf sie zu schimpfen, denn sie machen lediglich das, was ihnen das System, in dem wir alle leben, vorgibt: Sei der Beste, der Schlaueste, der Schnellste, der Stärkste! Wohin dieses Denken führt, sieht man ja. Oder wurde dir in der Schule beigebracht, der Glücklichste zu sein? Wurdest du etwa zum Abitur zugelassen, weil du dich so liebevoll um das Wohl der Klassengemeinschaft gesorgt hast, oder vielleicht doch »nur«, weil du zu einem maßgeblichen Teil gut auswendig lernen konntest?

Es heißt immer, die Welt, in der wir leben, sei so schwer zu verstehen, alles sei so wahnsinnig kompliziert, undurchschaubar und komplex. Kann schon sein, aber man muss kein Supergenie sein, um zu erkennen, dass sie trotzdem nicht funktioniert. Solange immer mehr Menschen hungern, solange immer noch brutale Kriege ganze Kontinente beherrschen, solange immer noch Millionen Menschen rund um den Erdball leiden und so unglücklich sind, dass sie keinen Sinn mehr in ihrem Leben erkennen, obwohl es für all diese Probleme Lösungen gibt, kann mir niemand mit vernünftigen Argumenten weismachen, dass dieses System, das all diese Krisen erst erschaffen hat, das richtige ist. Es kann nicht sein. Wir wissen das alle und ändern trotzdem nichts daran. Warum beklagen sich Leute wie diese

Vertreter aus Ginos Restaurant über ihr unzufriedenes Leben, anstatt genau diese Energie, die sie fürs Jammern aufwenden, zu nutzen und etwas aktiv an ihrer Situation zu ändern? Weil sie keine Verantwortung für ihr eigenes Leben übernehmen! Sie begeben sich in die Opferrolle, um keine Schuldgefühle zu bekommen, falls sie am Ende doch scheitern sollten. Dann müssten sie sich nämlich eingestehen: »Scheiße, ich habe es verbockt. Ich ganz alleine und sonst niemand!«

Der Obama-Weg

Man kann dieses Phänomen ganz hervorragend anhand der Erfolgsgeschichte Barack Obamas sehen. Ich glaube nicht, dass er ausschließlich deswegen so bewundert wird, weil er es geschafft hat, der erste schwarze Präsident in der Geschichte der Vereinigten Staaten von Amerika zu werden. Es liegt vielmehr daran, dass er etwas geleistet hat, was schier unmöglich schien. Die Bürde, die mit seiner Hautfarbe einherging, war so immens, dass er eine unvorstellbar starke Willenskraft aufbringen musste, um die scheinbar unbezwingbaren Hürden meistern zu können. Obama hat seinen großen Traum verwirklicht und der Menschheit gezeigt, dass man wirklich alles erreichen kann, wenn man auch in den schwersten Zeiten nicht aufhört, an sich und seine Vision zu glauben. Deswegen wird er so verehrt und auch heute noch, lange nach seiner aktiven Amtszeit, wie ein Rockstar gefeiert.

Sicher: Unsere Welt braucht Visionäre wie Obama, die ausbrechen, die aus der Bahn springen und ihren eigenen Weg gehen. Leute, für die es keine Schublade gibt, die eine neue Spannungsform erzeugen und uns gemeinschaftlich nach

vorne bringen. Aber auch du kannst so einer sein. Nein, du bist es schon! Du hast es nur noch nicht gemerkt. Manchmal wächst aus einem stinkenden Misthaufen die schönste Blume, doch wenn wir mit geschlossenen Augen davorstehen, werden wir diese Schönheit nie erkennen können. Jede Krise, ob Wirtschaftskrise, Coronakrise oder Klimakrise, ist so ein stinkender Misthaufen. Wir brauchen die daraus resultierende Spannung, um unsere normale Ordnung wieder einmal durcheinanderzubringen. Was wir als »normale Ordnung« bezeichnen, wird gerade mächtig ins Chaos gestürzt, und doch scheint es nicht so schlimm zu sein, dass wir diese Krise zum Anlass nehmen, an unser aller Denkweise grundsätzlich etwas zu ändern. Wir werden zwar ordentlich durchgeschüttelt, aber nicht wirklich wachgerüttelt. Kopf in den Sand, Augen zu und durch. Entweder wir tun gar nichts oder wir versuchen, Lösungen für die Probleme zu finden, wobei wir dabei stets zu den Mitteln greifen, die uns erst in diese Lage gebracht haben. Wir fliegen zum Mond, schießen Raketen ins All, aber erkennen die scheinbar einfachsten Dinge nicht. Deswegen wird es auch in Zukunft weiter munter Krisen geben, in welcher Form auch immer, bis auch der Letzte eines Tages begreift, dass unser System verändert gehört.

Schön und gut, aber was hat das alles mit mir zu tun?, fragst du dich jetzt vielleicht. Du willst doch nur dein eigenes Leben in Schwung bringen und nicht gleich die ganze Welt retten. Das verstehe ich natürlich, aber darin liegt prinzipiell gar kein Widerspruch. Die Entwicklung der großen Welt funktioniert auf die gleiche Art und Weise wie deine eigene, ganz persönliche kleine Welt, wie die einer jeden anderen einzelnen Person. Wir haben sie nach unseren Vorstellungen selbst erschaffen, selbst konstruiert. Gott hat uns bewusst einen freien Willen

mit auf den Weg gegeben, deswegen lässt sie uns auch diesen ganzen Blödsinn anstellen. Sie hat jeden von uns, dich, mich und alle acht Milliarden Menschen auf diesem Planeten, mit so viel Macht ausgestattet, dass wir nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch in dieser Sekunde, jetzt auf der Stelle, alles anders machen können. Wir alle tragen dieses Wissen in uns, doch nur die wenigsten rufen es ab.

Natürlich ist mir aufgefallen, dass sich in der letzten Zeit das globale Bewusstsein schon massiv zum Positiven geändert hat. Das ist gut, denn noch vor dreißig Jahren sah das ganz anders aus. Die Menschheit erwacht so langsam aus ihrem Schlummer-schlaf, im Schneckentempo zwar, aber immerhin. Wie heißt es so schön: Steter Tropfen höhlt den Stein. Und trotzdem verlieren wir immer wieder das große Ganze aus dem Blick und richten unsere Energie nicht auf Veränderung, sondern auf die Anhäufung von Materie: Haus, Auto, Fernseher, Laptop, Handy, Tablet und, und, und. Unsere Kinder ersticken bereits in ihren Kinderzimmern an all dem Spielzeug und wissen gleichzeitig nicht mehr, womit sie überhaupt spielen sollen, weil ihr Gehirn diese Dauerbelastung gar nicht verarbeiten kann. Wir überfluten unsere Sinne mit immer neuen Reizen und merken gar nicht mehr, dass wir damit nur verzweifelt einen Mangel zu überdecken versuchen. Denn all das Zeug, das wir uns über einen gewissen Rahmen hinaus zulegen, ist ein klares Anzeichen dafür, dass uns etwas Wichtiges im Leben fehlt. Nämlich die Fähigkeit, das Leben mit sich selbst auszufüllen. Deswegen brauchen Yogis überhaupt nichts mehr, weil sie so viel positive Energie in sich haben, dass alles Äußere vollkommen überflüssig ist. Gegenstände haben einfach keinerlei Bedeutung mehr, weil sich ihr Bewusstseinszustand schon auf einer viel höheren Ebene befindet. Wenn du so willst, sind sie

dem Geheimnis des Lebens auf den Fersen, und du wirst mir sicher recht geben, dass im Vergleich dazu ein neuer Sportwagen doch recht unbedeutend erscheint, oder?

Seit über fünf Jahrzehnten befinde ich mich schon auf dieser Reise und kann dir nur empfehlen, ebenfalls ein Ticket zu ziehen. Es kostet nichts, *it's all for free*. Du wirst nicht von heute auf morgen mit der Weisheit eines Yogis durch die Gegend laufen, aber du wirst feststellen, wie sich langsam, aber sicher der Nebel um dich herum verzieht. Ein tierisches Gefühl von echter Freiheit. Das verspreche ich dir!

Virgin Killer

Die Welt ist überhaupt nicht so schwer zu verstehen, wenn man sich die Mühe macht, sich mit allen Sinnen auf sie einzulassen. Ein Trick dabei ist zu versuchen, alles bereits vorhandene Wissen auszublenden. Stell dir einfach vor, du hast dein Gedächtnis verloren. Ja, okay, das ist alles andere als einfach, aber versuch es trotzdem.

Wenn ein Baby auf die Welt kommt, ist es mit allen Features ausgestattet, die wir als menschliches Wesen besitzen. Doch anstatt dieses Potenzial auszuprägen und weiterzuentwickeln, wirkt die Gesellschaft auf das Baby ein und tötet diese göttlichen Fähigkeiten kontinuierlich ab. Dabei steht schon in der Bibel geschrieben: »Lasset uns wie Kinder sein ...«, denn die Kinder sind die Glücklichen. Das ist der springende Punkt. An dieser Stelle müssen wir ansetzen. Frag dich mal, warum unsere Kinder, je älter sie werden, je mehr sie auf das Erwachsenendasein zusteuern, umso unglücklicher und gestresster werden. Die Antwort klingt plausibel: weil das System Kinder permanent

dazu zwingt, gegen ihre eigene Natur anzukämpfen. Kinder gehen instinktiv spielerisch an das Leben heran, sie verkrampfen nicht, weil ihr Verstand sie nicht blockiert. Sie haben keine Angst vor ihrer Zukunft, weswegen sie auch noch echten Spaß erleben können. Wie viel Prozent der Erwachsenen können das von sich behaupten?

Genau dieses Phänomen wollten wir schon 1976 mit dem Cover unseres Albums *Virgin Killer* zum Ausdruck bringen. Ein junges, nacktes Mädchen saß hinter einer Scheibe, die an ihrer intimsten Stelle einen Sprung hatte. Für uns war das damals Kunst und Gesellschaftskritik zugleich, doch die Jugendschützer sahen darin nur eine Riesenschweinerei. Zugegeben, das Motiv war eine sehr direkte Form, die wir gewählt haben, um darauf hinzuweisen, dass die Zeit der Tod aller Jungfräulichkeit ist.

Unsere Kinder werden durch Informationen verkorkst, die irgendwelche Leute vor sehr langer Zeit zusammengeschustert haben, teilweise mit klaren Verbindungen zu den Gesetzen der Natur, teilweise aber auch nur, um eine Gesellschaft in die Irre zu führen, um sie in ihrem eigenen System gefangen zu halten.

Auch das klingt ziemlich abenteuerlich und nach großer dunkler Verschwörung der Menschheit gegen sich selbst? Und du fragst dich auch noch immer, an welcher Stelle du nun ins Spiel kommst? Du willst doch nur glücklich werden, ein bisschen Kohle auf dem Konto haben und ein schönes Leben führen. Ganz genau! Doch bevor du das erreichen kannst, musst du das Prinzip verstehen, nach dem das alles hier funktioniert. Wir sind alle ein Teil dieses Systems und der Grund dessen, warum alles, das Gute wie das Schlechte, das Große wie das Kleine, so ist, wie es ist. Dass du dieses Buch in den Händen hältst, ist schon ein Zeichen, dass du offen für den Wandel und bereit bist umzudenken.

Wenn du erfolgreich durch dein Leben gehen willst, dann finde heraus, was dich glücklich macht und woran du Spaß hast. Fang wieder an zu spielen. Natürlich hört sich das kindisch an, fang wieder an zu spielen ... Aber genau so musst du an die Sache herangehen. Auch ich habe mir mein Glück gewissermaßen selbst erspielt. Das Leben ist doch ein einziges großes Spiel. Stell dir vor, du arbeitest nicht mehr, du spielst nur noch! Wäre das nicht der absolute Knüller? Denn wie kann etwas schlecht sein, das dir Spaß bereitet? Bingo! Jetzt hast du's. Und somit erkläre ich deine Spiele offiziell für eröffnet.

Let's play!

Alles klar, Rudolf. Spitzenidee! *Let's go!* Lass uns spielen gehen. Ähem, aber was eigentlich? Und wohin soll ich gehen, nach links, nach rechts? Und überhaupt, was nehme ich zum Spielen mit? Und was ziehe ich an? Werde ich schmutzig? Dann lass ich die weißen Sneakers lieber im Schrank, oder? Was meinst du, wird es regnen? Lass ich mein Handy hier? Es könnte mich jemand anrufen! Der Akku ist nur noch auf 35 Prozent. Das macht mich ganz nervös. Soll ich zur Sicherheit mein Aufladekabel mitnehmen? Verdammte, in drei Stunden wird es dunkel. Lohnt sich der Weg nach draußen jetzt überhaupt noch? Soll ich nicht lieber hier auf dem Sofa bleiben und 'ne Pizza bestellen? Ich muss morgen eh früh raus zu meinem beknackten Job! Ach, ich darf gar nicht dran denken. Was für ein Stress! Scheiße, ich poste doch noch schnell auf Twitter, dass ich heute nix mehr an den Start kriege. Zum Glück gibt es Netflix. Füße hochlegen und chillen! Rudolf, ich bin jetzt irgendwie voll genervt von der ganzen Aktion. Wird mir wieder alles viel zu viel. Lass

uns nächste Woche mal quatschen, okay? Also, bis denne. Tschühüüü.

Na klar, bis denne, aber meinst du ernsthaft, deine Antworten fallen nächste Woche anders aus? Musst du dann nicht auch früh raus und hast irgendetwas zu tun, das dich total nervt? Glaub mir, die Ausreden, um am Status quo festzuhalten, werden dir nie ausgehen. Egal, welche Entscheidung wir in unserem Leben zu treffen haben, wir befinden uns in einem ständigen Kampf mit uns selbst. Jeden Tag aufs Neue. Auf der einen Seite haben wir unsere Seele, unser »Herz«, das in Form eines kleinen süßen Engelchens auf unserer linken Schulter sitzt und jeden Tag mit uns um die Welt sausen möchte. Sein mächtiger Gegenspieler ist unser Verstand, der als Teufel auf der rechten Schulter hockt und dem Engel mit seinem riesigen Dreizack ständig Angst vor jedweder Veränderung einjagt. Der Verstand und die Seele ringen nun permanent um unsere Gunst; und wie du aus eigener Erfahrung sicher bestätigen kannst, lassen wir den Verstand fast immer gewinnen.

Ich habe schon vor langer Zeit entschieden, nur noch auf mein Herz zu hören; denn mir wurde bewusst, dass es niemals eine falsche Entscheidung treffen würde. Vielleicht hat es mich nicht immer auf direktem Wege zum Ziel geführt, aber es hat mich jeden Tag vom Sofa aufstehen lassen und mich mit einem geilen Gefühl hinaus in die Welt geschickt.

Ocean's Eleven in Atlanta

1979 tourten wir mit unserem *Lovedrive*-Album durch die USA. In Atlanta wohnten wir im Peachstreet Plaza, einem super stylischen Hotel – rund wie ein Turm mit einer Fassade aus

Glas. Von meinem Zimmer aus hatte ich einen sensationellen Blick auf die Skyline der Stadt, weil ich auf einer Geraden in den Himmel gucken konnte – absolut tierisch! Ich saß mit meiner Gitarre am Schreibtisch, der Fernseher lief ohne Ton nebenher, und ich komponierte ein bisschen vor mich hin. Ich entwickelte gerade den Anfang von *The Zoo*, einem Stück vom kommenden *Animal-Magnetism*-Album, und blickte gedankenverloren auf den Bildschirm. Ich hatte den News Channel eingeschaltet, auf dem die Live-Übertragung eines Hubschrauberfluges gezeigt wurde. Ich achtete nicht weiter darauf und konzentrierte mich voll auf die Komposition.

Auf einen Schlag wurde es um mich herum wahnsinnig laut. Ich legte die Gitarre aufs Bett, trat an die Fensterfront und sah, wie ein Hubschrauber direkt vor meiner Nase schwebte. »Hmm, den kennst du doch irgendwoher«, dachte ich mir und warf erneut einen Blick auf den Fernseher, wieder zur Fensterfront, zurück zum Fernseher, zur Fensterfront – und tatsächlich, es war derselbe. Sofort schaltete ich den Ton an und erfuhr, dass der Hubschrauber die Bank neben unserem Hotel filmte, die gerade von Gangstern ausgeraubt wurde. Total abgefahren! Kennst du die Szene aus dem Film *Ocean's Eleven*, in der Basher Tarr in seinem Hotelzimmer in Las Vegas sitzt und sich aufgeregt eine Hotelsprengung im Fernsehen ansieht, obwohl sich diese Szene direkt neben ihm abspielt und er nur einen Blick aus dem Fenster werfen müsste? So habe ich mich gefühlt. Hollywood hautnah!

Du kannst solche Momente auch erleben, auf deine Weise, in deiner Welt, wenn du den Spaß in deinem Leben nicht ständig auf nächste Woche verschiebst. Und vor allem, hab keine Angst davor. Ich weiß, dass du gerade denkst, erst eine Million Probleme lösen zu müssen, um überhaupt in der Lage

zu sein, dich für einen Augenblick locker machen zu können. Aber du irrst dich! Es gibt keine Probleme im Leben, nur neue Situationen. Probleme kann man nicht lösen, belastende Situationen dagegen schon. Wenn es wirklich etwas geben sollte, das dich nachts nicht schlafen lässt, dann schenke dieser Sache jetzt dein uneingeschränktes Augenmerk. Sei mit allen Sinnen gegenwärtig, ändere etwas, oder akzeptiere diese Situation so, wie sie ist, aber lass dich von ihr nicht wie ein Sklave halten.

Weißt du eigentlich, wer diese ganzen verdammten Probleme in deinem Kopf kreierte? Frag mal deinen Verstand! Er redet dir ständig ein, welche furchtbaren Schauergeschichten dich eines Tages erwarten könnten. Erkennst du den Trick, den er anwendet? Der Verstand spricht zu dir im Konjunktiv, weil fast alle deine Probleme nämlich nichts mit der Gegenwart, also deinem tatsächlichen Leben im Jetzt, zu tun haben. Sie befinden sich noch in einer fernen Zukunft. Vielleicht stehen sie irgendwann vor deiner Tür, vielleicht auch nicht. *Who knows?* Denk mal in Ruhe darüber nach. Du bleibst lieber auf dem Sofa liegen und belastest dich mit negativen Gedanken, die völlig spekulativ sind, anstatt jetzt mit einem freien Geist dein Leben zu leben. Das ist doch verrückt.

Dieses Prinzip des Angstschürens kommt überall zum Einsatz, in den Medien, in der Wirtschaft, in der Religion, in der Politik: Alle verwenden dieses menschliche Grundgefühl erfolgreich für ihre Zwecke, um dem dümmlichen Opfervolk ihre Entscheidungen auf die Nase zu binden. Es fragt ja niemand nach, weil alle zu sehr damit beschäftigt sind, Angst vor dem Morgen zu haben: Um Himmels willen, bin ich der Nächste, dem gekündigt wird. Wird meine Familie genug zu essen haben, überlebe ich das Coronavirus, wie lange kann ich noch meine Miete bezahlen, werde ich von Gen-Fleisch krank, was ist mit

meiner Rente, gibt es einen dritten Weltkrieg? Das ist doch alles Irrsinn! Sieht so etwa das Bild aus, das du im Kindergarten, als du noch unbekümmert spielen konntest, von deinem zukünftigen Leben gezeichnet hast? Das kann ich mir ehrlich gesagt kaum vorstellen.

Eines müssen wir uns doch ganz klar vor Augen halten: Wir sind alle nur ein Abbild unserer Gesellschaft, unserer Eltern, unserer Lehrer, unseres Glaubens, unserer gesamten Umwelt, denn nach deren Vorstellungen und Wertesystemen sind wir programmiert worden. Dieses Wissen geben wir wiederum an unsere Kinder weiter. Man muss wirklich kein superreligiöser Mensch sein, um zu erkennen, dass Gott, in welcher Form er auch immer für einen selbst existiert, möchte, dass jeder Mensch auf Erden das größtmögliche Glück empfindet, das es gibt. Aber warum funktioniert das nicht? Und da sind wir wieder – gefangen im Kreislauf der Angst. Durchbreche ihn!

Die Angst vor dem Schmerz ist immer schlimmer als der eigentliche Schmerz. Wir wissen, dass es so ist, und doch tappen wir immer wieder in die gleiche Falle des »Was-wäre-wenn« – und am Ende können wir uns vor lauter Angst kaum noch rühren. Schon als Kind war mir diese Verhaltensweise der Erwachsenen äußerst suspekt. Ich versuchte, mir das mit meinen naiven und kindlichen Mitteln zu erklären, aber so sehr ich mich auch bemühte, ich kam einfach nicht dahinter. Meine Eltern diskutierten oft über hypothetische Ereignisse, die morgen, nächstes Jahr oder in zehn Jahren stattfinden könnten. Im Gesicht meiner Mutter konnte ich dann häufig einen Ausdruck der Sorge und des Kummers erkennen. Sie wollte zum Beispiel unbedingt, dass ich beruflich in die Fußstapfen ihrer Familie trete, und sah mich schon als Fernmeldemonteur bei Siemens oder der Deutschen Post. Sie stammte aus einer