



## Inhaltsverzeichnis

Robert Greene

Perfekt! Der überlegene Weg zum Erfolg

Übersetzt von Katja Hald, von Friedrich Pflüger, von Sigrid Schmid

ISBN (Buch): 978-3-446-43679-4

ISBN (E-Book): 978-3-446-43820-0

Weitere Informationen oder Bestellungen unter

<http://www.hanser.de/978-3-446-43679-4>

sowie im Buchhandel.

# INHALT

<b>EINFÜHRUNG</b> .....	1
<b>Die ultimative Macht</b> .....	1
<i>Höhere Intelligenz – Definition der Meisterschaft – drei Phasen der Meisterschaft – intuitive Intelligenz – Verbindung zur Realität – die Macht, die in uns schlummert</i>	
<b>Die Evolution der Meisterschaft</b> .....	7
<i>Unsere frühen Vorfahren – die Evolution des menschlichen Gehirns – Fähigkeit zur Abstraktion und Konzentration – soziale Intelligenz früher Hominiden – Hineindenken – das Meistern der Zeit – Arbeit im Einklang mit dem Gehirn – Verbindung zu den Wurzeln</i>	
<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	13
<i>Charles Darwin folgt seinen Neigungen – Eigenschaften der großen Meister – unsere Einzigartigkeit, unsere Urneigungen – sinkender Widerstand gegen Meisterschaft – Definition von Genialität – Prinzip der Meisterschaft verunglimpft – Rolle der Leidenschaft – die Gefahr der Passivität – die Formbarkeit des Gehirns – Übersicht der vorgestellten Strategien und Meisterbiografien des Buches</i>	
<b>I. ENTDECKEN SIE IHRE BESTIMMUNG:</b>	
<b>DIE LEBENSAUFGABE</b> .....	23
<i>Sie besitzen eine innere Kraft, die Sie zu Ihrer Lebensaufgabe hinführen möchte – dem, was Sie in diesem Leben vollbringen sollen. Der erste Schritt hin zur Meisterschaft ist immer nach innen gerichtet – Sie müssen erfahren, wer Sie wirklich sind, und sich wieder mit dieser angeborenen Kraft verbinden. Wenn Sie diese klar erkennen, werden Sie die richtige Laufbahn einschlagen, und alles andere wird sich regeln. Es ist nie zu spät, diesen Prozess einzuleiten.</i>	
<b>Die verborgene Kraft</b> .....	24
<i>Leonardo da Vinci</i>	

<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	29
<i>Von schicksalhafter Wahrnehmung gesteuerte Meister – der Samen Ihrer Einzigartigkeit – Rückbesinnung auf Ihre Neigungen – Definition der Berufung – Wahl einer Berufung – finden Sie Ihre Nische – die Suche nach der Vollendung – lernen Sie, wer Sie wirklich sind</i>	
<b>Strategien für die Suche nach der Lebensaufgabe</b> .....	34
1. <b>Rückkehr zum Ursprung – Die Strategie der Urneigung</b> .....	35
<i>Albert Einstein – Marie Curie – Ingmar Bergman – Martha Graham – Daniel Everett – John Coltrane</i>	
2. <b>Die perfekte Nische – Die darwinsche Strategie</b> .....	37
<i>A. Vilayanur S. Ramachandran</i>	
<i>B. Yoky Matsuoka</i>	
3. <b>Falsche Pfade meiden – Die Strategie der Rebellion</b> .....	42
<i>Wolfgang Amadeus Mozart</i>	
4. <b>Die Vergangenheit loslassen – Die Anpassungsstrategie</b> .....	45
<i>Freddie Roach</i>	
5. <b>Zurückfinden – Die Strategie auf Leben und Tod</b> .....	48
<i>Richard Buckminster Fuller</i>	
<b>Umkehrung</b> .....	51
<i>Temple Grandin</i>	
<b>II. STELLEN SIE SICH DER REALITÄT:</b>	
<b>DIE IDEALE LEHRZEIT</b> .....	57
<i>Nach der Schulzeit beginnt die entscheidende Phase Ihres Lebens – eine zweite, praktische Ausbildung, die Lehrzeit. Bevor es zu spät ist, müssen Sie das nötige Rüstzeug lernen und dem Weg der bedeutendsten Meister der Vergangenheit und Zukunft folgen – einer Art idealer Lehrzeit, die für alle denkbaren Felder Gültigkeit hat. In ihrem Verlauf werden Sie alle nötigen Fähigkeiten erwerben und sich zu einem unabhängigen Denker wandeln, der den schöpferischen Herausforderungen auf dem Weg zur Meisterschaft gewachsen ist.</i>	
<b>Die erste Transformation</b> .....	58
<i>Charles Darwin</i>	

<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	64
<i>Definition der Idealen Lehrzeit – Selbsttransformation als Ziel der Lehrzeit.</i>	
<b>Die Ausbildungsphase – Drei Schritte oder Modi</b> .....	66
<b>Schritt eins: Gründliche Beobachtung – Der Passivmodus</b> .....	67
<i>Halten Sie den Ball flach – beachten Sie die Regeln – beachten Sie die Machtverhältnisse – die Lehren aus Charles Darwins Lebensgeschichte – machen Sie sich mit Ihrer Umgebung vertraut</i>	
<b>Schritt zwei: Aneignung von Fähigkeiten – Der Übungsmodus</b> ...	69
<i>Erwerben Sie stilles Wissen – die Lehrlingsausbildung im Mittelalter – der sich beschleunigende Kreislauf – nehmen Sie den Überdross an – der Frontalkortex und die Lernaufgaben – feste Verschaltung von Wissen – die magische Zahl der 10.000 Stunden</i>	
<b>Schritt drei: Das Experimentieren – Der Aktivmodus</b> .....	74
<i>Allmähliche Selbstbestätigung und das Experimentieren – Überwinden von Ängsten – Erwerb von Fähigkeiten in heutiger Zeit – Bedeutung der Lehrzeit – Koordination von Auge und Hand – Sie sind ein Baumeister</i>	
<b>Strategien zur Vollendung der idealen Lehrzeit</b> .....	77
1. <b>Achten Sie das Lernen höher als das Geld</b> .....	78
<i>Benjamin Franklin – Albert Einstein – Martha Graham – Freddie Roach</i>	
2. <b>Weiten Sie Ihren Horizont</b> .....	81
<i>Zora Neale Hurston</i>	
3. <b>Zurück zum Gefühl der Unterlegenheit</b> .....	86
<i>Daniel Everett</i>	
4. <b>Vertrauen Sie auf den Prozess</b> .....	90
<i>Cesar Rodriguez</i>	
5. <b>Treten Sie Widerstand und Schmerz entgegen</b> .....	94
<i>A. Bill Bradley B. John Keats</i>	
6. <b>Lernen Sie Scheitern</b> .....	98
<i>Henry Ford</i>	
7. <b>Verbinden Sie das »Wie« mit dem »Was«</b> .....	102
<i>Santiago Calatrava</i>	

8. Fortschritt durch Ausprobieren .....	105
<i>Paul Graham</i>	
Umkehrung .....	109
<i>Wolfgang Amadeus Mozart – Albert Einstein</i>	
<b>III. MACHEN SIE SICH DAS KÖNNEN DES MEISTERS ZU EIGEN: DIE DYNAMIK ZWISCHEN MENTOR UND SCHÜLER .....</b>	<b>111</b>
<i>Das Leben ist kurz und Ihre Zeit zu lernen und kreativ zu sein begrenzt. Beim Versuch, sich Wissen und Erfahrungen aus verschiedenen Quellen anzueignen, ohne dabei eine Form der Anleitung in Anspruch zu nehmen, können Sie wertvolle Jahre vergeuden. Folgen Sie stattdessen dem Beispiel all der berühmten Meister aus der Vergangenheit, und suchen Sie sich einen geeigneten Mentor. Suchen Sie sich den Mentor, der Ihren Bedürfnissen am besten entgegenkommt und Ihrer Lebensaufgabe entspricht. Sobald Sie das Wissen des Mentors verinnerlicht haben, sollten Sie jedoch Ihren eigenen Weg weiterverfolgen und aus dem Schatten des Mentors heraustreten. Ihr Ziel muss immer sein, das Können und die Genialität Ihres Meisters zu übertreffen.</i>	
<b>Die Alchemie des Wissens .....</b>	<b>112</b>
<i>Michael Faraday</i>	
<b>Schlüssel zur Meisterschaft .....</b>	<b>121</b>
<i>Die Bedeutung von Demut – der Wert eines Mentors – die Dynamik zwischen Mentor und Schüler – die Alchemie des Lernens – eine Interpretation der Lebensgeschichte Michael Faradays – Alexander der Große – der Wert einer persönlichen Beziehung – wie Sie einen Mentor finden und für sich gewinnen – berühmte Persönlichkeiten und Bücher als Mentoren – der Mentor als Vaterfigur – wann ist es Zeit einen Mentor zu verlassen?</i>	
<b>Strategien zur Intensivierung der Dynamik zwischen Mentor und Schüler .....</b>	<b>130</b>
1. Wählen Sie einen Mentor, der Ihren Bedürfnissen und Neigungen entspricht .....	131
<i>Frank Lloyd Wright – Carl Gustav Jung – Vilayanur S. Ramachandran – Yoky Matsuoka</i>	

2. Sehen Sie sich selbst mit den Augen Ihres Mentors .....	136
<i>Hakuin Zenji</i>	
3. Transformieren Sie die Ideen Ihres Mentors .....	141
<i>Glenn Gould</i>	
4. Sorgen Sie für eine dynamische Wechselbeziehung .....	145
<i>Freddie Roach</i>	
<b>Umkehrung</b> .....	149
<i>Thomas Edison</i>	
<b>IV. SEHEN SIE DIE MENSCHEN SO, WIE SIE SIND:</b>	
<b>SOZIALE KOMPETENZ</b> .....	151
<i>Das größte Hindernis auf unserem Weg zur Meisterschaft ist oft der emotionale Sumpf, in den wir geraten, wenn wir uns mit Widerständen und Manipulationen unserer Mitmenschen konfrontiert sehen. Wir verstehen ihre Absichten falsch und reagieren in einer Weise, die Verwirrung oder gar Konflikte stiftet. Soziale Kompetenz ist die Fähigkeit, unsere Mitmenschen so realistisch wie nur möglich wahrzunehmen. Gelingt es uns, uns innerhalb unseres sozialen Umfelds reibungslos zu bewegen, bleibt uns mehr Zeit und Energie für das Lernen und den Erwerb neuer Fähigkeiten. Ein Erfolg, der ohne soziale Kompetenz erzielt wurde, kann nicht als meisterlich bezeichnet werden und wird auch nicht lange anhalten.</i>	
<b>Sich in andere hineinversetzen</b> .....	152
<i>Benjamin Franklin</i>	
<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	161
<i>Die Menschen: eine sozial überlegene Spezies – die naive Perspektive als Entwicklungsbremse – eine Interpretation der Lebensgeschichte Benjamin Franklins – wie Sie Ihre innere Einstellung anpassen</i>	
<b>Spezifische Kenntnisse – Durchschauen Sie Ihre Mitmenschen</b> .....	167
<i>Nonverbale Kommunikation – achten Sie auf Signale – die Suche nach gemeinsamen emotionalen Erfahrungen – andere Menschen intuitiv verstehen – die Suche nach Verhaltensmustern – die Gefahren des ersten Eindrucks</i>	

<b>Allgemeinwissen – Die sieben Erbsünden der menschlichen Natur</b> .....	171
<i>Neid</i>	
<i>Konformismus</i>	
<i>Inflexibilität</i>	
<i>Eigennutz</i>	
<i>Bequemlichkeit</i>	
<i>Launenhaftigkeit</i>	
<i>Passive Aggressivität</i>	
<i>Soziale Kompetenz und Kreativität</i>	
<b>Strategien zum Erwerb sozialer Kompetenz</b> .....	179
1. <b>Überzeugen Sie mit Ihrer Arbeit</b> .....	180
<i>A. Ignaz Semmelweis</i>	
<i>B. William Harvey</i>	
2. <b>Schaffen Sie sich das richtige Image</b> .....	186
<i>Teresita Fernández</i>	
3. <b>Sehen Sie sich mit den Augen der anderen</b> .....	191
<i>Temple Grandin</i>	
4. <b>Lassen Sie sich die Narren gerne gefallen</b> .....	196
<i>Johann Wolfgang von Goethe – Josef von Sternberg – Daniel Everett</i>	
<b>Umkehrung</b> .....	203
<i>Paul Graham</i>	
<b>V. ERWECKEN SIE IHR DIMENSIONALES DENKEN: DAS KREATIV-AKTIVE</b> .....	205

*Mit jeder Fähigkeit, die Sie erwerben und verinnerlichen, werden Sie Ihr Wissen aktiv einsetzen wollen, wie es Ihren Neigungen entspricht. Statt sich auf Ihren Lorbeeren auszuruhen, sollten Sie Ihr Wissen auf verwandte Gebiete erweitern und neue Querverbindungen zwischen verschiedenen Konzepten herstellen. Schließlich werden Sie sich von den verinnerlichten Regeln abwenden und Sie Ihrem Temperament entsprechend umformen und reformieren. Diese Eigenwilligkeit wird Sie zu den Gipfeln der Macht führen.*

<b>Die zweite Transformation</b> .....	206
<i>Wolfgang Amadeus Mozart</i>	
<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	213
<i>Originäres Denken – konventionelles Denken – dimensionales Denken – interpretation der Mozart-Geschichte – drei Schritte zur Wiederbelebung des Dimensionalen Denkens</i>	
<b>Schritt eins: Die Kreative Aufgabe</b> .....	218
<i>Die bisherige Vorstellung von Kreativität aufgeben – die Jagd auf den großen weißen Wal – Thomas Edison, Rembrandt, Marcel Proust und die großen kreativen Herausforderungen – das Oberste Gesetz der kreativen Dynamik – Kreativität als Rebellion – Sicherheiten aufgeben</i>	
<b>Schritt zwei: Kreative Strategien</b> .....	221
<b>A. Entwickeln Sie eine Negative Befähigung</b> .....	221
<i>Keats über den kreativen Prozess – Definition der Negativen Befähigung – Mozart und Bach – Einstein und die Negative Befähigung – Shakespeare als Ideal – Faraday und die Demut – Negative Befähigung als Mittel zur Öffnung des Geistes</i>	
<b>B. Geben Sie dem Zufall eine Chance</b> .....	224
<i>Das Gehirn als duales Verarbeitungssystem – Definition des glücklichen Zufalls – William James und die mentale Eigendynamik – Erhaltung eines offenen Geistes – Louis Pasteur und der glückliche Zufall – Thomas Edison, der Zufall und Tonaufnahmen – der flexible Verstand – Zufallstechniken von Anthony Burgess und Max Ernst – dem Zufall eine Chance geben – analogisches Denken und Galileo</i>	
<b>C. Nutzen Sie den »Current« für neue Denkweisen</b> .....	228
<i>Charles Darwin und der Current – Definition des »Current« – unsere urzeitlichen Vorfahren und der Current – den Current kurzschließen – Richard Buckminster Fuller und seine Artefakte – die Bedeutung der Herstellung von Objekten – Feedbackschleife</i>	
<b>D. Nehmen Sie eine neue Perspektive ein</b> .....	232
<i>Typische falsche Denkmuster</i>	
<b>Das »Was« betrachten statt das »Wie«</b> .....	233
<i>Abkürzungen vermeiden – auf die Struktur achten – ein Gefühl für das Ganze bekommen – die Bedeutung von Zusammenhängen in der Wissenschaft</i>	



<b>Vorschnell verallgemeinern und Details ignorieren</b> . . . . .	234
<i>Zwischen Makro- und Mikrosicht umschalten – Charles Darwin und die Rankenfußkrebse – Leonardo da Vincis Auge fürs Detail in der Malerei – achten Sie auf Details</i>	
<b>Paradigmen bestätigen und Anomalien ignorieren</b> . . . . .	235
<i>Abhängigkeit von Paradigmen – die Bedeutung von Anomalien – Marie Curie und die Radioaktivität – die Google-Gründer und die Anomalien – Anomalien als Motor für die Evolution</i>	
<b>Sich auf das fixieren, was da ist, und das ignorieren, was nicht da ist</b> . . . . .	236
<i>Sherlock Holmes und negative Hinweise – Gowland Hopkins, negative Hinweise und Skorbut – Henry Ford, negative Hinweise und das Fließband – die emotionale Sichtweise umkehren – Rückschläge als Chance</i>	
<b>E. Kehren Sie zu originären Formen der Intelligenz zurück</b> . . . . .	238
<i>Die Intelligenz unserer zeitlichen Vorfahren – das menschliche Gehirn als Multifunktionsinstrument – die Grenzen der Grammatik – Denken jenseits der Sprache – berühmte Menschen, die in Bildern dachten – die Grenzen der Erinnerung – Diagramme und Modelle nutzen – Schiller, Einstein, Samuel Johnson und Synästhesien</i>	
<b>Schritt drei: Der kreative Durchbruch – Anspannung und Erkenntnis</b> . . . . .	242
<i>Hohe persönliche Ansprüche der Meister – Loslassen – Einstein, das Loslassen und die Entdeckung der Relativität – Richard Wagner vollendet seine Oper im Traum – wie das Gehirn die Höhepunkte der Kreativität erreicht – Blockaden vor der Erleuchtung – Evariste Galois' Geniestreich einer Nacht – die Notwendigkeit der Anspannung – künstliche Deadlines – Thomas Edison macht sich selbst Druck</i>	
<b>Emotionale Fallen</b> . . . . .	246
<i>Selbstgefälligkeit</i>	
<i>Konservatismus</i>	
<i>Abhängigkeit</i>	
<i>Ungeduld</i>	
<i>Prahlerei</i>	
<i>Mangelnde Flexibilität</i>	

<b>Strategien für die kreativ-aktive Phase</b> .....	250
1. <b>Die eigene Stimme</b> .....	251
<i>John Coltrane</i>	
2. <b>Der Hebelpunkt</b> .....	255
<i>Vilayanur. S. Ramachandran</i>	
3. <b>Mechanische Intelligenz</b> .....	261
<i>Die Gebrüder Wright</i>	
4. <b>Natürliche Talente</b> .....	267
<i>Santiago Calatrava</i>	
5. <b>Das offene Feld</b> .....	273
<i>Martha Graham</i>	
6. <b>Das komplizierte Ende</b> .....	278
<i>Yoky Matsuoka</i>	
7. <b>Kreative Zweckentfremdung</b> .....	282
<i>Paul Graham</i>	
8. <b>Dimensionales Denken</b> .....	287
<i>Jean-Francois Champollion</i>	
9. <b>Alchemistische Kreativität und das Unterbewusstsein</b> .....	295
<i>Teresita Fernández</i>	
<b>Umkehrung</b> .....	299
<i>John Coltrane – August Strindberg</i>	

**VI. VERBINDEN SIE DAS INTUITIVE MIT DEM RATIONALEN: MEISTERSCHAFT** .....

301

*Wir alle haben Zugang zu einer höheren Form der Intelligenz, durch die wir die Welt besser wahrnehmen, Trends voraussagen und schnell und angemessen auf alle möglichen Umstände reagieren können. Wir fördern diese Intelligenz, wenn wir uns in ein Forschungsgebiet vertiefen und unseren Veranlagungen treu bleiben, auch wenn unsere Herangehensweise noch so unkonventionell auf andere wirken mag. Unser Gehirn ist auf diese Fähigkeiten ausgelegt, und wir gelangen ganz von selbst zu dieser Form der Intelligenz, wenn wir unseren Neigungen bis zu ihren äußersten Grenzen folgen.*

<b>Die dritte Transformation</b> .....	302
<i>Marcel Proust</i>	

<b>Schlüssel zur Meisterschaft</b> .....	310
<i>Beispiele für die besondere Beobachtungsgabe von Meistern – das besondere Gespür – mystifizierte Fähigkeiten – Intuition – Dynamik – Intuition – Jane Goodall und die Schimpansen – Erwin Rommel und die Kriegs- führung – die Verbindung von Verstand und Intuition – Meisterschaft in 20.000 Stunden – der kritische Faktor Zeit – die Ausbildungszeit richtig nutzen – Interpretation der Proust-Geschichte</i>	
<b>Die Wurzeln der meisterlichen Intuition</b> .....	317
<i>Sandwespen – Intuition und unsere urzeitlichen Vorfahren – mnemonische Netzwerke im Gehirn – Gedächtniskunst – Bobby Fischer und Gedächtnisspuren – keine Angst vor komplexen Auf- gaben – das Gedächtnis trainieren – Beispiel für Intuition und Jugendlichkeit</i>	
<b>Die Rückkehr zur Realität</b> .....	323
<i>Überblick über die Evolution – die Verbundenheit des Lebens – die äußerste Realität – moderne Renaissance – Rückbesinnung auf das Ganze – das Gehirn der Meister</i>	
<b>Strategien zur Erlangung der Meisterschaft</b> .....	327
1. Verbinden Sie sich mit Ihrer Umgebung – Originäre Kräfte ...	327
<i>Die Bewohner der Karolinen</i>	
2. Nutzen Sie Ihre Stärken – Perfekte Konzentration .....	332
<i>A. Albert Einstein</i>	
<i>B. Temple Grandin</i>	
3. Transformation durch Übung – Das Gespür .....	345
<i>Cesar Rodriguez</i>	
4. Verinnerlichen Sie die Details – Die Lebenskraft .....	350
<i>Leonardo da Vinci</i>	
5. Erweitern Sie Ihr Sichtfeld – Der umfassende Blick .....	356
<i>Freddie Roach</i>	
6. Lassen Sie sich auf das Andere ein – Die umgekehrte Perspektive .....	361
<i>Daniel Everett</i>	
7. Fassen Sie alle Wissensformen zusammen – Der/Die Universalgelehrte .....	368
<i>Johann Wolfgang von Goethe</i>	

<b>Umkehrung</b> .....	376
<i>Das falsche Selbst – das wahre Selbst – Entmystifizierung des Genies – Ihr Lebenszweck – Ihr Potenzial nutzen</i>	
<b>Biografien zeitgenössischer Meister</b> .....	379
<b>Danksagung</b> .....	385
<b>Zitatquellen</b> .....	389
<b>Auswahlbibliografie</b> .....	391
<b>Register</b> .....	395