

DU KANNST ALLES SCHAFFEN, SO WIE ICH

Seit über 23 Jahren bin ich in den Medien tätig. Ich war als Moderator, Autor und Comedian beim Radio und ich habe eine Fernsehsendung im ersten deutschen Fernsehen, der ARD moderiert. Ich wollte da immer hin. Aber ich war ein dicker, schwer Dialekt sprechender Bub vom niederbayerischen Land und nichts, aber auch wirklich gar nichts hat dafür gesprochen, dass ich irgendwas davon jemals erreichen kann.

Erst im Jahr 1996 habe ich meine Chance gesehen und sie genutzt: Ich gründete während meines Studiums mit Kommilitonen am Institut für Kommunikationswissenschaften einen Studenten-Radiosender in München.

Kurze Zeit später bin ich zum professionellen Radio gewechselt. Über 20 Jahre lang war ich dann bei Antenne Bayern - lange Zeit der meistgehörte Sender Deutschlands. Und das, was ich schon beim Studentensender angefangen habe, habe ich bei Antenne Bayern weiterentwickelt: die Comedy-Figur "Studiotechniker Nullinger". Verrückterweise hat diese Figur unter den bayerischen Radiohörern einen Bekanntheitsgrad von weit über 90 Prozent. Die Figur kennt mittlerweile praktisch jeder in Bayern.

Ende der 90er wog ich um die 130 kg. Ich hatte irgendwann bei 126 kg auf der Waage aufgehört, mich zu wiegen und danach noch schwer zugenommen. Also wahrscheinlich hatte ich sogar über 130 kg. Außerdem hatte ich Schulden bei der Bank: 35.000,- Euro. Und auch ansonsten lief es nicht so gut für mich: keinen guten Job, keine Perspektive, keine Beziehung, keine Liebe, keine Lust.

Aber ich konnte mich da rausmanövrieren. Innerhalb von eineinhalb Jahren schaffte ich es tatsächlich, ganze 50 kg abzunehmen. Es war unfassbar bestärkend für mich zu sehen, was ein Mensch im Leben alles allein durch seine Willenskraft erreichen kann.

Ich habe mich dann aus meinen Schulden herausgearbeitet und bin inzwischen finanziell frei. Und auch alle anderen Themen bin ich erfolgreich angegangen und habe mich beispielsweise als einer der erfolgreichsten Comedy-Autoren und Comedians in der deutschen Radiobranche etabliert. Zielerreichung ist seitdem für mich ein großes Thema.





LIFEHACK

**„Wenn Du etwas erreichen willst,
schließe Dich in einer Gruppe mit
Gleichgesinnten zusammen.“**

Darum geht es auch hauptsächlich in meiner kostenlosen Facebook-Gruppe "Hack your life". Komm doch einfach mit rein; hier unterstützen wir uns sehr gut gegenseitig beim Erreichen unserer Ziele. Darüber hinaus bekommst Du immer wieder wertvolle Videos und Lifehacks von mir. Hier geht's zur Gruppe:
<https://klickehier.com/hackylife>



In den letzten Jahren habe ich viele Menschen sehr erfolgreich gecoacht und wir konnten gemeinsam ausgesprochen große Erfolge erzielen.

Von einem Festangestellten, der sein Einkommen innerhalb von drei Jahren verfünffacht hat, über einen Selbstständigen, der mit höheren Preisen mehr Kunden und noch mehr Umsatz bekommen hat, bis hin zu Menschen, die einfach abgenommen haben oder jetzt weniger arbeiten und mehr verdienen.

Darüber hinaus konnte ich vielen Menschen helfen, ihre Träume zu verwirklichen, ihre Ziele zu erreichen und dadurch glücklichere Beziehungen und ein glücklicheres Leben zu führen.

Im Prinzip ging es immer um Zielerreichung: Welche Ziele möchte jemand erreichen und wie geht er dabei am besten vor?

DIESER PLANER IST FÜR DICH

Dieser Planer ist für Dich und nur für Dich. Du bist der einzige Mensch, den Du mit Hilfe dieses Planers "bearbeitest" und veränderst. Denn, denk immer dran: Wenn wir uns ändern, ändert sich alles.

Dieser Planer ist ein Tool, ein Werkzeug, um genau zu sein, sogar ein sehr wertvolles Werkzeug - ein Schweizer Taschenmesser für alle Lebensbereiche und alle Lebenslagen. Dieses Werkzeug hilft Dir und zeigt Dir ab heute, wie Du ganz einfach, Schritt für Schritt Deine Lebensziele planst, in Angriff nimmst und tatsächlich erreichst. Und zwar mit Wissen, das bisher so noch nie veröffentlicht wurde. Du erhältst die Essenz aus meinen über 20 Jahren hoch erfolgreiche Umsetzung in allen Lebenslagen.



LIFEHACK

**Wenn wir uns ändern,
ändert sich alles!**

So erreichst Du Deine Ziele endlich nicht hart, sondern smart. Heute ist der erste Tag Deiner ganz persönlichen Reise, die den einzigen Menschen ändert, den Du auf dieser Welt vollumfänglich ändern kannst: Dich. Du und nur Du hast es in der Hand, hier, jetzt und heute

Dein Leben auf eine Art und Weise positiv zu verändern, die gestern für Dich vielleicht noch undenkbar war. Dieser Planer ist Dein Wegbegleiter, Dein Kollege, Dein guter Freund und immer zur Verfügung stehender Wegweiser auf Deiner Reise. Er wird Dir nicht nur treue Dienste bieten, sondern Dir garantiert dabei helfen, alles zu erreichen, was Du erreichen möchtest.

Ein Planer, wie Du ihn gerade in den Händen hältst, ist für drei Monate konzipiert und soll Dir helfen, Deine Ziele zu erreichen. Es spielt keine Rolle, welche Ziele Du als Erstes angehst - lass Dich einfach von Deinem Gefühl leiten. Wie so oft im Leben, zeigt Dir Deine Intuition immer den richtigen Weg. Beginnst Du mit Geld und Erfolg oder lieber mit Körper und Gesundheit?

Vielleicht nimmst Du aber auch als erstes Dein persönliches Lebensglück oder den Bereich Beziehung und Beziehungen in Angriff? Eines steht auf jeden Fall fest: Du kannst alles erreichen, was Du Dir vorstellen kannst. Wirklich. Lass Dir auch nicht von irgendjemandem einreden, das würde nicht funktionieren oder Deine Ziele wären zu unrealistisch.

Niemand außer Dir weiß, was Du in Deinem Leben alles erreichen kannst. Schau Dir mich an. Genau dafür, dass Du alles erreichen kannst, auch Unrealistisches, möchte ich Dir zu jeder Zeit als lebendiger Beweis zur Verfügung stehen. Denn wenn ich als ehemals dicker Bub vom bayerischen Land mit einem für mich damals riesigen Berg Schulden es geschafft habe, schlank, erfolgreich und finanziell frei zu werden sowie trotz Dialekt beim meistgehörten Radiosender Deutschlands on air erfolgreich zu werden, dann sei Dir einer Sache sicher:

DU KANNST ES AUCH. ALLES!

Und denke immer daran: Du bist nicht alleine, denn ich bin durch diesen Planer als helfender Begleiter immer bei Dir, die ganze Zeit!



LIFEHACK

**Was Du Dir
vorstellen kannst,
kannst Du auch
erreichen.**



2 JETZT GEHT'S LOS!

WELCHE ZIELE MÖCHTEST DU IN 90 TAGEN ERREICHEN?

Notiere bitte als Erstes jetzt direkt das Startdatum, an dem Deine 90-tägige Reise beginnt, in das dafür vorgesehene Feld auf Seite 78. Fang am besten jetzt sofort an, denn die 72-Stunden-Regel besagt, dass Du alles, was Du nicht innerhalb von 72 Stunden in Angriff nimmst, höchstwahrscheinlich nie machen wirst.



LIFEHACK

Alles, was Du nicht in 72 Stunden in Angriff nimmst, machst du wahrscheinlich nie.

Überlege Dir als Erstes schnell und ganz intuitiv: Was sind Deine Hauptziele, die Du in den nächsten 90 Tagen erreichen möchtest? Du kannst hierbei nur alles richtig machen. Die Ziele, die Dir als Erstes einfallen, bei denen Dir Dein Herz sagt "Die packen wir an!", sind genau die, die Du in Angriff nehmen solltest.

Lege jetzt Dein Ziel möglichst genau fest, also WAS ist das Ziel, das Du erreichen möchtest und WANN möchtest Du es erreicht haben?

SCHREIBE ALSO NICHT AUSSAGEN WIE:

- ✗ "Ich möchte abnehmen."
- ✗ "Ich möchte reich werden."
- ✗ "Ich möchte weniger arbeiten."

▷ Solche Formulierungen sind zu ungenau für den stärksten Helfer an Deiner Seite: Dein Unterbewusstsein.

FORMULIERE STATTDESSEN SO:

- ✓ "Ich möchte spätestens am Datum X das Gewicht Y haben."
- ✓ "Ich möchte spätestens bis zum Datum X über Summe Y auf dem Konto verfügen."
- ✓ "Ich möchte einen Tag in der Woche frei haben, um ihn mit meiner Familie zu verbringen, und zwar immer am Donnerstag."