

Eine Ziel-Collage kann Ihr Leben verändern

Da der Mensch bekanntlich in Bildern denkt, ist eine Ziel-Collage ein sehr wirksames Erfolgsmittel, dessen sich viele Menschen nicht bewusst sind.

Autor: **Alex S. Rusch**

Ich möchte Ihnen die Ziel-Collage als äusserst wirksames Erfolgsmittel näher bringen und Sie anspornen, sich von der Wirkung zu überzeugen. Dieses hervorragende Erfolgsmittel wende ich persönlich erst seit kurzer Zeit an, obwohl auch ich zuvor schon öfters davon gehört hatte. Den Ansporn dazu bekam ich, als ich im Tonstudio sass und Regie für das Hörbuch »Chicken Soup for the Soul« führte.

In drei Jahren alle Lebenswünsche erfüllt

In diesem aus 87 aufbauenden Geschichten bestehenden Hörbuch gab es eine Story, die mich zutiefst berührte. Eine wahre Geschichte von Glena Salisbury, die im Anschluss an einen Vortrag damit begann, alte Zeitschriften zu zerschneiden und Bilder zu sammeln, die darstellten, »was ihr Herz sich wünschte«. Sie klebte sie in ein teures Fotoalbum und wartete gespannt auf die Erfüllung der folgenden Wünsche:

1. ein gutaussehender Mann
2. eine Frau in einem Brautkleid und einen Mann in einem Smoking
3. Blumenbuketts
4. schöner Diamantschmuck
5. eine Insel in der funkelnden blauen Karibik
6. ein schönes Heim
7. neue Möbel
8. eine Frau, die gerade Vizepräsi-

dentin einer grossen Gesellschaft geworden war (Glena Salisbury arbeitete damals – Ende der 70er-Jahre – für eine Firma, in der es keine Frauen in Spitzenpositionen gab, und sie wollte die erste Vizepräsidentin in dieser Firma sein)

Acht Wochen nachdem sie sich diese Collage erstellt hatte, sah sie auf der Autobahn ihren Traummann Jim in einem Cadillac (Punkt 1). Jim sah sie auch und fuhr ihr nach. Schliesslich heirateten sie nach rund zwei Jahren in Laguna Beach, Kalifornien, mit Brautkleid und Smoking (Punkt 2). Am Tag ihrer ersten Verabredung schickte er ihr ein Dutzend Rosen und danach jeden Montag eine langstielige Rose mit einem Liebesbriefchen (Punkt 3). Dann erfuhr sie, dass es sein Hobby war, Diamanten zu sammeln und dass er auf der Suche nach jemandem war, den er damit schmücken konnte (Punkt 4). Drei Monate vor der Hochzeit kündigte Jim an, er hätte den perfekten Ort für die Hochzeitsreise gefunden, die St. John's-Insel in der Karibik (Punkt 5), obwohl er bis dahin immer noch nichts von ihrer Ziel-Collage wusste. Ein Jahr nach der Hochzeit zogen die beiden in ein schönes Haus (Punkt 6) und richteten es mit schönen Möbeln ein (Punkt 7). Auch Punkt 8 wurde erfüllt – bereits acht Monate nachdem sie sich ihr Traumbuch gestaltet hatte, wurde sie Vizepräsidentin für das Ressort Personalkapazität in der Firma, in der sie arbeitete.

Mit einer Ziel-Collage starten

Diese wahre, bildhafte Geschichte gab mir dann den Anstoss, endlich einmal eine vollständige Ziel-Collage zu erstellen. Da ich es mir zur Gewohnheit gemacht hatte, bei guten Impulsen immer sofort ins Handeln zu kommen, machte ich am gleichen Tag den ersten Schritt. Als ich zu Hause ankam, nahm ich ein DIN A3-Blatt und zeichnete ein paar Dinge darauf, schrieb ein paar Stichworte daneben und machte ein Viereck um jedes dieser Ziele. Dies war schon einmal ein guter Start-Punkt.

Ständig optimieren und ergänzen

Seitdem ich diesen Grundstein gelegt hatte, unternehme ich nun gezielt Anstrengungen, diese Ziel-Collage ständig zu optimieren. Dabei gehe ich wie folgt vor:

1. Ich habe jeweils einen kleinen Fotoapparat dabei und fotografiere Dinge, die ich mir für die Zukunft wünsche.
2. Ich halte in Zeitschriften Ausschau nach Fotos und Illustrationen für meine Ziel-Collage.
3. Ich beauftrage gelegentlich einen Illustrator, ein bestimmtes Bild anzufertigen.
4. Ich zeichne eigene Bilder.
5. Ich schreibe eigene kleine Ziel-Texte.

DIN A3-Blatt oder Heft

Anstelle eines DIN A3-Blattes können Sie auch ein Heft einsetzen, was es Ihnen ermöglicht, für jedes Ziel eine Seite einzusetzen. Ein solches Heft kön-



Mit einer Ziel-Collage illustrieren Sie Ihre Ziele und Wünsche

nen Sie in jedem Bürofachgeschäft kaufen. Dem »Spreng Deine Grenzen-Erfolgspaket« von Jürgen Höller liegt übrigens auch ein Collagen-Heft bei, weil er wollte, dass seine Seminarteilnehmer ohne grosse Hindernisse sofort mit ihrer Ziel-Collage beginnen können.

Inhalt der Ziel-Collage

In Ihrer Ziel-Collage sollte das enthalten sein, was Sie sich für Ihr Leben wünschen. Dabei setzen Sie die Schwerpunkte selber. Im Vordergrund stehen Ihre mittel- und langfristigen Ziele. Hier ein paar Anregungen:

1. **Ihr Traumhaus-Modell**
2. **Ihr/e Traum-Lebenspartner/in**
3. **Ihr Kontoauszug der Zukunft**
4. **Das Gebäude Ihrer Firma**
5. **Ihr schlanker, athletischer Körper (z.B. ein Fotomodell-Körperfoto mit Ihrem Passfoto-Kopf)**
6. **Ihr Zweithaus**
7. **Ein bestimmtes Diplom**
8. **Ein bestimmter Beruf (z.B. Foto von Arbeitshilfswerkzeug)**
9. **Ihr Traumauto**
10. **Eine Familie**

11. Ein nach Ihnen benanntes Gebäude

12. Ein Ferienparadies

Vielleicht ist für Sie ein Auto nur ein Fortbewegungsmittel ohne speziellen Reiz – dann können Sie es auf Ihrer Ziel-Collage auch weglassen und etwas nehmen, was Ihnen wichtiger ist. Dies ist Ihre Collage und Ihr Leben.

Kreativität, Motivation und Ausdauer

Mittels einer Ziel-Collage können wir uns unsere Ziele in unserem Geist viel besser vorstellen. Sie setzt Kreativität, Motivation und Ausdauer in uns frei. Und sie hält uns auf Kurs auf dem langen Weg zu unserem Ziel. Nicht nur das; wir nehmen dank der Ziel-Collage plötzlich Gelegenheiten wahr, die wir ansonsten übersehen hätten. Selbst wenn Sie bereits schriftliche Jahresziele, ein Lebensmotto und ein Leitbild haben, so sollten Sie als starke Unterstützung dazu auch eine Ziel-Collage erstellen.

Täglich damit arbeiten

Sich aber nur eine wunderschöne Ziel-Collage zu erstellen, ist nur die halbe

Miete. Sie nützt Ihnen wenig, wenn sie sich in der Schublade befindet und Sie Ihre Collage nur alle drei Monate einmal anschauen. Um das Erfolgsgesetz der Ziel-Collage richtig nutzen zu können, sollten Sie sich Ihre Collage jeden Abend kurz vor dem Einschlafen anschauen. Machen Sie sich dies zum Ritual, wie Zähneputzen oder den Wecker stellen. Kurz vor dem Lichtlöschen schauen Sie sich Ihre Ziel-Collage an, prägen sich Ihre Wunschbilder ein. – Probieren Sie es aus! Tun Sie es die nächsten 30 Tage und sehen Sie, was passiert. ■

Alex S. Rusch

ist Gründer und Geschäftsführer des Rusch Verlages, des führenden Hörbuchverlages



der Themenbereiche Management, Verkauf und Lebenserfolg. Seit seinem 17. Lebensjahr beschäftigt er sich mit Erfolgswissen.