

Gerald Hüther
Sven Ole Müller, Nicole Bauer

Wie Träume wahr werden



GOLDMANN

Lesen erleben

GERALD HÜTHER
SVEN OLE MÜLLER | NICOLE BAUER

WIE
TRÄUME

WAHR
WERDEN

Das Geheimnis
der Potentialfaltung

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

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 auch als E-Book erhältlich.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Originalausgabe Juni 2018

Copyright © 2018 by Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur München
Umschlagmotiv: © d-l-b (gettyimages)

Fotos im Innenteil: © ABGedreht Productions; © privat (S. 54)

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

JT · Herstellung: Han

ISBN 978-3-442-31481-2

www.goldmann-verlag.de

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



Inhalt

Zeit für Träume	7
1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel	21
2. Ein irrwitziger Traum, der wahr geworden ist ..	35
Bloße Gedanken werden zu anfassbaren Realitäten	41
Noch nie zuvor Rennrad gefahren	48
Einfach loslegen	57
Die Richtigen treffen die Richtigen	64
3. Was Team-Engagement mit einer Verlobung zu tun hat	69
Charity und Akademie	76
Vertrauen statt Verträge	79
Kick-off-Rennradtour zur Ostsee	82
Adaptierung von Späteinsteigern	91
Schrecksekunde vor dem Start	98
Von der Beziehung zur Begegnung	101
4. Begeisterung ist Dünger fürs Gehirn	111
Momente, die unter die Haut gehen	120
Gemeinsame Motive als Klebstoff	123

Inhalt

48 Stunden eingesperrt	131
Die Erkenntnis vom Spiel	139
Generalprobe oder: Unser härtestes Osterfest	144
5. Vielfalt ist besser als Einfalt	157
Eine bunte Mischung souveräner Persönlichkeiten	164
Es geht nicht ohne die Anderen	170
Sportler versus Nichtsportler	174
Wolf Creek Pass, der höchste Punkt der Strecke	178
Wapiti	184
6. Je kleiner der Traum, desto schneller ist er zu Ende	189
Finisher-Party in Annapolis	198
Was danach geschah	205
Das Erbe des RAAM	211
Ein Resümee	226
Der Erfolg ist eine bittersüße Frucht am Baum des Gelingens	231
Anhang	237
Der WeQ-Test	239
Die Akademie für Potentialentfaltung	263
Das Race Across America – Fakten	267
Das Team	273
Register	280

Zeit für Träume

Gerald Hüther

»I have a dream!«, rief Martin Luther King den in Washington versammelten Demonstranten vor einem halben Jahrhundert zu. Wohl kaum einer, der diesen Satz noch nicht gehört oder gesagt hat, aber Dr. King hätte damals noch lange davon träumen können, dass die Diskriminierung der afro-amerikanischen Bürger in den Vereinigten Staaten endlich aufhört. Entscheidend für die Erfüllung war, dass auf einmal so viele diesen Traum auch zu träumen wagten und sich gemeinsam auf den Weg machten, um ihn endlich wahr werden zu lassen. Auch die Initiatoren der Bürgerrechtsbewegung in der DDR hatten zunächst nur einen Traum. Aber dann liefen mit einem Mal montags hunderttausende mit Kerzen in der Hand gemeinsam durch ihre Städte, bis das Unvorstellbare geschah und das SED-Regime mitsamt der von ihm errichteten Mauer wie ein Kartenhaus in sich zusammenstürzte.

Zeit für Träume

Alle tiefgreifenden Veränderungen, so scheint es, beginnen damit, dass jemand den Mut hat, sich vorzustellen, dass es auch anders sein könnte. Nur wir Menschen sind zu dieser Gedankenleistung in der Lage. Nur *wir* können uns etwas vorstellen, etwas imaginieren, also eine Idee von etwas entwickeln, was es noch gar nicht gibt. Und wenn dann auch noch andere Personen den gleichen Traum in sich tragen und sich tatsächlich gemeinsam auf den Weg begeben, um ihn zu verwirklichen, wird das zur Realität, was zu Anfang einer nur zu träumen gewagt hatte.

Weil die Kraft, die menschliche Gemeinschaften bei der Verwirklichung ihrer Vorstellungen entfalten, so unvorstellbar groß werden kann, bezeichnen wir Visionäre gern als Träumer. Das klingt ungefährlich. Das macht weniger Angst. Denn träumen kann jeder, was er will – zu Hause im Bett. Dadurch ändert sich nichts an den Realitäten. »Träume sind Schäume«, heißt es, und die im Schlaf vom Gehirn hervorgebrachten Traumgebilde sind beim Aufwachen der meisten Menschen schnell wieder verschwunden.

Wenn aber einer sagt: »I have a dream«, beschreibt er damit keinen Traum, sondern eine Vorstellung, die wahr werden kann. Da wir als Einzelperson nicht allzu viel zustande bringen, braucht die Verwirklichung einer solchen Vision den Einsatz anderer Menschen. Je größer die Idee, desto mehr solcher Akteure müssen für ihre Umsetzung gefunden werden.

In allen hierarchisch geordneten Gesellschaften, wie wir sie aus den zurückliegenden fünf- bis zehntausend Jahren kennen, waren es immer nur die Anführer, die das Privileg hatten, ihre jeweiligen – und oft genug ziemlich verrückten – Vorstellungen zu entwickeln und sie dann auch Realität werden zu lassen. Es war nicht nötig, dass diejenigen, die sie umsetzten, denselben Traum träumten. Meist wurden sie als Sklaven, als Leibeigene, als Söldner dazu gezwungen oder als diskriminierte Frauen, gern auch als von der Gunst ihres Chefs abhängige Arbeiter und Angestellte dazu gebracht. Bis heute hat sich daran in weiten Teilen der Welt nicht viel geändert. Überall werden Menschen von den Reichen und Mächtigen dieser Erde zur Umsetzung von deren Träumen, Visionen, Vorstellungen oder verrückten Ideen benutzt.

So wird es wohl auch noch einige Zeit weitergehen, und doch zeichnet sich seit einigen Jahrzehnten eine Entwicklung ab, die dieser Art der Verwirklichung der Träume von Machthabern ein natürliches Ende bereitet. Je komplexer die von Menschen geschaffene Welt zu werden beginnt, desto schwieriger lässt sie sich anhand der von einzelnen Personen entwickelten Vorstellungen gestalten. Die alten selbstgefälligen, alleinherrschenden Traumtänzer sind damit zu einem Auslaufmodell geworden.

Wenn die Welt zusammenwächst, alles mit allem verbunden ist und sich wechselseitig beeinflusst, kann ein Einzelner – auch wenn er Albert Einstein hieße – nur eine sehr begrenzte Vorstellung davon entwickeln, wie es ange-

Zeit für Träume

sichts dieser Komplexität weitergehen soll. Dazu braucht es das Wissen und die Erfahrung möglichst vieler und möglichst unterschiedlicher Menschen. Nur durch das Zusammenführen der Vielfalt menschlichen Wissens und Könnens lassen sich heutzutage noch tragfähige und umsetzbare Vorstellungen davon entwickeln, was morgen wie werden soll. Das wäre dann ein gemeinsamer Traum, der sich freilich auch nur gemeinsam verwirklichen lässt. Und Sie ahnen schon wie: ohne Hierarchie und ohne Anführer.

Geträumt haben Menschen davon schon immer. Aber eben nicht sehr viele. Denn die meisten waren damit beschäftigt, zunächst erst einmal ihren Traum von einem menschenwürdigen Leben oder gar von ihrem nackten Überleben ohne Hunger und Not, ohne Bedrohungen und Kriege, ohne Unterdrückung und Qual zu verwirklichen. Zur allgemeinen Schande unserer Spezies sind die meisten Menschen auf der Welt noch heute damit beschäftigt.

Die anderen, die mehr Glück hatten und in günstigere Bedingungen hineingeboren wurden, machen gegenwärtig eine sehr bemerkenswerte Erfahrung: Menschen, die nicht mehr gezwungen werden, die Vorstellungen anderer zu realisieren, sondern selbst ein gemeinsames Anliegen verfolgen, fangen an, auf ungeahnte Weise über sich hinauszuwachsen. Ganz allmählich beginnen nun immer mehr Menschen zu ahnen, welche Kraft und wie viel Potential sie zu entfalten imstande sind, wenn sie sich gemeinsam

auf den Weg begeben, um etwas zu verwirklichen, was ihnen allen gleichermaßen am Herzen liegt.

Und darum geht es in diesem Buch. Wir wollen gemeinsam versuchen zu verstehen und verständlich zu machen, weshalb eine Gemeinschaft von sehr verschiedenen Menschen, die alle den gleichen Traum verfolgen und fest entschlossen sind, ihn zu verwirklichen, kaum aufzuhalten ist. Nicht durch ungünstige Voraussetzungen, nicht durch Geldmangel und erst recht nicht durch unterwegs auftauchende Schwierigkeiten und Probleme. Noch nicht einmal durch innere Konflikte, die dabei zwangsläufig entstehen.

Völlig neu ist das nicht. Schon immer gab es einzelne Familien und ganze Sippen, die – weil sie gemeinsam eine Vision verfolgten – zu kraftvollen und einflussreichen Dream-Teams geworden sind. Das Alte Testament berichtet davon. Die germanischen Stämme haben mit diesem Teamgeist die Legionen der Römer zerrieben. Die Deichbauer der Nordseeküste waren von der Idee beseelt, das Meer zurückzudrängen, und verwandelten so den Meeresboden in urbares Land. Auch Christoph Kolumbus oder vor ihm die Wikinger hätten es ohne eine Mannschaft von fest entschlossenen Träumern niemals bis nach Nordamerika geschafft.

Wie wir heute aber anhand des weiteren Verlaufs dieser bemerkenswerten, anfänglich nur von einem Traum getragenen Teamleistungen erkennen können, hat sich in all diesen Pionier-Gemeinschaften über kurz oder lang doch

Zeit für Träume

wieder eine hierarchische Ordnung herausgeformt. Mit einem Anführer an der Spitze, der seine Untergebenen für die Realisierung seiner Vorstellungen zunächst als Objekte zu betrachten und anschließend auch – mehr oder weniger geschickt – zu nutzen begann. Und es stimmt ja auch. Wie soll man einen Krieg gewinnen, ein Unternehmen erfolgreich managen oder einen prosperierenden Staat aufbauen, wenn man keine für die Umsetzung dieser Vorhaben geeigneten und rekrutierbaren Untertanen hat?

Weil sie es nicht anders kennen – und sie es sich auch gar nicht anders vorstellen können –, glauben die meisten Menschen bis heute, dass es ohne eine starke Führung, ohne Druck und ohne äußeren Ansporn nicht geht. Sie sind davon überzeugt, dass Höchstleistungen nur durch harte Arbeit erreicht werden, zu der Menschen am besten von Anfang an gezwungen werden müssen, also schon im Kindergarten oder spätestens in der Schule. Herausragende Leistungen erbringen ihrer Meinung nach nur diejenigen, die das Ziel haben, alle anderen zu überflügeln. Sie wollen Sieger werden in diesem nun schon so lange währenden Wettbewerb, den die meisten von ihnen für ein Naturgesetz halten. Solche Einzelkämpfer vollbringen bisweilen durchaus bemerkenswerte Leistungen. Aber das geschieht zwangsläufig auf Kosten der anderen, die sie dabei erfolgreich überholen und frustriert zurücklassen. Wer so unterwegs ist, und dabei auch noch Erfolg und Anerkennung findet, kann sich nicht mehr vorstellen, was alles möglich wäre, wenn die Mitglieder einer Gemeinschaft sich

nicht länger als Objekte zur Durchsetzung ihrer jeweiligen Interessen und Absichten benutzen. So jemand hat keine Ahnung davon, zu was Menschen imstande sind, die sich auf den Weg machen, um einen *gemeinsamen* Traum zu verwirklichen.

Wer solche Dream-Teams sucht und das Geheimnis ihrer Gestaltungskraft ergründen will, ist daher gut beraten, wenn er dabei nicht auf jene blickt, die sich im Wettbewerb mit anderen bereits besonders erfolgreich durchgesetzt und die begehrten Spitzenpositionen erkämpft haben. Die nämlich sind vor allem mit der Verteidigung ihrer Positionen, ihrer Macht und ihres Einflusses beschäftigt.

Deshalb wird diese Suche überall dort am interessantesten, wo noch Aufbruchsstimmung herrscht. In den kleinen Start-up-Unternehmen beispielsweise, die noch in der Garage unterwegs sind. So wie Bill Gates' Truppe damals, die auch einen Traum verwirklichen wollte, den zu dieser Zeit niemand für realisierbar hielt. Was später daraus wurde, hat mit den ursprünglichen Vorstellungen dieses Dream-Teams allerdings nicht mehr viel zu tun.

Im Sport fällt das, was ein Team zum Überflieger macht, bisweilen besonders auf. Dort lässt es sich auch am besten untersuchen. Es ist überall gleich: Sobald die Mitglieder eines Teams bereit sind, ihr unterschiedliches Wissen und Können ohne Vorbehalte und Eigeninteressen zusammenzuführen, um einen Traum gemeinsam zu verwirklichen, erwächst in solchen Teams eine außergewöhnliche Kraft.

Zeit für Träume

Dann vollbringen diese Gemeinschaften Leistungen, die ihnen niemand, nicht einmal sie sich selbst, zugetraut hätte.

Die Kicker aus Island während der Europameisterschaft 2016 sind dafür ein jedem Fußballfan fest in die Erinnerung eingprägtes Beispiel. Keiner von ihnen war ein herausragender Spieler. Die gab es aber zuhauf in all jenen Teams, die im Verlauf des Turniers von dieser bemerkenswerten Mannschaft vom Platz gefegt wurden. Das griechische Team hatte ein ähnliches Wunder ein paar Europameisterschaften zuvor auch schon vollbracht und war sogar Europameister geworden. Und auch in der Fußball-Bundesliga tauchen immer wieder einmal Mannschaften auf, deren einzelne Spieler auch nicht besser sind als die ihrer Gegner, die aber ein Spiel nach dem anderen gewinnen. Was, so fragt man sich, ist also das Geheimnis derartiger Hochleistungsteams?

Wer etwas weiter denkt, richtet diese Frage nicht nur an Fußballteams oder andere, die sportliche Teamleistungen erbracht haben. Nur wird die Suche an anderer Stelle, beispielsweise in Schulen, Universitäten, Organisationen und Unternehmen, sehr leicht zu der berüchtigten Suche nach einer Stecknadel im Heuhaufen. Ja, es gibt sie, die herausragenden Leistungen einzelner Teams auch in diesen Bereichen. Aber sie sind offenbar so rar gesät, dass man sie kaum findet. Sie bilden noch immer die Ausnahme, nicht aber die Regel. Der Grund dafür ist, dass in unserem Kulturkreis die Leistung von Einzelkämpfern immer noch mehr gilt als die eines ganzen Teams. Das beginnt mit den Selektionsverfah-

ren an unseren Schulen, geht weiter über die Auswahlkriterien von Universitäten und Ausbildungseinrichtungen, über die Einstellungskriterien von Unternehmen und Organisationen bis hin zu den oberen Sprossen auf der Aufstiegsleiter: überall sind Einzelkämpfer gefragt.

Im vergangenen Jahrhundert war das noch eine durchaus erfolgreiche Auslesestrategie. Aber heute, im 21. Jahrhundert, mit den gewachsenen Anforderungen, der zunehmenden Komplexität, im Zeitalter von Digitalisierung und Globalisierung und mit dem rapide wachsenden Einsatz von Algorithmen, Automaten und Robotern im Zuge der Industrialisierung 4.0 reicht das, was ein Einzelner wissen und können kann, längst nicht mehr aus, um diese komplexen Herausforderungen zu bewältigen. Heute werden Teams gebraucht; Leute, die zusammenarbeiten, anstatt sich gegenseitig überholen zu wollen. Mitarbeiter, die ihr Wissen und Können mit anderen teilen und auf diese Weise Leistungen hervorbringen, die kein Einzelner von ihnen zu erbringen imstande ist.

Das Problem ist nur: Wie lassen sich solche Teams nun aus all diesen auf die Verfolgung ihrer jeweils eigenen Interessen ausgerichteten Mitarbeitern herausformen?

Was braucht es, damit dieser besondere Teamgeist entstehen kann? Gibt es dafür geeignete Methoden und Vorgehensweisen? Versucht wird das inzwischen in fast allen Bereichen, der Erfolg all dieser Bemühungen hält sich jedoch eher in Grenzen. Und das, obwohl in der Theorie – also in Bezug auf die Erkenntnisse aus sozialwis-

Zeit für Träume

senschaftlichen, psychologischen und neurobiologischen Untersuchungen – das, worauf es für die Herausbildung eines Dream-Teams ankommt, längst bekannt ist. Nur scheint es auch hier, wie an anderen Stellen, ein bemerkenswertes Umsetzungsdefizit zu geben.

Um das deutlich zu machen und überwinden zu helfen, wollen wir diese Geschichte erzählen. Im Mittelpunkt steht hier nicht die graue Theorie, sondern die lebendige Praxis: Eine kleine Gruppe von Radrennfahrern aus Ostthüringen, deren Mitglieder die ausgesprochen irrwitzige Idee hatten, einmal am RAAM, dem »Race Across America«, teilzunehmen, und denen es zu Anfang erst einmal nur darum ging, dieses schwerste und anspruchsvollste aller Radrennen zu überstehen – an der Westküste der USA zu starten und nach 5000 Kilometern an der Ostküste anzukommen.

Sie und ihr Erfolgsrezept wollen wir uns in diesem Buch etwas genauer anschauen. Denn dieses Team hat es nicht nur geschafft, dieses Wahnsinnsrennen zu überstehen, sie haben es sogar gewonnen. Ein No-Name-Team aus Thüringen, in gerade mal elf Monaten entstanden, ist mit dem sagenhaften Vorsprung von vier Stunden und 36 Minuten über die Ziellinie gefahren und hat die Besten der Besten auf die Plätze verwiesen.

Seit gut 35 Jahren fordert das *Race Across America*, kurz RAAM genannt, Ultra-Radsportler aus der ganzen Welt heraus, ihre körperlichen und mentalen Grenzen zu erfah-

ren. Gestartet wird in Oceanside, unter einer der längsten Seebrücken Kaliforniens, der Rennverlauf erstreckt sich über 5000 Kilometer und 50 000 Höhenmeter, durchquert zwölf US-Bundesstaaten und endet schließlich in Annapolis, Maryland, dem Segel-Mekka der amerikanischen Ostküste.

Die Route überquert die drei größten Bergketten – die Sierra Nevada, die Rocky Mountains und die Appalachen. Sie kreuzt vier der längsten Flüsse des Kontinents – den Colorado, den Mississippi, den Missouri und den Ohio. Und sie führt durch die ikonischen amerikanischen Sehenswürdigkeiten wie die Mojave- und Sonora-Wüste, das Monument Valley, die Great Plains und den Bürgerkriegschauplatz in Gettysburg.

Das Rennen ist offen für Amateur- und Profi-Rennfahrer. Für Solo-, Zweier-, Vierer- und Achter-Teams gibt es kein vergleichbares Radrennen auf der Welt. Das RAAM ist inzwischen zu einer globalen Legende geworden und zieht jedes Jahr Rennfahrer aus über 35 Ländern an.

Im Gegensatz zu den drei großen europäischen Grand Tours – Tour de France, Vuelta a España und Giro d'Italia – ist das RAAM aber kein Etappenrennen, sondern ein durchgehendes Rennen. Genau genommen ist es ein ununterbrochenes Einzelzeitfahren vom Start bis ins Ziel, Tag und Nacht, und damit das längste Zeitfahren der Welt oder wie die Radprofis selbst sagen: das ultimative Rennen der Wahrheit.

Das RAAM ist dabei um etwa ein Drittel länger als die

Zeit für Träume

Tour de France. Darüber hinaus müssen die Rennfahrer die Strecke in etwa der Hälfte der Zeit und ohne Ruhetage absolvieren. Auch das macht dieses Rennen zu einem der angesehensten und am längsten laufenden Ultra-Ausdauer-Events der Welt. Es gilt als Höhepunkt der sportlichen Leistung nicht nur in Radsport-Kreisen, sondern in der gesamten Höchstleistungssport-Szene. Es gibt kein anderes Radsportereignis, das den Geist eines Teams vom Anfang bis zum Ende derartig herausfordert.

Und damit sind wir wieder bei der entscheidenden Frage angekommen, um die es in diesem Buch geht: Was ist das Geheimnis eines Teams, das gemeinsam etwas schafft, wovon dessen Mitglieder ein Jahr zuvor kaum zu träumen gewagt und was ihnen Außenstehende niemals zugetraut hätten? Mit theoretischen Überlegungen lässt sich das nicht erklären. Um zu verstehen, was eine solch außergewöhnliche Leistung einer Gemeinschaft möglich macht, muss man selbst dabei gewesen sein. Zwei von uns, Nicole Bauer und Sven Ole Müller, sind in diesem Team mitgefahren. Der dritte Autor, Gerald Hüther, hat den Prozess der Teambildung begleitet. Gemeinsam wollen wir nun in diesem Buch deutlich machen, was genau es diesem Team – das elf Monate vor dem Start noch gar nicht existierte – ermöglicht hat, diesen Erfolg einzufahren.

Damit beim Lesen gleich deutlich wird, ob es eher um grundsätzliche Überlegungen zu dem geht, was ein »high-performance«-Team auszeichnet, oder ob es sehr konkret

um die praktischen Erfahrungen einzelner Mitglieder dieses Radrennteams geht, haben wir den einzelnen Abschnitten den Namen des jeweiligen Autors vorangestellt.

Allgemeingültige Erkenntnisse und theoretische Überlegungen, die den Anfang oder den Abschluss der einzelnen Kapitel bilden, wurden von **Gerald Hüther** verfasst. Er ist einer der bekanntesten Hirnforscher Deutschlands, war von 2004 bis 2016 Professor für Neurobiologie an der Universität Göttingen und ist Vorstand der von ihm gegründeten Akademie für Potentialentfaltung.

Nicole Bauer ist im Hauptberuf Rechtsanwältin und nebenbei passionierte Marathonläuferin. Sie hatte noch ein Jahr vor ihrem Eintritt ins Team nie auf einem Rennrad gesessen und zeigt in diesem Buch als einzige Frau unter den vier Racern nicht nur, wie Potentialentfaltung möglich ist. Sie ist ein leibhaftiges Beispiel dafür, was aus einer solchen Erfahrung erwachsen kann.

Sven Ole Müller ist selbständiger Unternehmer, langjähriger Radmarathonathlet und war beim RAAM 2016 Chef de Mission. Er war es auch, der nie bereit war, seinen Kindheitstraum aufzugeben. Ihm gelang es letztendlich, andere Menschen zu finden, die einen ähnlichen Traum in sich trugen und die sich dann gemeinsam mit ihm und Nicole auf den Weg machten, um diesen Traum zu verwirklichen.

Was die Geschichten aus der Vorbereitung des Rennens und aus dem Rennen selbst angeht, die das illustrieren sol-

Zeit für Träume

len, was Gerald Hüther in seinen Überlegungen anspricht, werden wir immer wieder in der Chronologie der Ereignisse vor- und zurückspringen, je nachdem welche Begebenheit für das einzelne Kapitel relevant ist.

Was Sie beim Lesen unseres Buches erwartet, ist also weit mehr als eine theoretische Abhandlung, schließlich ist das Team ja auch nicht nur theoretisch über die Ziellinie gefahren. Alle Ereignisse, alle Gefühle, all das, was in der Zeit vor, während und nach dem Rennen geschehen ist, sind Puzzleteile, die zusammengefügt beweisen, dass Spitzenleistungen im Team nur durch ein konstruktives menschliches Miteinander erreicht werden können. Davon möchten wir berichten, denn es ist das, was das Unmögliche möglich gemacht hat.

Wir wünschen uns, dass das, was die Mitglieder dieses Teams erleben durften und was sie gemeinsam auf diesem Weg erfahren haben, möglichst vielen Menschen als Ansporn und Ermutigung dient, um ihren ganz persönlichen Traum zu verwirklichen.

1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel

Nicole Bauer

»Nach sechs Tagen, 17 Stunden, 56 Minuten und 5000 gefahrenen Kilometern überqueren wir wie in Trance gemeinsam die Ziellinie in Annapolis.«

Wenn mir vor drei Jahren jemand gesagt hätte, dass ich 2016 für eine knappe Woche fast ununterbrochen auf einem Rennrad sitzend quer durch Amerika fahren und das härteste Radrennen der Welt gewinnen würde, ich hätte ihn ausgelacht und für verrückt erklärt. Zu absurd. Zu weit weg von all dem, was mich damals umgab und was ich mir selbst zugetraut hätte. Was wir gemeinsam geschafft haben, erscheint mir auch heute manchmal noch wie ein Wunder, und Wunder kann man anderen am besten näherbringen, indem man sie konkret werden lässt. Darum beginne ich mit dem Ende, mit der letzten Etappe, damit Sie, liebe Leserin, lieber Leser, miterleben können, was dieser Abschluss für uns bedeutete.

1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel

Es war ein seltsames Gefühl, jeder von uns wusste, dass nun bald alles vorbei war. Könnten wir nicht einfach die Zeit anhalten? Könnte es nicht immer so weitergehen? Tapfer versuchten wir, die aufkeimende Traurigkeit so gut es ging zu ignorieren. Zu lachen, auch wenn uns zum Weinen zumute war. Die Tränen niederzuringen. Jetzt muss doch gefeiert werden!

Die Temperaturen waren gesunken, es war kalt. Die Müdigkeit und die Strapazen der letzten Tage machten sich bei allen deutlich bemerkbar. Dazu der Ärger über eine einstündige Zeitstrafe, deren Grund wir alle nicht so richtig nachvollziehen konnten. Doch daran war nicht zu rütteln. Also fanden wir uns regelkonform alle an der Time Station 52 in Mt. Airy ein, um die Strafe abzusitzen. Ärgerlich, denn es waren nur noch »lächerliche« 55 Meilen (rund 88 Kilometer) bis ins Ziel, ein Katzensprung, ein sprichwörtliches Nichts im Vergleich zu dem, was wir in den letzten Tagen gemeinsam bewältigt hatten. Doch auch hier, wie schon so oft zuvor: Kein Grund, uns entmutigen zu lassen. Kein Grund, kostbare Zeit mit Diskussionen zu verschwenden.

Stattdessen spielten wir Federball und vergaßen dabei nicht nur die Zeit, sondern auch für uns zu sorgen. Wir witzelten, es sei ja nur noch eine »Bäckerrunde« zum Brötchenholen bis ins Ziel.

Ein wenig zu schlafen und etwas zu essen wäre wichtig gewesen. Das Überqueren der Appalachen hatte uns sehr viel Kraft gekostet, und unser Übermut, hervorgeru-



Die letzten 90 Kilometer, endlich gemeinsam.

fen durch Schlafmangel und Glückshormone angesichts unseres großen Vorsprungs, sollte uns sehr schnell wieder vergehen.

Die letzten Kilometer wollten alle vier Racer des Teams, also Lars, Robby, Sven Ole und ich, gemeinsam fahren. Wir wollten die Ziellinie zusammen überqueren und genießen, was wir auf den vergangenen 4900 Kilometern abwechselnd, aber jeder immer allein und am Ende eben wir alle gemeinsam geschafft hatten. Und so fuhren wir die ersten 30 Kilometer nach der Zeitstrafe in einer filmreifen Formation, wir waren bildlich aneinandergewachsen, zwischen uns passte kein Blatt Papier.

Aber es war kühl, früh um 6:00 Uhr, wir hatten fast 5000 Kilometer in den Beinen und im Erfolgsrausch all unsere Routinen außer Acht gelassen, nicht gegessen, nicht

1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel

geruht, waren nicht mehr im Wechselrhythmus und hatten für ein schönes Zielfoto nur die hauchdünnen Zeitfahranszüge angezogen.

Keiner sprach etwas. Totenstille. Jeder war offensichtlich im inneren Dialog mit sich, was bei einem Ultra-Athleten heißt: Fokussierung, weil es ans »Eingemachte« geht.

Sven Ole ließ anhalten und sprach aus, was alle spürten: »Wir können die knapp 90 Kilometer nicht alle vier zusammen fahren, wir müssen uns wieder aufteilen und den erprobten Rhythmus einhalten.« Allen fiel ein Stein vom Herzen, denn jeder war gleichermaßen erschöpft und schon im »Notlaufmodus«. Wir teilten die restlichen 60 Kilometer auf und beschlossen, die letzten zehn noch gemeinsam ins Ziel zu rollen.

Die entscheidende Lehre für uns alle war: »Fehler machst du im Erfolg.« Für das gesamte Team war in dem Moment klar, dass es oftmals an Kleinigkeiten liegt, wie eine Sache ausgeht. Umgekehrt wussten wir aber auch, wie viele Kleinigkeiten jeder in der letzten Rennwoche durch Freiheit und Vertrauen richtig entschieden und gestaltet hatte. Ein bewegender Augenblick so kurz vorm Ziel.

Mental war die Luft raus. Wir alle fühlten keinen Rennmodus mehr. Selbst mit einem Rennwagen hätten uns die Verfolger nicht mehr einholen können. Wir fuhren weit unter unserer Durchschnittsgeschwindigkeit der vergangenen sechseinhalb Tage und genossen die Landschaft.

Dann tauchte sie auf, fast leer und verlassen, die vielbeschriebene Tankstelle am Rande der Stadt, mit der Ziel-

linie zur Rennzeiterfassung. Kein großes Empfangskomitee, kein Jubel, wie wir das als Sieger nach solch einer Tour erwartet hatten. Stattdessen lag auf der Straße ein Teppich, auf dem – wir vermuteten es mehr, als dass wir es wussten – die Zeiterfassungstechnik installiert war, links und rechts ein Verkehrskegel, das war alles.

»Soll ich da mal rüberfahren?«, fragte ich die anderen verunsichert. »Ja, mach einfach mal.« Was für ein Bild: Fast in Zeitlupe rollte ich über den Teppich und hatte damit unsere offizielle Rennzeit in den Asphalt gegossen.

Ein komisches Gefühl, irgendwie hatte ich mir das aufregender und professioneller vorgestellt. Niemand außer der Rennleitung hatte in diesem Moment unseren Sieg wahrgenommen. Also blieb uns nichts anderes übrig, als diesen Schlussakt erst einmal selbst zu zelebrieren.

Denn nun war es tatsächlich zu Ende. Wir hatten das härteste Radrennen der Welt überstanden. Aber nicht nur das. Wir hatten es gewonnen.

Viel Zeit, um das zu realisieren, blieb uns allerdings nicht, denn an der Tankstelle hatte sich unter anderem der Chief Race Official, Jim Harmes, eingefunden, der uns die letzten »neutralen« neun Kilometer, also den Rest der Strecke ohne Zeitnahme bis zum Hafen von Annapolis, dem endgültigen Ziel, mit einem PKW eskortieren wollte.

Wir machten uns kurz frisch, wechselten mit Jim – der uns auch die Zeitstrafe verpasst hatte und der, seit wir in Führung lagen, immer in der Nähe war und uns über-

1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel

wachte – ein paar Worte, brachten das Mediateam in Stellung und kommunizierten letztmalig vor der Ankunft im Hafen von Annapolis mit unserer Crew.

Und dann begann er. Der letzte Abschnitt, die Fahrt zum Zielbogen am Yachthafen. Geführt vom Chief Race Official höchstpersönlich. Innerlich hatte ich mich auf ein gemütliches Fahren eingestellt. Umso überraschter war ich, als ich merkte, dass ich Mühe hatte, dem Auto des Rennleiters zu folgen.

»Sag mal, spinnt der total?«, hörte ich mich innerlich fluchen.

Offenbar wollte man uns auf den letzten Kilometern nochmal alles abverlangen. Jim Harnes fuhr nicht nur in einem rasanten, sondern auch mit ständig wechselndem Tempo, was einem klassischen Intervalltraining gleichkam. An jeder Ampel war kraftvolles Antreten nötig, um am Auto dranzubleiben, es ging über breite Highways, wir hatten riesige Spurwechsel zu absolvieren und mussten alles geben, um ihn nicht zu verlieren. Allein hätten wir gar keine Chance gehabt, den Weg zum Hafen zu finden.

»Ich habe die Ziellinie überquert, alles geschafft und absolut keine Kraft mehr für solches Gerase«, schoss es mir immer wieder durch den Kopf. Mein Körper war leer, kraftlos und völlig erschöpft. Ich sah keinen Sinn darin, mich derart zu verausgaben. Mir schossen die Tränen in die Augen, und mit jedem Tritt keimte mehr und mehr der Gedanke auf, abzusteigen und das Rad in den Graben zu werfen. Sven Ole bemerkte meinen Zustand und achtete

darauf, dass ich den Anschluss nicht verlor. Immer wieder »schob« er mich, sodass ich die Chance hatte, im Windschatten des Fahrzeugs zu fahren und auf diese Art meine wenigen verbliebenen Kräfte zu schonen. Er ermutigte mich, heiterte mich auf. Rückblickend weiß ich nicht, was passiert wäre, wenn er das nicht getan hätte. Diese letzten Kilometer waren für mich mit Abstand der härteste Abschnitt des gesamten Rennens. Ich zählte die Kurven und wartete sehnsüchtig darauf, dass endlich der Schriftzug »Port« auf einem der zahlreichen Hinweisschilder zu lesen war.

Und dann war es plötzlich, als ob sich ein Fenster öffnete: ohrenbetäubender Lärm, jubelnde Menschen, laute Musik. Direkt vor mir tauchte im Torbogen zum Hafen der Rest unseres Teams auf.

Es war 09:20 Uhr Ortszeit, und das hier war unser Moment – der Augenblick, auf den wir elf Monate hingearbeitet hatten. Wir waren als bestes Mixed Team unter 50 Jahren am Ziel angekommen. Mit einem riesigen Vorsprung. Fahnen-schwingend ging es für alle gemeinsam durch den Torbogen, die Finishline des Race Across America. Unsere Augen leuchteten, während aus den Lautsprecherboxen Nenas Song »99 Luftballons« ertönte. Wir fühlten uns wie im siebten Himmel.

Ich habe noch nie so eine emotionale Achterbahn erlebt. Eine Last fiel von uns ab. Wir wussten jetzt: Es war vorbei. Und gleichzeitig konnten wir noch gar nicht begreifen, geschweige denn in Worte fassen, was da gerade passiert

1. Als Underdog gestartet – als Sieger im Ziel



Zieleinlauf nach 4939 Kilometern.

war. Wir fielen uns freudetrunken in die Arme, beglückwünschten uns zu dieser überragenden Leistung und versuchten, den Moment aufzusaugen.

»Du wirst das niemals schaffen«, hörte ich die Worte der zu Hause gebliebenen Bedenkenträger in mir nachklingen. Ich hatte es aber nicht nur geschafft, bei diesem Rennen mitzufahren, sondern ich hatte mein Team mit all meiner Kraft unterstützt. Ich war Teil des Sieges geworden, und ich weinte, weil der Weg so unbeschreiblich schön und gleichzeitig auch so unglaublich schwer gewesen war. Die vielen Steine, die uns unterwegs in den Weg gelegt worden waren, hatten wir gemeinsam weggeräumt. Und ich selbst war, wie alle anderen aus unserem Team, trotz aller Widerstände weit über mich hinausgewachsen. Ich hatte



Gerald Hüther, Sven Ole Müller, Nicole Bauer

Wie Träume wahr werden

Das Geheimnis der Potentialentfaltung

ORIGINALAUSGABE

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 288 Seiten, 13,5 x 21,5 cm
ISBN: 978-3-442-31481-2

Goldmann

Erscheinungstermin: September 2018

Wenn es nicht immer wieder Menschen gegeben hätte, die ihren Träumen gefolgt sind, säßen wir heute immer noch auf den Bäumen.

Der renommierte Hirnforscher Gerald Hüther zeigt uns in diesem außergewöhnlichen Buch, wie die Verwirklichung kleiner und sogar ganz großer Träume gelingen kann. Die überraschende Erkenntnis ist: Träumen kann jeder von uns allein, aber umsetzen können wir unsere Pläne und Vorhaben nur gemeinsam mit anderen. In einer immer komplexeren Welt werden solche Dream-Teams als wirkungsvolle Gestalter unserer Zukunft immer wichtiger. Wer erfahren will, wie Träume wahr werden, sollte also wissen, wie diese Dream-Teams zusammenfinden, woher sie die Zuversicht nehmen, etwas zu wagen, was alle anderen für nicht realisierbar halten – und woher sie die Kraft schöpfen, um weiterzumachen, auch wenn es scheinbar nicht mehr weitergeht.

Hüthers erstaunliche Erkenntnisse auf dem Gebiet der Neurowissenschaften werden dabei von der Geschichte der beiden Radsportler Nicole Bauer und Sven Ole Müller anschaulich und packend in die Praxis übertragen. Mit ihrem Amateurteam konnten sie 2016 völlig unerwartet das anspruchsvollste Radrennen der Welt, das Race Across America, gewinnen. Gemeinsam suchen die drei Autoren nach nichts weniger als dem Geheimnis des Gelingens. Im Kern geht es ihnen dabei um die Beantwortung der Frage, wie die Mitglieder einer Gemeinschaft miteinander umgehen, einander begegnen, einander ermutigen und inspirieren müssen, damit nicht nur der Einzelne, sondern das Team als Ganzes die in ihm angelegten Potentiale entfalten kann.

Wie Träume wahr werden eröffnet uns eine vollkommen neue Perspektive auf die wissenschaftlichen Hintergründe der Potentialentfaltung – am Beispiel einer mitreißenden Erfolgsstory.



[Der Titel im Katalog](#)