

# Von Erfolg und vom Gelingen

Interview der Woche: Sven Ole Müller hat sich mit dem Sieg beim Race Across America seinen ganz persönlichen Radsporttraum erfüllt. Der Geraer erzählt, wie aus vier Sportlern und elf Crewmitgliedern ein Dream-Team wurde, wie es zum Buchprojekt und zum Termin beim DFB kam



Von Andreas Rabel

**Es liegt in der Natur des Menschen, dass er träumt, meist für sich allein, meist im stillen Kämmerlein. Wie ist es bei Ihnen, sind Sie auch ein Träumer? Oder eher einer, der versucht, seinen Traum zu verwirklichen?**

Ich bin schon immer ein Träumer, aber gleichzeitig ein unerschrockener Macher. Der Radsport hat mich von klein auf fasziniert. Ich bin als Steppke bis zur zehnten Klasse auch Rennen gefahren, und wenn wir mal mit Olaf Ludwig zusammenkamen, der mit dem Colnago-Rennrad kam, da habe ich davon geträumt, auch einmal ein erfolgreicher Renner zu werden, auf so einem italienischen Rennrad zu sitzen.

**Doch daraus wurde nichts, auch wenn Sie vielleicht das Potential dazu hatten?**

Ich glaube schon, dass ich die körperlichen Anlagen hatte, nur nicht genug Leidenschaft, ich wollte nicht auf die Sportschule, nicht aufs Internat, ich hatte großes Heimweh. Das war es dann mit dem Traum, wie Olaf Ludwig Olympiasieger zu werden.

**Sie haben dann einen großen Umweg gemacht, um dann mit einem Team in den USA das anspruchsvollste Radrennen zu gewinnen. Was haben Sie bis 2016 gemacht?**

Zunächst habe ich einen Beruf gelernt und habe 13 Jahre eine Steinbildhauerei gehabt, viele schöne Aufträge ausgeführt, zum Beispiel die Fassade der Hirsch-Villa in Untermhaus restauriert. Das freut mich noch immer, wenn ich durch Gera gehe und meine Arbeiten sehe. Weitergebildet habe ich mich immer nebenbei, Abitur, Meisterschule sowie Restaurierung und BWL studiert. Eine verlorene Ehe brachte mich an den Punkt, alles in Frage zu stellen. Ich habe den Betrieb an meinen Bruder verkauft und ein lukratives Angebot bei einem deutschen Konzern angenommen.

**Der Job war dann aber auch nichts fürs ganze Leben?**

Genau. Das ist die effektivste Variante, wieder einzusteigen. Ich konnte nicht klagen. Außenstehende werden vielleicht sagen, ein Traumjob, das halbe Jahr unterwegs, immer im feinen Zwirn in tollen Hotels. Doch nach zehn Jahren habe ich mich in meiner Haut nicht mehr wohl gefühlt. Es gab kaum Zeit für Sport, dafür exzellentes Essen, ich hatte schleichend zwanzig Kilo zugenommen und musste größere Anzüge tragen.

**Also rauf aufs Rad.**

Genau. Das ist die effektivste Variante, wieder einzusteigen.



Sven Ole Müller zu Besuch in Gera. Fotos: Andreas Rabel, abgedreht-production.de

Die Strecken wurden immer länger und da war er wieder: Der Traum, ein großes Radrennen zu gewinnen. Ich war mit dem Thema eben nicht fertig, das steckte in mir und musste aufgearbeitet werden. Ich habe Seminare mit Topsportlern organisiert und Jörg Gantert – er ist Karateweltmeister – meinte, ich könne doch im Langdistanzsport noch an die Weltspitze kommen, wenn ich wirklich will. Der Gedanke ließ mich nicht mehr los und nach dem Gesetz der Anziehung stieß ich auf das Race Across America, kurz RAAM. Ein Egotrip solo hat mich nicht gereizt, stattdessen aber ein Team aufzustellen und eine Ver-

bindung zu Charity. Das habe ich dann gemacht.

**Nach welchen Kriterien haben Sie das RAAM-Team zusammen gestellt?**

Alle mussten den Traum in sich tragen, als Team das Rennen bewältigen zu wollen. Jeder sollte seine Stärken ausleben, nicht an seinen Schwächen herumfummeln. Wir haben uns elf Monate auf das Rennen vorbereitet, alle erdenklichen Situationen simuliert, um dem Rennstress gewappnet zu sein, um Mechanismen der Deeskalation zu haben und uns gegenseitig als Subjekte wahrzunehmen und Probleme gemeinsam zu lösen.

**Alles was man auch im richtigen Leben braucht.**

Wir haben alles gelesen und alle Filme geschaut, die es dazu gibt, Gespräche mit Hubert Schwarz geführt und Joey Kelly. Was wir nicht wollten, war, dass uns in Amerika das Team zerfliegt. An der Stelle haben wir den Kontakt zu Prof. Gerald Hüther, dem renommierten Hirnforscher, gesucht. Wir wollten Charity für die Akademie für Potentialentfaltung übernehmen. Daraus ist eine wertvolle Verbindung entstanden. Er hat uns Hinweise gegeben, wie günstige Bedingungen in einer Gruppe entstehen, dass alle ihre Potentiale entfalten können. Das war

Hilfe zur Selbsthilfe und wir haben was draus gemacht.

**Was haben Sie gemacht, um sich auf das härteste Rennen der Welt, wie es der Veranstalter postuliert, vorzubereiten?**

Wir sind zum Beispiel die ehemalige Grenze der DDR abgefahren – das waren 2200 Kilometer. Wir haben das gemacht, um zu üben, wie man durch die Nacht kommt, wie man mit wenig Schlaf auskommen kann, wie wir uns ernähren sollten. Beim RAAM wird eine Woche Tag und Nacht durchgefahren, einer vom Team ist immer draußen auf dem Rad und zwischen den Turns wirst du an den nächsten Wechsellpunkt gefahren. Unsere Uhren haben anderthalb Stunden Schlaf pro Tag angezeigt.

**Das erfordert Disziplin, Konsequenz und Willensstärke. Doch jeder von uns hat auch mal einen schwachen Tag.**

Wir haben trainiert, wie wir es schaffen, uns aufzubauen, zu motivieren, zu inspirieren. Was machen wir, wenn einer durchhängt? Wie kriegen wir ihn wieder auf die Spur? Wir haben uns auch mal angebrüllt aber dann wieder zusammen gelacht. Es gab Stress, aber wir haben gelernt damit umzugehen, sind mit dem Ziel im Herzen, das RAAM zu packen, zu einem Dream-Team zusammengewachsen. Dazu zählen wir vier Renner, die Crew drum herum. Konrad Smolinski, der uns die Trainingspläne erarbeitet hat.

**Das Race Across America geht über fast 5000 Kilometer von Oceanside an der Westküste nach Annapolis an der Ostküste. Das Rennen führt durch 15 US-Bundesstaaten, vier Zeitzonen, durch die Rocky Mountains über 3000 Meter hohe Pässe und die Mojave Wüste. Wie kann man den Ritt durch die Wüste simulieren?**

Wir haben in der fünfzig Grad heißen Sauna Rollentraining gemacht. Kilometer geschrubbt. Eine Plackerei. In Echt war es noch härter, die Hitze erbarungslos, kein Schatten. Wir sind durchgekommen und am Ende, nach 4971 Kilometern haben wir als Vier-Person-Mixed-Team mit über vier Stunden Vorsprung gewonnen und einige Rekordmarken aufgestellt.

**Oft ist es so, dass ein Dream-Team, wenn der Traum gelebt, wenn er wahr geworden ist, auseinanderbricht – jeder wieder seine eigenen Wege geht.**

Das war uns bewusst. Deshalb haben wir unser gemeinsames Programm bis zur Rückkehr nach Gera gestrickt, um eben nicht gleich nach der Siegerehrung auseinander zu rennen,

was oft tatsächlich passiert. Wir haben die Zeit bis nach Hause genossen und es besteht bis heute ein besonderes Band zwischen uns.

**Es gibt im Handel nicht nur den Film „RAAM RIDE HARD OR GO HOME“. Auch ein Buchprojekt wurde umgesetzt. „Wie Träume wahr werden: Das Geheimnis der Potentialentfaltung“ war zwischenzeitlich auch in der Spiegel-Bestsellerliste zu finden. Und für Sie ergab sich eine weitere berufliche Perspektive.**

Ja, der Goldmann Verlag ist auf uns zugekommen und wollte ein Buch mit Nicole Bauer, mir und Prof. Gerald Hüther schreiben, in dem wir am praktischen Beispiel erforschen, was zu diesem Ergebnis in Amerika geführt hat. Das Buch ist ein Renner, gilt in-

leicht gelingt es ihnen, etwas davon zu antizipieren.

**Noch ein Stichwort haben Sie genannt. Gelingen.**

Es geht uns inzwischen nicht mehr nur um den Erfolg, sondern um den Weg. Erlebnisorientierung statt Ergebnisorientierung. Zielerreichung und Erfolg sind dann Nebeneffekte, genau wie unser Sieg 2016. Wenn etwas erfolgreich war, heißt das nicht zwangsläufig, dass es gelungen ist.

**Mmh. Hätten Sie ein Beispiel für mich?**

Mein Neffe spielt Schach, erfolgreich. Letztens ist er bei einer Meisterschaft ins Finale gekommen und hat dort ein sehr gutes Spiel gemacht, nach dem Maßstab seiner Selbstwirksamkeit. Zum Sieg hat es nicht ganz ge-

„Wir haben uns elf Monate auf das Rennen vorbereitet, alle erdenklichen Situationen simuliert.“

Sven-Ole Müller

zwischen als Fibel, wenn es um das Thema Potentialentfaltung geht. Prof. Hüther hat die Metaebene, Erkenntnisse auf dem Gebiet der Neurowissenschaften packend und anschaulich mit unserer Geschichte verbunden. Gemeinsam haben wir drei versucht, hinter das Geheimnis des Gelingens zu kommen. Es geht um die Frage, dass die in uns angelegten Potentiale nur im Team entfaltet werden, weil wir zutiefst soziale Wesen sind.

**Welche Aufgabe haben Sie in der Akademie?**

Inzwischen habe ich im Ehrenamt die Leitung der Teamentwicklung in der Akademie für Potentialentfaltung übernommen. Unterwegs bin ich immer noch sehr viel, da sich mein Wohnsitz seit vier Jahren in Brighton befindet, weil in England vieles liberaler zu bewerkstelligen ist.

**Salopp gesagt: Sie reisen durch die Länder und bringen das Buch unter die Leute?**

Ich bin mit Nicole auf Buchlesungen und Signierstunden wie zum Beispiel in Gera, aber mehr noch auf Seminaren, Fortbildungen, an den Unis, bei den Sportverbänden.

**Das ist das Stichwort. Der meisten Sportfans liebste Kind, die DFB-Elf, hat bei der WM in Russland versagt, als Team versagt.**

Die DFB Fortbildungs-Akademie hat als Reaktion auf das Buch umgehend Prof. Hüther nach Frankfurt eingeladen. Viel-

reicht, aber er war auf dieses Spiel selbst sehr stolz. Es war ihm nach seinem Ermessen etwas gelungen. Aus diesem Spiel konnte er viel mehr mitnehmen, als aus manchem früheren Turniersieg. Wir kennen alle erfolgreiche Menschen, die bei der Scheidung viele Vermögenswerte teilen, denen ihre Beziehung aber nicht gelungen ist.

**Mit dem Sieg beim RAAM haben Sie sich ihren ganz persönlichen Radsporttraum erfüllt. Die Gefahr besteht, dass man nach so einem Hochgefühl in ein Loch fällt. Unzufrieden ist mit dem normalen Leben. Wie gehen Sie damit um? Welche Ziele haben Sie?**

Meine täglichen Herausforderungen erfüllen mich. Sportlich habe ich sehr selektive Ziele. Nächstes Jahr werde ich 50 und da will ich Weltmeister im 24-Stunden-Zeitfahren werden. Beim nächsten Red Bull Trans Siberian Extreme 2020 werde ich auch starten. Ein hoch emotionales Ziel ist da auch noch: Ich möchte gemeinsam mit Nicole beim Race Across America mit unseren Kindern als Team finishen und den Staffeln übergeben – das könnte in zwölf Jahren passieren. Ich glaube, das ist eine große Herausforderung, immer fit zu bleiben und es wird uns unvergessen bleiben, ein großes Abenteuer.

■ Buchlesung und Signierstunde mit Sven Ole Müller und Nicole Bauer, Sonnabend, 15. Dezember, 13.30 Uhr in den Gera Arcaden bei Thalia