

KAPITEL 1: Ganz unten frisst man Dreck

Man sagt ja immer, man muss erst ganz unten sein, um den Arsch hochzukriegen. Die Leute, die so etwas klug daherreden, sitzen meistens im Warmen. Aber ganz ehrlich? „Unten“ ist einfach nur Scheiße. Es hat nichts Romantisches an sich. „Unten“ riecht nach kalten Metallgittern, nach tagelang ungewaschenen Klamotten und nach Pisse. Es ist diese eiskalte, kriechende Panik im Nacken, dass es nie wieder aufhört. „Unten“ stirbt die Hoffnung nicht einfach mit einem lauten Knall – sie wird ganz langsam und qualvoll im Dreck erstickt.

Ich weiß noch haargenau, wie es ist, auf einer Parkbank aufzuwachen. Die Kälte zieht dir durch die dünne Jacke direkt in die Knochen. Du bist steif, jeder einzelne Muskel tut weh, weil das harte Holz keine Gnade kennt und die Nächte verdammt lang sind. Wenn die Sonne aufgeht und die ersten normalen Menschen mit ihren warmen Kaffeebechern an dir vorbeilaufen, hast du keinen Plan für den Tag. Du hast nur dieses bohrende Brennen im Magen, das sich anfühlt wie Batteriesäure. Ich habe damals in meinen Geldbeutel geguckt und da war einfach: nichts. Gar nichts. Kein Kleingeld, kein Schein. Nur die unsichtbare Quittung für all die Fehler, die ich in meiner Jugend gemacht habe.

In so einem Moment hast du zwei Wege. Ich hätte wieder Dinger drehen können. Das schnelle, illegale Geld hat mir förmlich ins Ohr geflüstert – genau so wie damals mit 17, bevor ich in die geschlossene Therapie kam, um endlich von den harten Drogen wegzukommen. Ein Einbruch, ein krummer Deal, und ich hätte abends ein warmes Essen und ein Bett

gehabt. Aber irgendwas in mir sträubte sich dagegen. Ich wollte das nicht mehr. Ich wollte nicht mehr der kaputte Typ sein, der lügt, betrügt und ständig vor seinen Problemen oder der Polizei wegrennt.

Also habe ich Pfandflaschen gesammelt. Weißt du, wie viel Überwindung es kostet, das erste Mal in einen öffentlichen Mülleimer zu greifen? Deine Hände kleben von abgestandenem Bier und klebriger Limo. Ich bin zu alten Bekannten gegangen, habe meinen gesamten Reststolz heruntergeschluckt und nach drei bis fünf Euro gebettelt, nur um nicht zu krepieren. Die Blicke der Leute, wenn sie dich von oben herab mustern, während du im Müll wühlst, brennen viel schlimmer als der Hunger. Es war eine unfassbare, tagtägliche Demütigung. Aber die Kohle, die ich mir so zusammenkratzte, war ehrlich. Es war mein ganz persönlicher, leiser Krieg gegen den Abgrund, auch wenn ich noch knietief im Schlamm steckte und mich der Rest der Welt längst als hoffnungslosen Fall abgeschrieben hatte.

Dann kam der Sicherheitsdienst. Ein Job. Endlich. Erst dachte ich: „Geil, die Rettung. Ein festes Gehalt.“ Am Ende war es ein Käfig aus Stahl. Ich erinnere mich an diesen einen Tag in Gera besonders gut, als wäre es gestern gewesen. Es war ein kleines Festival. Die Sonne schien, laute Musik dröhnte aus den Boxen, überall lachende, feiernde Leute, die einfach nur Spaß hatten und ihr Leben genossen. Und ich? Ich stand ab 13 Uhr nachmittags wie ein Kettenhund an der Absperrung. Zehn Stunden am Stück. Der Bass hämmerte in meiner Brust, aber ich fühlte mich innerlich komplett tot. Die Beine haben gebrannt, die Füße waren irgendwann so taub, als hätte man mir flüssiges Blei in die Schuhe gegossen.

Um 23 Uhr war eigentlich Feierabend. Ich war körperlich ein absolutes Wrack und habe mich so extrem auf mein Bett gefreut. Einfach nur Augen zu und weg. Aber die Ablöse kam nicht. Es war einfach verdammt noch mal keiner da.

Dann vibrierte das Handy in meiner eiskalten Hand. Mein Chef. Ich habe damals echt zu diesem Typen aufgeschaut. Klingt heute bescheuert und naiv, aber ich hatte ja niemanden, der mir mal gezeigt hat, wo es im Leben langgeht. Kein Vater, der für mich da war. Ich wollte einfach, dass dieser Chef mal sagt: „Gut gemacht, Junge. Ich bin stolz auf dich.“ Ich habe in ihm ernsthaft so etwas wie eine Vaterfigur gesucht. Und er? Dieser eiskalte Hund hat das genau gewusst und schamlos ausgenutzt. Er hat mich immer wieder mit diesen billigen Sprüchen gelockt: „Klotz ran, beiß auf die Zähne, dann hast du später mal ein schönes Leben.“ Was für ein Bullshit.

„Du bleibst da“, meinte er am Telefon. Total kühl, keine Entschuldigung, kein einziges Wort des Bedauerns. „Bis früh um acht. Bewach die Technik. Wenn alle pennen, muss einer aufpassen.“ Keine Frage, keine Bitte. Einfach ein Befehl. Ich war seit zehn Stunden auf den Beinen, mein Magen war leer und ich habe vor Erschöpfung gezittert. Und was mache ich Idiot? Ich sage „Ja“. Warum? Weil ich dazugehören wollte. Weil ich dachte, das sei der harte Preis, den man für ein ehrliches Leben zahlen muss.

Aber 240 Stunden im Monat auf den Beinen für mickrige 1.600 Euro netto? Das ist kein schönes Leben. Das ist moderne Sklaverei im legalen Gewand. Ich war ein billiger Arbeiter, den man gnadenlos verheizen konnte, weil ich nichts hatte und absolut niemand hinter mir stand, der mich verteidigt hätte. In dieser Nacht in Gera, ganz allein zwischen den kalten Gittern

und den teuren Kabeltrommeln der Bühne, bin ich innerlich verreckt. Die alten Dämonen der Depression haben mich voll erwischt. Ich wollte nicht mehr. Ich wollte allem ein Ende machen, genau dort auf diesem dunklen, dreckigen Platz.

Aber dann kam sie. Meine Freundin. Sie war der Rettungsring, der mich im allerletzten Moment aus dem Treibsand gezogen hat. Sie hat in mir nicht den Ex-Junkie, den Systemsprenger oder den kaputten, wertlosen Security-Typen gesehen. Sie hat mich gesehen. Und für sie habe ich das getan, was ich am besten kann: alle Brücken hinter mir abfackeln. Ich habe beim Sicherheitsdienst gekündigt, die Dämonen von Gera in der Dunkelheit stehen gelassen und bin zu ihr nach Flöha gezogen.

Ein kompletter Neuanfang. Ich fing als Pflegehelfer im Altenheim an. Wieder Nachtschicht, wieder Knochenarbeit, wieder fremden Leuten den Hintern abwischen für wenig Kohle. Aber tief in mir drin hatte sich etwas verändert. Der Hunger war jetzt ein anderer. Ich wollte kein trockenes Brot mehr. Ich wollte Rache am Schicksal. Ich wollte verdammt noch mal endlich der Typ sein, der selbst das Steuer in der Hand hält und bestimmt, wo die Reise hingeht.

Während die ganze Welt schlief, saß ich nachts am Küchentisch in unserer kleinen Wohnung. Das blaue Licht meines Laptops erhellte das dunkle Zimmer. Ich habe mir den Kopf zerbrochen wie ein Besessener. Ich wollte mich als Dienstleister selbstständig machen. Ich musste. Es gab keinen Plan B, das war mein einziger Fluchtweg aus der Sklaverei des Angestelltendaseins.

Als ich es meiner Freundin am nächsten Morgen beim Kaffee erzählte, hat sie erst mal gelacht. Aber nicht böse oder abwertend, sondern weil es einfach so völlig absurd und

verrückt klang. „Wie soll das bitte gehen, Jan?“, hat sie gefragt und mich mit großen Augen angesehen. „Du hast keinen Lappen. Du hast kein Auto. Du hast null Startkapital. Du kannst dir nicht mal anständiges Material kaufen. Und ganz nebenbei: Ich bin schwanger. Wir brauchen jetzt Sicherheit und keine Luftschlösser.“

Dieser Satz hat gegessen. Wie ein linker Haken. Denn sie hatte ja recht. Die Fakten sprachen komplett gegen mich. Aber mein Wille war inzwischen stärker als ihre Logik und stärker als jede Wahrscheinlichkeitsrechnung.

Ich saß tagelang vor dem Laptop, bis meine Augen gebrannt und getränt haben. Ich habe Entwürfe gemacht, Logos gebaut, Namen verworfen, alles wieder gelöscht und von vorn angefangen. Ich suchte nicht nach einem Firmennamen. Ich suchte nach einem Wappen für meinen persönlichen Krieg. Und dann war es plötzlich da, bei Canva. Es poppte auf dem Bildschirm auf: Ein goldener Lorbeerkranz, das Zeichen für den Sieg. Und in der Mitte ein Fensterputzer, der sich mutig abseilt. Das war es. Das war mein Gesicht für die Zukunft.

Ich bin voller Euphorie zu ihr gerannt, den Laptop in der Hand. Sie hat mich natürlich sofort wieder mit beiden Beinen auf den Boden der Tatsachen geholt: „Ein Logo putzt keine Fenster und es fährt dich auch nirgendwo hin. Wie willst du überhaupt zum Kunden kommen?“ Wir haben in dieser Nacht stundenlang geredet. Nein, ich habe nicht geredet, ich habe um mein Leben argumentiert. Ich wollte, dass sie tief in meinem Blick sieht: Es gibt kein Zurück mehr. „Ich scheitere lieber als freier Mann auf der Straße, als dass ich als Sklave im Sicherheitsdienst sterbe“, sagte ich zu ihr. Sie hat mich sehr lange und stumm angeguckt. Die Stille im Raum war extrem

laut. „Meinst du das wirklich ernst?“, fragte sie schließlich. Ich habe nicht mal geblinzelt. „Zu 101 Prozent.“

In genau dieser Sekunde ist bei ihr etwas passiert. Der Widerstand war weg. Die Angst vor dem Risiko wich einem irren Mut. Wir setzten uns zusammen an den Tisch und suchten nach einem Namen. Wir haben überlegt, gestrichen, gegoogelt, bis plötzlich dieser eine Name da stand: FensterBlickfang.

Ich hatte am ganzen verdammten Körper Gänsehaut. Es war wie ein elektrischer Schlag. Ich sagte den Namen laut vor mich hin, um zu hören, wie er klingt: „Glasreinigung FensterBlickfang Flöha.“ Es klang perfekt. Jetzt war sie auch voll dabei. Man konnte die verrückte Mischung aus nackter Existenzangst und brennender Hoffnung in ihren Augen sehen. Da sie wegen der Schwangerschaft ohnehin ein Beschäftigungsverbot hatte, nahm sie ohne zu zögern den Autoschlüssel vom Tisch, sah mich an und sagte den Satz, der alles veränderte: „Gut. Dann fahre ich dich eben zu den Kunden.“

Da saßen wir nun am Küchentisch in Flöha. Ein Ex-Obdachloser mit einem Logo auf dem Schirm, eine schwangere Frau mit einem verrückten Plan im Herzen und ein billiger lila Plastikeimer, der in der Ecke darauf wartete, dass es endlich losgeht. Der Kampf hatte begonnen.

DEIN WERKZEUGKASTEN: Den Hunger finden

Bevor du weiterliest, nimm dir einen Zettel und einen Stift.
Nicht am Handy, mach es richtig.

- **Wo willst du hin?** Schreib dir drei Ziele auf, die du erreichen willst. Sei ehrlich zu dir selbst. Willst du mehr Geld? Freiheit? Willst du, dass dein Kind später einmal stolz auf dich ist? Schreib es auf.
- **Was hält dich fest?** Was ist dein persönlicher „Sicherheitsdienst“? Was hindert dich genau in diesem Moment daran, loszulegen? Ist es die Angst vor dem Scheitern? Fehlendes Geld? Oder suchst du in Wahrheit nur nach bequemen Ausreden?
- **Wie brichst du aus?** Schreib für jedes deiner Ziele einen einzigen, kleinen Schritt auf, den du heute noch machen kannst. Nicht morgen. Nicht nächste Woche. Heute.

KAPITEL 2: YouTube-Nächte und die Geburt einer digitalen Identität

Der Plan stand also fest in meinem Kopf. Aber machen wir uns nichts vor: Ein Plan ist erst mal nur ein billiges Luftschloss, solange du keinen einzigen verdammten Cent damit verdienst. Ich saß nachts in unserer dunklen Wohnung in Flöha, starrte auf meinen Namen und dieses Logo mit dem goldenen Kranz auf dem Bildschirm. In mir war ein Hunger, der mich einfach nicht schlafen ließ. Aber die Fragen in meinem Kopf schrien lauter als mein eiserner Wille: Wie zum Teufel fängt man eigentlich an? Wie bekommst du den allerersten fremden Menschen da draußen dazu, dir sein hart verdientes Geld in die Hand zu drücken? Und wie soll ich mir jemals dieses ganze teure Profi-Equipment leisten, von dem die Meister im Netz reden, wenn mich mein eigenes Bankkonto jeden Morgen beim Einloggen auslacht?

Ich wurde zum extremen Nachtschwärmer. Während andere sich nach ihrer Schicht zur Entspannung auf die Couch knallten, ziellos Netflix-Serien reinzogen oder stundenlang an der Konsole zockten, wurde YouTube meine persönliche Universität. Mein Algorithmus kannte bald nichts anderes mehr. Keine Musikvideos, keine Comedy. Nur noch Business-Kanäle, Steuer-Tipps für absolute Anfänger und endlose Tutorials von professionellen Fensterputzern aus aller Welt. Ich habe alles aufgesaugt wie ein Schwamm. Ich wollte verdammt noch mal wissen, in welchem Winkel man einen Abzieher über die Scheibe führt, ohne auch nur eine winzige Schliere zu hinterlassen. Aber noch viel mehr wollte ich

wissen, wie ich dieses ganze Konstrukt rechtlich aufbaue, ohne sofort wieder krachend auf die Schnauze zu fliegen. Ich saß dort am Küchentisch, mein müdes Gesicht nur vom blauen Licht des Laptops beleuchtet, die Augen rot und brennend, und habe mir Notizen gemacht, als hinge mein verdammtes Leben davon ab – was es im Grunde ja auch tat.

Irgendwann habe ich kapiert: Du kannst noch so viel planen und Videos gucken, irgendwann musst du dich dem echten Endgegner stellen. Und dieser Endgegner heißt: Deutsche Bürokratie.

Ohne eine offizielle Gewerbeanmeldung bist du in diesem Land kein Unternehmer. Du bist ein Schatten. Ich wusste, ich muss zum Gewerbeamt. Ich hatte ernsthafte Panik vor diesem Schritt. Was, wenn die Beamten mich auslachen? Was, wenn ich bei dem Papierkram was falsch ausfülle und direkt Ärger kriege? Ich hatte ja nichts vorzuweisen außer meiner Idee im Kopf. Ich hatte keine Referenzen, keinen glänzenden Firmenwagen, ja nicht mal einen verdammten Führerschein. Ich hatte nur diesen Traum.

Ich weiß noch genau, wie ich mich mitten in der Nacht online durch dieses Behörden-Formular geklickt habe. Meine Hände haben gezittert über der Tastatur, kein Witz. Du tippst deinen Namen ein, deine Anschrift, und dann kommst du zu diesem einen magischen Feld für den Firmennamen. Ich tippte: „Glasreinigung FensterBlickfang Flöha“. In exakt diesem Moment wurde aus einem wilden Traum eine knallharte Verpflichtung. Das Absenden des Formulars hat 30 Euro gekostet. 30 Euro, die wir für Lebensmittel eigentlich dringend gebraucht hätten. Es waren die ersten 30 Euro, die ich jemals in meine eigene Freiheit investiert habe, und sie fühlten sich in

diesem Moment an wie 3.000 Euro. Als ich mit feuchten Händen auf „Kostenpflichtig bestätigen“ gedrückt habe, gab es kein Zurück mehr. Ich war jetzt offiziell im System. Ich war Unternehmer.

Aber der Staat schläft nicht. Er wartet nur darauf, dass du zuckst. Kurz darauf lagen die ersten weißen Briefe im Briefkasten. Die Handwerkskammer (HWK) wollte sofort ein Stück vom Kuchen haben, noch bevor ich auch nur das allererste Fenster angefasst, geschweige denn einen Euro Umsatz gemacht hatte. Die wollten Geld für Zwangsmitgliedschaften und Gott weiß was noch alles. Das sind genau die Momente, in denen 90 Prozent der Leute direkt wieder aufgeben. Wenn die ersten amtlichen Rechnungen kommen, obwohl das Firmenkonto auf null steht. Da musst du einfach die Zähne zusammenbeißen und durch. Irgendwann kam dann endlich der Brief, auf den ich wirklich gewartet hatte: Meine offizielle Steuernummer vom Finanzamt. Das war der echte Startschuss. Jetzt war ich zu 100 Prozent offiziell. Ich hätte sofort loslegen können – wenn da nicht dieses riesige, gähnende Loch vor mir gewesen wäre: Niemand in Flöha oder Chemnitz wusste, dass es mich überhaupt gibt.

Ich stand vor einer massiven Wand. Für professionelle Flyer, die nach etwas aussehen, hatte ich absolut keine Kohle. Und eins wusste ich sicher: Wenn ich jetzt anfange, billige, selbst ausgedruckte Zettel auf Schrott-Papier in die Briefkästen zu werfen, die nach „Ich probier’s mal eben schwarz am Wochenende“ aussehen, dann werde ich auch genau so bezahlt. Ich wollte keine billige Hinterhof-Klitsche sein. Ich wollte ab der ersten Sekunde pure Professionalität ausstrahlen, auch wenn ich unten im Keller immer noch mit dem alten

Haushaltsspüli und einem verwaschenen lila Putzlappen aus dem Supermarkt hantierte. Wenn die Leute meinen Namen lesen, sollten sie denken: „Der Typ zieht das richtig groß auf.“

Also habe ich mir als Erstes einen Google Business Account angelegt. Das ist heute absolute Pflicht. Wer heute nicht bei Google steht, wenn jemand nach „Fensterputzer“ sucht, der existiert für den Kunden schlichtweg nicht. Aber bei der Einrichtung gab es dieses eine Feld, das mich fast wahnsinnig gemacht hat. Da stand: Website.

Ein Google-Eintrag ohne verlinkte Website ist wie ein Geschäft ohne Schaufenster. Es wirkt sofort unseriös. Es wirkt klein. Es schreit nach: „Der ist nächsten Monat eh wieder pleite.“ Aber ich hatte keinen müden Cent für eine teure Werbeagentur und absolut keinen blassen Schimmer von Programmierung. Ich wusste nicht mal genau, was eine Domain eigentlich technisch ist. Also hieß es wieder: YouTube-Nächte. Aber ganz ehrlich? Wenn du als Laie versuchst, dir nachts um drei Uhr WordPress-Tutorials oder HTML-Codes reinzuprügeln, fühlst du dich nach zwei Stunden, als hätte man dein Gehirn durch den Mixer gejagt. Es war frustrierend.

Und dann kam mir die Idee, die alles verändert hat. Ich war schon immer fasziniert von Technik, besonders von ChatGPT und dieser neuen Künstlichen Intelligenz. Aber bis zu diesem Zeitpunkt war ich wie die meisten anderen Menschen auch: Ich habe die App nur als Spielzeug benutzt. Mal ein lustiges Bild generieren lassen, mal einen Text auf Rechtschreibung prüfen. Ich habe der App jeden Monat Geld für das Abo in den Rachen geworfen, anstatt dafür zu sorgen, dass diese KI mir Geld einbringt.

Ich saß wieder am Küchentisch, die Stille im Haus war so extrem, dass sie fast in den Ohren drückte. Da fasste ich einen Entschluss: ChatGPT wird ab heute mein allererster Mitarbeiter. Mein persönlicher Webdesigner, der keine 2.000 Euro Vorschuss verlangt und der nie Feierabend macht.

Ich habe angefangen, die KI gnadenlos zu löchern. „Wie baue ich eine Website für eine Glasreinigung auf?“ „Welche Texte und Argumente überzeugen Kunden in einer Kleinstadt wie Flöha?“ Ich habe ChatGPT benutzt, um die komplette Struktur der Seite zu planen, die perfekten, verkaufpsychologischen Worte zu finden und sogar, um die technischen Hürden beim Anbieter Ionos zu umschiffen. Es war ein Prozess von einer vollen Woche. Eine Woche voller Fluchen, Ausprobieren, Löschen und Hoffen. Und dann, mitten in der Nacht, war sie plötzlich online: www.glasreinigung-fensterblickfang.de.

Als ich diese Domain zum allerersten Mal in mein Handy eingetippt habe und meine eigene Seite auf dem Display geladen wurde – mit meinem Logo, meinem Namen und meinen Texten –, hatte ich wieder diese Gänsehaut am ganzen Körper. Die Kosten bei Ionos für die Domain, eine professionelle E-Mail-Adresse und ein paar Features waren wirklich überschaubar, vielleicht ein paar Euro im Monat. Aber der Wert dieser Seite? Der war unbezahlbar. Ich hatte plötzlich ein echtes Gesicht im Internet. Ich war greifbar. Ich war existent.

Während ich tagsüber oder in der Nachtschicht im Pflegeheim noch fremde Betten machte, Medikamente verteilte und körperlich völlig am Ende war, stand meine Website da draußen im Netz und arbeitete für mich. 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche. Sie sagte jedem, der danach suchte: „Hier ist

FensterBlickfang. Ich meine es ernst.“ In dieser einen, anstrengenden Woche habe ich die wichtigste Lektion meiner gesamten Gründung gelernt: Es kommt absolut nicht darauf an, wie viel Startkapital du auf dem Konto hast. Es kommt nur darauf an, wie kreativ und clever du die Werkzeuge nutzt, die heute jedem zur Verfügung stehen. Wer Ausreden sucht, findet sie überall. Wer Lösungen sucht, findet die KI. Mein digitales Fundament war gegossen – jetzt musste ich nur noch lernen, wie man echte Kunden in der realen Welt davon überzeugt, mir ihre Türen zu öffnen.

DEIN WERKZEUGKASTEN: Das digitale Fundament

Viele Leute warten ewig auf den „perfekten Moment“, auf das große Erbe oder diesen einen Kredit von der Bank. Vergiss es. Wenn du wartest, bis du 5.000 Euro für eine glänzende Agentur-Website hast, fängst du niemals an. Dein Business startet in der Sekunde, in der du aufhörst, Ausreden zu suchen.

- **Das Gewerbe ist dein „Point of No Return“:** Geh zum Amt oder mach es online. Die 30 bis 50 Euro Gebühr sind das wichtigste Geld, das du jemals ausgeben wirst. Warum? Weil es sich danach verdammt echt anfühlt. Du bist jetzt offiziell Unternehmer. Benimm dich auch so.
- **Google Business ist absolute Pflicht:** Wenn du regional arbeitest, ist das dein wichtigstes, stärkstes Werkzeug. Und es kostet nichts. Trag dich ein. Mit deinem Firmennamen, deiner Adresse und deinem Logo. Wenn dich dort keiner findet, existierst du in der heutigen Welt nicht.
- **Die KI ist dein Hebel:** Hör auf, ChatGPT nach flachen Witzen zu fragen. Nutze es als deinen persönlichen Unternehmensberater. Lass dir Marketingtexte schreiben, lass dir Schritt für Schritt erklären, wie man eine Website strukturiert. Sei kein reiner Konsument der Technik, sei ein cleverer Nutzer. Die Technik ist da, um dir Geld zu bringen, nicht, um es dir nur wegzunehmen.
- **Professionalität ist eine Entscheidung, kein Budget:** Eine einfache, saubere und ehrliche Website ist tausendmal besser als gar keine. Sie muss nicht vom

Start weg perfekt sein, sie muss authentisch sein. Zeig den Leuten, wer du bist, was du tust und wie man dich am schnellsten erreicht. Das reicht für den Start völlig aus. Deine Website ist dein erstes Versprechen an den Kunden – halte es.