

Heribert Haberhausen

Die Philosophie der Hundertjährigen

*und andere Geschichten
vom Geheimnis des Glücks*

Mit einem Vorwort von
Willi Hoffsümmer

Patmos Verlag

Inhalt

9 Ein Wort zuvor

1 Schritte zum Glück

- 10 Ich bin da
- 11 Ein warmes Herz
- 12 Drei Gaben
- 14 Gefangen
- 15 Im Wartezimmer des Glücks
- 17 Leg deine Angst ab!
- 18 Vertrau dir!
- 19 Lebe jetzt!
- 21 Das hält mich jung
- 23 Die innere Einstellung
- 24 Eine Todsünde
- 26 Ein ruhiges Gewissen
- 28 Sich Zeit nehmen
- 29 Zur Einsicht gelangen
- 31 Pech

2 Stufen zur Zufriedenheit

- 33 Die goldene Regel
- 34 Groß wie der See
- 36 Ein kleiner Schritt
- 37 Besitz belastet
- 39 Die Rollen meines Lebens
- 41 Weg zur Harmonie
- 42 Blick zum Himmel

- 44 Eine kluge Entscheidung
- 45 Ein Tag mit hellen Feldern
- 47 Wirklich reich
- 49 Leichtigkeit des Lebens
- 51 Wirklich ein Unglück?
- 52 Sich daran ein Beispiel nehmen
- 54 Sichtweisen

3 Wege aus der Einsamkeit

- 55 Bis bald!
- 58 Für immer
- 59 Der deutsche Exportschlager
- 62 Sich in die Lage des anderen versetzen
- 64 Ein kleiner Trost
- 65 Philosophie der Hundertjährigen
- 67 Was nur die Liebe kann
- 70 An die Hand nehmen
- 73 Nicht sehen, aber spüren
- 74 Späte Reue
- 75 Himmlische Freude
- 76 Zurück ins Leben
- 78 Schmetterlinge im Bauch

4 Suche nach dem Glück

- 80 Auf gutem Weg
- 81 Das Geheimnis des Glücks
- 82 Ein besonderes Bankkonto
- 84 Sonst wirst du unglücklich
- 85 Ein gutes Versteck
- 86 Sich den inneren Frieden bewahren

- 87 Mut und Stärke
- 89 Ein Nein ist ein Nein
- 90 Zurück zur Natur
- 92 Harte Arbeit
- 93 Gute Ratschläge
- 95 Fluch oder Segen
- 96 Mit nichts zufrieden
- 98 Die Glücksfalle

5 Wunsch nach Muße und Gelassenheit

- 100 Sichtweisen
- 101 Der richtige Weg
- 102 Der gute Wolf
- 104 Lerne von der Natur!
- 105 Auf Staun-Safari gehen
- 107 Miteinander
- 108 Mein schönster Urlaubstag
- 111 Das zählt
- 112 Für ewig im Herzen
- 114 Pietätvoller Umgang
- 116 Sich Zeit für sich nehmen

6 Streben nach Miteinander

- 118 Mein Traum
- 120 Auf der Suche
- 121 Unbeschreibliche Wunder
- 122 Unverhofftes Glück
- 125 Das fünfte Blatt
- 127 Wege zum Ziel
- 128 Lernen, einander zuzuhören

129 Auch ich bin ein wichtiges Rädchen
131 Ohne euch läuft nichts
132 Zusammenstehen
134 Nächstenliebe als Lebenselixier
135 Da wird Gott sichtbar
137 Geben ist seliger ...
139 Das Gesicht gewahrt
141 Lebensweisen
142 Geschenk des Himmels
145 Welch eine Gnade!
146 Einsamkeit – Gemeinsamkeit

7 Globales Verlangen nach Glück

149 Überlistet
151 Warum die Wikinger so glücklich sind
152 Seelenfrieden
154 Symbol der Hoffnung
155 Ein glücklicher Erdenbürger
158 Vom Auf und Ab des Lebens
160 Davor habe ich Angst
161 Ein Glücksfall
163 Mut beweisen
164 Was mir mein Kochtopf sagt
165 Mutter Erde
167 Die drei Säulen des Glücks
169 Seine Ansichten überprüfen
171 Höhen und Tiefen

173 Inhaltsangaben

Ein Wort zuvor

In fantasievollen Geschichten hat Heribert Habermayr Spuren gelegt, die zum ersehnten Glück führen. Es gelingt ihm, in neue Begebenheiten auch alte Weisheiten einfließen zu lassen: Da tauchen zwei Wölfe auf, die jeder in der Seele spürt; da erfahren wir, warum die Sioux die Eingänge ihrer Zelte immer nach Osten ausrichten; da können wir schmunzeln, warum heute noch Menschen am Grab Friedrichs II. Kartoffeln ablegen.

Auf dem Weg zum Glück lernen wir, wie man Brücken zueinander bauen kann oder wie man mit einem ganz besonderen Bankkonto seinen Seelenfrieden findet.

Im neuen Gewand werden die Wege zum Glück auch der Bibel abgelauscht: Suchende vertrauen auf Gott, nie geben sie die Hoffnung auf, ihre Liebe schließt niemanden aus, sie achten und bewahren die Schöpfung, leben das Miteinander, finden das Glück nicht im Besitz, sondern im Geben, und lernen innezuhalten, um den Moment zu genießen.

Willi Hoffsümmer

1 Schritte zum Glück

Ich bin da

Im Ruhrgebiet ging jeden Mittag Punkt zwölf ein Mann in eine Kirche, die zwischen Dortmund und Gelsenkirchen liegt, verweilte dort nur wenige Augenblicke und verließ dann wieder das Gotteshaus.

Der dortige Pfarrer beobachtete einige Zeit dieses seltsame Schauspiel. Dann sprach er eines Tages den eiligen Kirchenbesucher an und fragte ihn: »Was machen Sie vor dem Altar?«

»Ich bete«, war die knappe Antwort.

»Sie beten? So kurz ist doch kein Gebet.«

»Ich sage: Ich bin Georg, dein Freund. Ich bin da. Ich weiß, Jesus hört mich.« Dann drehte er sich um und ließ den verwunderten Geistlichen stehen.

Im Oktober jenes Jahres brach eine fürchterliche Epidemie aus. Viele Erkrankte kamen ins Hospital, denn sie litten an schlimmen Bauchschmerzen, mussten mehrfach am Tag erbrechen und hatten hohes Fieber. Alle klagten, einige starben sogar.

Nur Georg lag in seinem Bett, jammerte nie, hatte oft ein sanftes Lächeln um die Mundwinkel.

Eine Krankenschwester fragte ihn, als sie ihm das Frühstück brachte: »Sagen Sie, wie schaffen Sie es, alles so klaglos zu ertragen?«

»Die Kraft dazu gibt mir mein Besuch«, war seine Erklärung.

Die Schwester sah sich verunsichert um und meinte: »Ich habe noch nie jemanden in Ihrem Zimmer gesehen.«

»Immer Punkt zwölf kommt er zu mir und sagt: ›Georg, ich bin da, Jesus, dein Freund.««

Als die Schwester das Zimmer verließ, dachte sie: Menschen, die mit einem großen Gottvertrauen gesegnet sind, haben viel Hoffnung und Zuversicht.

Ein warmes Herz

Felipe Plata nannten die Dorfbewohner schon zu seinen Lebzeiten einen Heiligen. Er wohnte an einem Berghang der Sierra Nevada in seiner bescheidenen Hütte. Aber zumeist hielt er sich vor seiner armseligen Behausung auf. Im Allgemeinen fand man ihn dort im Schneidersitz hockend, Daumen und Zeigefinger aufeinandergelegt, meditierend; oder mit vor der Brust gefalteten Händen, zuweilen im Neuen Testament lesend.

Wenn Wanderer bei ihm vorbeikamen, begrüßte er jeden herzlich und lud ihn zu einem kalten Erfrischungsgetränk oder einem heißen Tee ein. Öfter aber suchten sorgenbeladene Nachbarn aus der Nähe ihn auf. Ihnen schenkte er immer viel Gehör. Hin und wieder erteilte er auch einen Rat. Er gehörte zu den Menschen, die allen Freund waren. Anderen Aufmerksamkeit und Zuneigung zu schenken, war

seine Gabe. Weil er seine Nächsten liebte, wurde er auch von seinen Nächsten geliebt.

Eine Begebenheit beschreibt ihn zutreffend: Einmal war er mit einem Freund in den Bergen der Sierra Nevada unterwegs. Sie gerieten in einen furchterlichen Schneesturm. Da sahen sie einen Mann, der abgestürzt war und um Hilfe flehte.

Er sagte zu seinem Freund: »Wir können ihn unmöglich dort liegen lassen.«

Der Freund antwortete: »Wenn wir jetzt hinabsteigen, bringen wir uns selbst in Gefahr. Komm, sonst verlieren wir unser Leben!«

»Wenn ich schon sterben muss, dann wenigstens im Dienst der Nächstenliebe«, erwiderte Felipe, stieg den Hang hinab zu dem Verunglückten und schleppte ihn auf seinem Rücken den Berg hinauf. Die Nähe der beiden Körper und die Anstrengung wärmten ihn und den Verunglückten in der eisigen Kälte. Nach einiger Zeit fand er seinen Freund. Er lag einsam im Schnee, erfroren.

Drei Gaben

Dies ist eine Geschichte, die weder in der Bibel noch in einem anderen Buch aufgeschrieben ist. Und doch ist es eine so schöne Geschichte, dass es sich lohnt, sie zu erzählen:

Nachdem die Heiligen Drei Könige in ihren prachtvollen Gewändern das Kind in der Krippe verlassen

hatten, kamen noch drei Hirten in zerschissenen Wintermänteln zu dem Gottessohn. Der erste hielt das Händchen des Neugeborenen lange, sehr, sehr lange in seinen Händen und dachte: Jesus ist gekommen, um uns Zeit zu geben, Zeit für Zärtlichkeiten, Zeit auch füreinander, für das Innehalten im Alltagsstress, um Ruhe und Muße zu finden.

Der zweite schenkte dem Kind ein Lächeln, welches es erwiderte. Er überlegte: Das Kind ist gekommen, um uns zu sagen, dass wir diese Zeichen der Zuwendung in unserem Leben so oft wie möglich einander schenken sollten. Es ist ein Zeichen des Miteinanders. Es bereitet jemandem Freude, wenn wir es ihm geben.

Der dritte nahm das Kind in seine Arme. Er drückte es lange an seine Brust, um es zu wärmen. Ihm wurde klar: Das Kind bringt uns die Liebe. Die Liebe zu sich selbst und die zum Nächsten. Sie braucht die Welt, damit nicht allüberall Kälte und Egoismus herrschen.

Als die drei gingen, ließen sie nicht Gold, Weihrauch und Myrrhe zurück, nahmen aber die Botschaft des Kindes mit sich, einander Zeit, ein Lächeln und viel Liebe zu schenken. Sie nahmen sie mit, um sie hinaus in die Welt zu tragen.

Gefangen

Mein Großvater erzählte mir, als ich noch ein kleiner Junge war, die Geschichte von einem Bauern in den Alpen.

Der mähte mit einer Sense seine Wiese, die sich über einen langen Hang erstreckte. Als er gerade weit ausholte, sah er ein Ei, das unversehrt im Gras lag. Es musste aus dem Nest des Adlers gerollt sein, das sich auf einer Felskante befand. Er nahm es mit und legte es zu den Hühnereiern im Stall. Die Henne brütete es mit aus und zwischen den gelben Küken befand sich jetzt ein Tier, das etwas größer war als die anderen. Es wuchs mit ihnen auf, pickte wie sie vom Boden, nicht die Körner, aber die Regenwürmer. Als die Tiere etwas größer waren, flatterte es mit ihnen ein bisschen in die Höhe, aber nie höher als einen Meter.

Eines Tages sah der Herangewachsene einen Adler, der hoch in den Lüften kreiste.

»Wer ist das?«, fragte er die neben ihm laufende Henne.

»Das ist ein Adler, der König der Vögel«, erklärte sie.

»Ach«, seufzte der Staunende, »man müsste einmal die Welt von oben sehen und über Wiesen und Wäldern schweben können.«

Er seufzte noch einmal und lief dann weiter hinter den anderen Hühnern her. Bis zu seinem Lebensende!

Mein Großvater sah mich mit ernster Miene an und sagte dann: »Der kleine Adler hätte sich wie die

großen in die Lüfte schwingen können. Dazu hatte er die Fähigkeit und das Vermögen. Er tat es nicht, weil er gefangen war, nicht nur im Hühnerstall, sondern vor allem im goldenen Käfig seiner Gewohnheiten.«

Nach einigen Momenten der Stille fuhr Großvater fort: »Der Volksmund sagt: Wer nicht wagt, der nicht gewinnt. Der junge Adler hat nicht gewagt zu tun, wozu er fähig war, hat nicht die Ketten seiner Gewohnheiten abgelegt. Willst du aber glücklich im Leben werden, befreie dich vom Ballast der Routine, vom Herkömmlichen, wage Neues, sonst kannst du nie mit dem Glück davonfliegen.«

Im Wartezimmer des Glücks

Im Wartezimmer zum großen Glück drängen sich viele Menschen. Sie hoffen, morgen den Jackpot zu knacken oder eine Weltreise zu gewinnen, vielleicht sogar in der großen Lotterie ein Häuschen im Grünen zu erlangen.

Unter den Hoffenden sitzt auch Vinzenz. Er rechnet fest damit, dass nach dem Tod seines Vaters für ihn die Tür im Wartesaal des Glücks weit offensteht. Er ist sich sicher, dass er nach vielen Jahren der Plagerei im Familienunternehmen jetzt die Führung übernehmen kann. Und dann das: Der Vater hat im Testament seine Tochter zur Chefin bestimmt. Wutschnaubend verlässt Vinzenz das Notariat.

Um seine bittere Enttäuschung zu verarbeiten, setzt er sich einsam und allein auf eine Bank im Stadtpark. Ein Schmetterling, der sich auf eine Blume setzt, weckt ihn aus seiner düsteren Stimmung. Vinzenz denkt an das wohl größte Wunder der Natur, an die Verwandlung einer hässlichen Raupe, die sich mühsam und gierig Blätter fressend auf Pflanzen fortbewegt. Die Menschen empfinden zumeist Ekel, wenn sie sie sehen. Aber eines Tages wird aus ihr ein farbenprächtiger Falter, der sich leicht von Blüte zu Blüte schwingt und mit seiner Schönheit die Herzen der Menschen erfreut.

Vinzenz fallen die Worte des Gemeindepfarrers in der Osterpredigt ein: Der Friede in der Welt beginnt bei jedem von uns; lass ihn herrschen in der Familie, bei Verwandten und Freunden.

Auch der tief Enttäuschte vollzieht nach diesen Gedanken eine Metamorphose: Der auf Zwietracht Sinnende erstickt seinen Groll und weckt in sich allmählich Gedanken der Versöhnung. Jedes Mal, wenn er die Schönheiten und Wunder der Natur betrachtet, ist er glücklich. Dabei ist es ihm, als wüchsen seiner Seele Flügel, die ihn himmelwärts tragen, den Ballast des Alltags hinter sich lassend.

Leg deine Angst ab!

Ein junger Mann kam zu einem Franziskanermönch und klagte ihm seinen Kummer: »Ich versuche, ein gottgefälliges Leben zu führen. Ich besuche regelmäßig den Sonntagsgottesdienst, faste vor Weihnachten und Ostern, aber auch jeden Freitag des Jahres. Ich falte die Hände zum Gebet, knie vor dem Altar, bis die Beine schmerzen, an manchen Tagen geißele ich mich sogar. Aber ich bin noch jung, möchte auch ein glückliches Leben auf Erden führen. Ich Sorge mich ständig, ob ich in den Himmel kommen werde.«

Der Geistliche riet ihm mit ernstem Blick: »Gib das Leiden auf! Befreie dich von der Angst, nicht in das Reich unseres Vaters einzugehen! Gottes Sohn hat uns gelehrt: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst (Mt 22,39). Du würdest keinem deiner Freunde das zufügen, was du deinem Körper zumutest. Dann tue es auch dir nicht an!«

Der Pater fügte hinzu: »Ich rate dir: Lebe! Du darfst auch ruhig einmal über die Stränge schlagen.«

Schmunzelnd meinte er: »Lass es aber nicht zur Gewohnheit werden!«

Der junge Mann sah ihn mit einem befreiten Lächeln an.

Der Priester meinte: »Du weißt doch: Im Himmel wird über einen Sünder, der zu Gott zurückkehrt, mehr Freude sein als über 99 Gerechte, die Gottes Willen leben (Lk 15,7).«

Der Zweifelnde drückte dem Priester dankbar beide Hände.

Der Mönch stellte mit einer gewissen Zufriedenheit in der Stimme fest: »Ich sehe, du hast mich verstanden.«

Vertrau dir!

Das Sportfest der Pestalozzi-Gesamtschule hat begonnen. Herr Klein feuert seine Schüler an, mit Erfolg. Die einen erlangen eine Siegerurkunde, manche sogar eine Ehrenurkunde. Die stolzen Gewinner zeigen sie ihren Eltern, Verwandten und Freunden.

Mirco hockt auf der Bank im Umkleideraum der Turnhalle mit leeren Händen. Er ist traurig, bemitleidet sich selbst. Ihm ist zum Heulen zumute. Beim Hochsprung hat er dreimal die Latte gerissen, beim Weitsprung ist er jedes Mal übergetreten und beim Staffellauf hat er das Holz fallen lassen, sodass seine Mannschaft den letzten Platz belegte. Die Kameraden haben ihn ausgelacht und angegiftet.

Nun hockt er da, ist mit sich und der ganzen Welt unzufrieden. Lehrer Klein gesellt sich zu ihm und legt tröstend die Hand auf seine Schulter. Er sagt zu ihm: »In Afrika sagt man in diesem Fall: Wende dich der Sonne zu, dann fällt der Schatten hinter dich. Deine Sonnenseite ist die Mathematik, auch Deutsch und Kunst. In all diesen Fächern bist du spitze, besser als alle anderen.«

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Alle Rechte vorbehalten

© 2026 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG

Senefelderstr. 12, 73760 Ostfildern

produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de

www.patmos.de

(Vorstehende Angaben sind zugleich Pflichtinformationen nach
GPSR.)

Mitarbeit: Dagmar Daidok

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller

Umschlagabbildung: © The New York Public Library / unsplash

Satz: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: Finidr s.r.o., Český Těšín

Hergestellt in Tschechien

ISBN 978-3-8436-1670-6