

**HEYNE <**



Anjana Gill

Der kleine **Elefant**,  
der den Menschen das  
**Glück** brachte

Eine Erzählung über das Geheimnis  
wahrer Zufriedenheit

WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.  
Jedliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

7. Auflage

Originalausgabe 11/2022

Copyright © 2022 by Wilhelm Heyne Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Dr. Diane Zilliges

Innenillustrationen: Mi Ha, Guter Punkt, München;

Utro\_na\_more / iStock / Getty Images Plus (Blattornament);

mariaflaya / istockphoto (Zelle)

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München unter Verwendung  
von Motiven von © paladin13 / iStock / Getty Images Plus;

© Utro\_na\_more / iStock / Getty Images Plus; © stock\_shoppe /  
iStock / Getty Images Plus

Layout & Satz: Sabine Dunst, Guter Punkt, München

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-453-70443-5

[www.heyne.de](http://www.heyne.de)

# Vorwort

Ich muss dir was erzählen. Ich habe neulich eine wirklich interessante Bekanntschaft gemacht. Eine wirklich sehr interessante Bekanntschaft: Ich bin dem kleinen Glückselefanten begegnet.

Hast du schon mal von ihm gehört?

Ich muss gestehen, ich kannte ihn bis dahin nicht. Manchmal gehen Dinge einfach an einem vorbei. Erstaunlich. Aber es ist ja glücklicherweise nie zu spät – man sagt ja sogar: Der Zeitpunkt, wenn etwas in unser Leben tritt, ist der genau richtige Zeitpunkt.

Ich begegnete dem kleinen Glückselefanten zum ersten Mal am Ufer eines Flusses, meines Flusses. Ich hatte an dem Tag ziemlichen Stress bei der Arbeit und ging spazieren, um runterzukommen. Das mache ich immer so. Es ergibt sich, weil ich in der Nähe dieses Flusses lebe.

Ich ging also spazieren, vorbei am Bootshaus direkt am Ufer, und dachte über die Geschehnisse des Tages nach. Es war so viel passiert heute – ich musste meine Gedanken erst einmal sortieren. Und plötzlich war da dieser kleine Elefant. Auf einmal ging er neben mir. Einfach so, als sei es das Normalste auf der Welt. Ich muss sagen, ich war schon etwas überrascht – einem Elefanten war ich hier noch nie begegnet.

Enten und Schwänen, ja – aber einem Elefanten?

Das war aber noch nicht alles. Es kam noch besser. Denn der kleine Elefant begann doch tatsächlich mit

mir zu sprechen – als sei auch das das Normalste auf der Welt.

»Hallo, wie geht es dir«, fragte er mich.

Jetzt war ich also doch verrückt geworden, oder sagen wir mal: etwas überdreht und überarbeitet, dass ich schon einen Elefanten sehe und auch noch sprechen höre, ging es mir durch den Kopf. Die letzte Zeit war aber auch echt anstrengend.

Die Sache war nur die: Ich hatte mir den Elefanten nicht eingebildet – er war tatsächlich und leibhaftig anwesend.

Der kleine Elefant lächelte mich an. Ja, wirklich! Der lächelte auch noch. Und dann sprach er weiter und verwickelte mich tatsächlich in ein hochinteressantes Gespräch.

So kam es, dass wir Freunde wurden – allerbeste Freunde sogar. Wir verbrachten einen ganzen Sommer zusammen – einen herrlichen Sommer. Vielleicht den schönsten Sommer meines Lebens. Auf jeden Fall war es der eindrucksvollste Sommer meines Lebens. Denn in dieser Zeit erzählte mir dieser kleine Elefant von zahlreichen Glücksbotschaften. Es stellte sich nämlich heraus, dass der kleine Elefant nicht irgend-



ein Elefant war – nein, er war höchstpersönlich *der* Glückselefant! Von dem offenbar die ganze Welt sprach. Nur ich hatte nichts mitbekommen. Von dem kleinen Glückselefanten, der um die ganze Welt reist, um den Menschen das Glücklichein beizubringen.

Und jetzt war er hier, direkt neben mir ... ganz zufällig.

Wobei ich heute weiß, dass es Zufälle eigentlich nicht gibt. Alles, was geschieht, geschieht, weil es geschehen soll ...

Das Abenteuer begann – und was ich gleich lernte: Elefanten können uns in die Seele blicken. Ja, tatsächlich, das hat er mir selbst erzählt.

Hast du schon mal einem Elefanten in die Augen geschaut? Nein? Ich vorher auch noch nicht. Aber wenn sich eure Blicke treffen, dann spürst du das. Dann fühlst du, wie er direkt in deine Seele schaut. Das ist absolut faszinierend. Also, falls du demnächst einem Elefanten begegnest – man weiß ja nie –, dann probiere das mal aus.

»Was siehst du denn, wenn du in unsere Seele schaut, kleiner Glückselefant? Bist du dann nicht geblendet von dieser Schönheit?«, fragte ich neugierig.

Aber der kleine Elefant erzählte mir etwas anderes: Je mehr Menschen er begegnete, umso mehr fiel ihm nämlich auf, dass die meisten gar nicht wirklich glücklich waren. Das machte ihn sehr traurig. Er stellte fest, dass sich die Welt immer schneller und tiefgreifender veränderte, in einem atemberaubenden, nie da gewesenen Tempo. Allein dieses Tempo ist für viele Menschen sehr anstrengend – oft ganz unbewusst. Er stellte fest, dass die Menschen vor einem regelrechten Epochenwechsel standen und dass sie irgendwie unvorbereitet waren.

»Weißt du«, sagte er zu mir, »die technischen Er-rungenschaften machen euch das Leben oft wirklich angenehmer und bequemer, das verstehe ich. Aber die Frage ist doch diese: Machen sie die Menschen auch glücklicher? Seid ihr dadurch glücklicher geworden? Bist du glücklicher geworden?«

Da wurde ich nachdenklich.

»Weißt du«, fuhr er fort, »egal, wo ich war, ich habe überall diese tiefe Sehnsucht in den Menschen ge-sehen. Ganz egal, an welchem Ort, in welchem Land und in welchem Haus – überall war diese gleiche Sehnsucht. Das Interessanteste für mich ist, dass es keinen Unterschied gibt zwischen den Menschen in einer Luxusvilla in L. A., in einer Wohnung in Berlin oder München oder in einer Hütte in Indien. Überall bin ich auf die gleiche Sehnsucht gestoßen: die Sehnsucht nach Erfüllung, nach dem Glücklichsein. Diese Sehnsucht verbindet alle Menschen.«

Na ja, und so kam es, dass aus dem Elefanten, der in die Seele der Menschen schauen konnte, mit der Zeit der Glückselefant wurde. Der Glückselefant, der nur ein Ziel hatte: Er wollte nichts mehr, als dass die Sehnsucht der Menschen endet und ihr Glück be-ginnt. Er wollte, dass die Menschen das echte und tie-fe Glück spüren, denn Glücklichsein, da war sich der kleine Elefant ganz sicher, ist der wirkliche Sinn des Lebens.

Wie lieb von ihm.

Allein dafür wollte ich den kleinen Elefanten in den Arm nehmen und ihn ganz fest drücken. Aber der

Rüssel war im Weg – also legte ich meinen Kopf kurz an seinen Kopf und drückte mich einen Moment an seine dicke warme Elefantenhaut.

Ich glaube, er war ein wenig gerührt.

»Was du sagst, stimmt«, bestätigte ich, »wir alle wollen gern glücklich sein. Ich meine, wer will das nicht? Am liebsten mit uns selbst, mit unserer Familie, mit unserem Beruf, mit unserem Leben. Am glücklichsten sind wir, wenn wir glücklich sind«, witzelte ich. »Aber das mit dem Glücklichsein ist gar nicht so einfach, kleiner Elefant. Irgendwie kommt nämlich ständig etwas dazwischen. Glaub mir, ich kann ein Lied davon singen.«

»Ja, und genau das muss nicht sein. Du kannst glücklich sein. Jeder von euch kann es«, antwortete der kleine Glückselefant. »Glücklichsein ist eine Entscheidung, ein Lebensgefühl, das man wählen kann. Es ist die vielleicht beste Entscheidung, die ihr treffen könnt, und das vielleicht schönste Lebensgefühl, das man in diesem Leben erreichen kann. Und das habt ihr alle mehr als verdient.«

»Das finde ich auch. Das haben wir verdient. Die Frage ist nur: Wie können wir dieses Lebensglück erreichen? Und eine weitere wichtige Frage wäre dann: Wenn wir es erreicht haben, wie können wir es dauerhaft aufrechterhalten, also länger als diese Glücksmomente, die sicher jeder kennt, dieses Minutenglück?« Ich überlegte einen Moment und fragte dann etwas unsicher: »Und du meinst wirklich, dass es quasi einen Weg zum Glücklichsein gibt?«

»Ja, es gibt einen Weg. Du fährst rechts, dann links, dann geradeaus und im Kreisel nimmst du die zweite Ausfahrt.« Grinsend malte er dabei mit seinem Rüssel die Richtungen in der Luft nach. »Nur Spaß«, lachte er dann, »aber es ist wirklich fast so. Das Glückliche ist ganz nah – zum Greifen nah. Der Weg zum Glück führt über euch selbst. Du musst nirgendwo hinfahren und nirgendwo suchen. Keiner von euch muss das. Es ist alles da – irgendwie. Aber sieh selbst«, sagte er und reichte mir mit seinem Rüssel ein Buch. Darauf stand handgeschrieben: *Das kleine Glücksbuch*.

Ein Buch – geschrieben von einem Elefanten. Das wurde ja immer besser. Dieses Buch wollte ich mir unbedingt näher anschauen. Und ich wollte weiter lauschen, was dieser kleine Glückselefant zu erzählen hatte.

Bist du dabei?

# Der größte Luxus aller Zeiten

Wir setzten uns auf die nächste freie Bank, an einem wunderschönen Plätzchen unter einer alten Pappel direkt am Wasser. Also, ich setzte mich, der kleine Glückselefant stellte sich direkt neben mich, so waren wir auf Augenhöhe.

»Seit wann können Elefanten eigentlich schreiben?«, fragte ich ihn.

»Geheimnis«, antwortete er zwinkernd.

Dieses Buch schien ein richtiger Schatz zu sein, wie ich nach einem kurzen Blick hinein feststellte. Gleich zu Beginn, auf Seite sieben, hatte er notiert: *Echter Luxus ist nicht Höher, Weiter, Schneller. Echter Luxus bedeutet Tiefer und Erfüllter.*

»Interessant. Was meinst du damit?«, fragte ich.  
»Was genau meinst du mit ›Tiefer und Erfüllter?‹  
Man muss für Luxus schließlich ziemlich tief in die Tasche greifen, bevor er Realität wird.«

Er antwortete mit einer Gegenfrage: »Was bedeutet für dich Luxus?«



Da musste ich nicht lange überlegen: »Eine tolle Wohnung, dass ich reisen kann, wohin ich will, dass ich viel Geld verdiene, dass ich mir auch mal was Teureres leisten kann und so weiter.«

Ist doch so, oder? Jeder hat so seine Vorstellungen von Luxus, für den einen ist es eine neue Markentasche, für den anderen eine Luxusuhr und für den Dritten ein Boot oder eine Luxusküche oder irgendwas in dieser Richtung. Luxus eben.

Und da erzählte mir der kleine Elefant das hier: »Ich habe auf der ganzen Welt nach Luxus gesucht. Ich war in Paris auf der Champs-Élysées, in New York auf der 5th Avenue, auf dem Rodeo Drive in L. A., in Moskau, in Hongkong ... Und weißt du was? Ich habe keinen Luxus gefunden. Da war nirgendwo echter Luxus. Ich habe teure Autos gesehen, Handys mit Diamanten, Schuhe mit roten Sohlen und so weiter und so weiter. Aber weißt du was? Etwas wirklich Wertvolles habe ich dort nicht gefunden. Nirgendwo. Und dann ist mir etwas klar geworden: Du kannst wahren Luxus gar nicht kaufen! Niemand kann wahren Luxus kaufen.« Er machte eine Pause und sah mich fragend an. »Hast du schon mal die Menschen beobachtet, die aus den teuren Geschäften herauskommen?«

»Ja, habe ich. Und ich muss offen zugeben: Ich würde da auch gern mal rein und shoppen und mit Taschen vollbeladen wieder herauskommen. Mal ehrlich, wer will das nicht?«, fragte ich zurück.

Ich weiß nicht, ob der kleine Elefant das nachvollziehen konnte, aber du verstehst das, oder? Shoppen

auf der Champs-Élysées oder auf der 5th Avenue, so viel shoppen, wie man will. Stell dir das mal vor. Das würde schon Spaß machen ...

»Du verpasst dort nichts, keine Sorge«, schmunzelte der kleine Elefant. »Ich habe die Menschen beobachtet, die dort herauskamen: Du hast recht, auf den ersten Blick wirken sie irgendwie happy. Aber: Das ist kein echtes Glück. In Wahrheit ist es eher ein Gefühl von ›Seht her, ich kann mir das leisten!‹ Und weißt du, warum das kein echtes Glück ist? Weil dieses Hochgefühl schnell wieder verschwindet. Es ist nur ein kurzes vergängliches Glück – wie ein Strohfeuer. Schwupps, ist es wieder erloschen. Das Ego ist für einen Moment happy. Das heißt aber nicht, dass auch die Seele glücklich ist. Die Wahrheit ist: Du kannst teure Dinge kaufen, aber wahren Luxus kannst du nicht kaufen. Niemand auf der ganzen Welt kann wahren Luxus kaufen.«

Er zeigte mir eine Stelle in seinem Glücksbuch, das er immer bei sich trug, wie er mir anvertraute. Dort auf der Seite stand: *Der größte Luxus ist das Glücklichein. Glücklichein mit der Familie, mit dem Beruf und mit sich selbst. Echter Luxus entsteht immer im Herzen. Nur dort. Überall auf dieser Welt.*

Ja, das hört sich gut an. Echter Luxus entsteht im Herzen. Schön, nicht wahr? Wenn ich das lese, durchströmt mich sofort ein schönes warmes und irgendwie friedliches Gefühl.

Geht dir das auch so?

»Kennst du diese Glücksstudie?«, fragte der kleine Glückselefant weiter. »Dafür hat man Menschen am

Ende ihres Lebens gefragt, ob sie rückblickend etwas anders machen würden. Und weißt du was? Keiner von ihnen hat geantwortet: Ach, hätte ich doch mehr gearbeitet. Oder: Hätte ich mir doch noch mehr Dinge gekauft. Die meisten haben gesagt: Ich hätte mehr Zeit mit den Menschen, die ich liebe, verbringen sollen. Und einige fügten hinzu: Und ich hätte mir mehr Zeit für mich nehmen sollen.«

»Wow, da ist was dran. Interessant, diese Glücksstudie.«

Ich musste das alles erst mal sacken lassen. Das meinte er also mit »Tiefer und Erfüllter«.

Ich stellte mir natürlich sofort die Frage: Wie sieht es eigentlich in meinem Leben aus? Was würde ich wohl rückblickend besser machen wollen? Das ist schon interessant.

Frag dich das auch mal. Wenn du jetzt am Ende deines Lebens wärt: Was würdest du rückblickend anders machen? Fällt dir etwas ein?

Ich finde, das ist ein guter Hinweis vom Glückselefanten, mal vom Ende aus zurück auf unser Leben zu schauen. So ein Richtungswechsel kann viel offenbaren.

Ich stellte mir gerade vor, was ich so alles besser machen könnte – und da sind mir gleich mehrere Dinge eingefallen –, da zwickte mich der kleine Glückselefant mit seinem Rüssel am Ohr, um meine Aufmerksamkeit zurückzubekommen.

»Im Grunde ist es ganz einfach«, sagte er. »Habenwollen war gestern. Sein ist das neue Haben,

Glücklichsein. Deine Seele muss glücklich sein, nicht dein Ego.«

Ja, eigentlich ganz einfach, dachte ich. Eigentlich. Ich versuchte innerlich, herauszufinden, was an mir mein Ego ist und was meine Seele. Das ist gar nicht so einfach zu trennen, es hat sich im Laufe des Lebens irgendwie vermischt. Bei mir jedenfalls. Und was lebe ich eigentlich mehr, fragte ich mich, mein Ego oder meine Seele?

Wir saßen noch eine ganze Weile beisammen und schauten auf den Fluss. Es war wunderschön, dabei zuzusehen, wie das Wasser im Sonnenlicht glitzerte und tanzte. Es war ein wunderschöner Moment. Ein richtiger Glücksmoment. Und es war der Beginn einer wunderbaren tiefen Freundschaft, meiner Freundschaft mit dem kleinen Glückselefanten. Es war der Beginn meiner Reise zum Sinn des Lebens.

#### GLÜCKSTIPP VOM GLÜCKSELEFANTEN

*Momente des Glücklichseins sind der größte  
Reichtum, überall auf der Welt.*

*Habenwollen war gestern.*

*Sein ist das neue Haben. Glücklichsein.*



# Hinter der Oberfläche geht's weiter

Während ich noch über der Frage brütete, wer in meinem Leben lauter war, mein Ego oder meine Seele, sinnierte der kleine Glückselefant schon weiter.

»Weißt du, was jedem Menschen, egal in welchem Land er oder sie oder divers oder was auch immer lebt, ganz leicht passieren kann?«, fragte er mich, als wir den Rückweg antraten und an einer internationalen Schüleraustauschgruppe vorbeikamen, die damit beschäftigt war, Selfies zu machen – was wahrscheinlich der Auslöser für seine Bemerkung war.

Ich schüttelte den Kopf: »Was soll das sein?«

»Dass sich die Menschen, ohne es zu bemerken, in den irdischen Oberflächlichkeiten, Zerstreungen und technischen Errungenschaften verfangen. In Wahrheit ist es völlig egal, ob ihr die neuesten Serien oder Blockbuster gesehen habt, den neuesten Essens- oder Sporttrends folgt oder sonst etwas. Das ist doch alles nicht wirklich wichtig. Dafür wurdet ihr nicht geboren. Euer Potenzial ist viel größer. Warum verschwendet ihr das so?«, wunderte sich der kleine Elefant. »Soll ich dir mal was sagen? Ich bin überall auf der Welt dem gleichen Phänomen begegnet: Da war überall diese wuselige Geschäftigkeit, doch dahinter verbarg sich etwas. Hinter dem Beschäftigtsein verbarg sich diese tiefe Sehnsucht.«

»Ja, das stimmt irgendwie.« Was er sagte, leuchtete mir ein. »Aber warum ist das so, kleiner Elefant? Obwohl wir den ganzen Tag beschäftigt sind, bleibt da oft unbewusst diese Suche nach dem Glück. Warum?«

»Ganz einfach. Weil das echte Glück hinter der Oberfläche liegt. Ihr sucht es an der falschen Stelle. Das kann ich von außen genau beobachten. In Wahrheit seid ihr alle auf der Suche. Ihr tragt alle die gleiche Sehnsucht in euch. Aber um genau zu sein: Glück kann man nicht suchen. Glück kann man nur finden!«

Wir blieben kurz stehen, weil mir der kleine Glückselefant eine Stelle im Glücksbuch zeigen wollte. Er hatte Folgendes beobachtet und aufgeschrieben: *Eventuelles Hindernis beim Glücklichsein – die Menschen suchen an der falschen Stelle. Sie schenken der äußeren Welt zu viel Aufmerksamkeit.*

Ich kam mir irgendwie ertappt vor. Meint der etwa mich, fragte ich mich selbst: Gestern hatte ich nämlich mit Intervallfasten angefangen, weil das jetzt jeder macht, und mit einer neuen Serie – vier Staffeln mit je acht Folgen. Total spannend, innerlich freute ich mich schon auf die nächste Folge und die übernächste und ... Manchmal finde ich dann einfach kein Ende. Das kennst du bestimmt auch, oder? Nur noch eine Folge, dann geh ich schlafen ...

Der kleine Glückselefant redete weiter. Jeder, der ihm begegnet ist, trug in sich diese Sehnsucht nach dem tiefen Glück. Jeder! Das hat ihn schon etwas überrascht, aber so war es. In Sydney genauso wie in Amerika, in Ägypten oder in Deutschland.

»In München genauso wie in Hamburg, in Berlin genauso wie hier, wo wir gerade spazieren gehen«, stellte er fest. »Aber diese Sehnsucht hat auch etwas Gutes! Etwas sehr Gutes sogar.«

»Ach ja? Was soll denn daran gut sein?«, wunderte ich mich jetzt doch.

»Sehnsucht ist dann gut, wenn du sie als Botschaft verstehst. Als Botschaft deiner Seele. In Wahrheit ist diese Sehnsucht – deine Sehnsucht – eine Aufforderung. Eine Aufforderung, ihr zu folgen. Denn dort, wohin sie dich führt, da wartet dein Glück. Deine Sehnsucht sagt: Komm hier entlang, folge mir.« Während der Glückselefant erklärte, machte er mit seinem Rüssel die Bewegung »Komm hier entlang«.

Meine innere Sehnsucht ist also eine Aufforderung. Eine Aufforderung, ihr zu folgen. Hm. Und so was sagt der mir zwischen Pappeln und Enten. Und dann fragte er mich noch: »Welche Sehnsucht trägst du in dir? Welcher Sehnsucht solltest du folgen?«

Das sagte er so nebenbei, als würde er fragen: »Und wie wird das Wetter morgen?«

Das war alles ganz schön viel.

Ich wollte nach Hause, über meine Sehnsucht, mein Ego und meine Seele nachdenken. Zuerst aber folgte ich der Sehnsucht nach einem Gläschen Aperol Spritz ganz in Ruhe auf meiner kleinen Dachterrasse. Der kleine Glückselefant hat schließlich gesagt, wir sollen der Sehnsucht folgen ...

Er gab mir so viel zu denken! Ich würde dich jetzt gern zu mir einladen, um mit einem Menschen über

all das sprechen zu können. Darüber, was deine Sehnsucht ist, was du glaubst, was du wohl rückblickend anders machen würdest, wo das Ego aufhört und die Seele anfängt und ob sich die beiden bei dir auch irgendwie vermischt haben ... Und so weiter und so fort. Es gäbe so viel zu bereden.

#### GLÜCKSTIPP VOM GLÜCKSELEFANTEN

*Wonach sehnst du dich?*

*Folge dieser Sehnsucht – unbedingt.  
Sie bringt dich dahin, wo du sein sollst.*



# Einfach mal nichts tun

Ich blieb noch lange auf der Terrasse sitzen und schaute in den Sternenhimmel. Zu lange, denn am nächsten Morgen verschlief ich erst einmal. Ich hasse es, wenn ich verschlafe, denn dann wird's immer hektisch, und eigentlich liebe ich es, den Tag ruhig anzugehen. Eine Tasse Tee und ein Toast mit Käse oder Marmelade und meistens dann noch einer und vielleicht noch einer.

Aber egal, heute musste ich mich eben beeilen. Heute machte mir das aber auch gar nicht viel aus. Ich war nämlich verabredet. Mit meinem neuen Freund: um elf Uhr in dem kleinen Eiscafé am Ende der Straße. Mein Herz tanzte vor Vorfreude – ich war richtig aufgeregt. Fast so, als wäre ich verliebt. War ich auch irgendwie – ich habe mich in diesen kleinen Glückselefanten verliebt. Ja, wirklich.

Er wartete bereits auf mich. Ich sah ihn schon von Weitem im Schatten unter einem Baum stehen. Um ihn herum standen viele lachende Kinder, mit denen er sich offensichtlich bestens verstand. Er schien blendender Laune zu sein. Dieser kleine Elefant war ein richtiger Menschenfreund – das strahlte er aus und das spürte man einfach. Das spürte jeder. Deshalb konnte er wahrscheinlich auch so gut beobachten und Zusammenhänge erkennen.

Der kleine Glückselefant beobachtete und beobachtete. Er liebte es, Menschen zu beobachten – das

war ja sein Spezialfachgebiet. Und er wunderte sich über die Menschen. Das allerdings verstehe ich nur allzu gut. Ich wundere mich ja selbst oft über andere Menschen. Geht dir bestimmt auch so, oder? Also, wie muss sich erst ein Elefant über unsere Spezies wundern?

Ich holte mir einen Eiskaffee to go und wir setzten uns auf eine kniehohe Mauer. Also, ich setzte mich. Ich schlürfte meinen Eiskaffee und der kleine Elefant schaute sich die umhereilenden Menschen an.

Auf einmal sagte er: »Ihr seid süß. Ihr Menschen seid einfach süß. Ihr seid so fleißig und emsig. Ihr macht und tut – irgendwie rührend. Aber ...«, jetzt kam das große Aber, »aber vor lauter Fleißigsein und vor lauter Erledigungen vergesst ihr etwas.«

»Was vergessen wir denn?«, fragte ich nach.

»Ihr vergesst das Wichtigste! Ihr vergesst, auch mal nichts zu tun«, antwortete er. »75 Prozent der Menschen in der westlichen Welt und neuerdings auch im Rest der Welt können nicht mehr ›nichts tun‹. Sie haben verlernt, einfach mal nichts zu tun.«

Ich nickte. Gut beobachtet. Das sagen wir auch selbst oft über uns. Und häufig fühlt es sich an, als würden wir in einem Hamsterrad laufen. Sobald wir zur Ruhe kommen, denken wir daran, was noch alles erledigt werden muss: die Steuer, der Abwasch, Mails beantworten, aufräumen, Sport machen ... Kennst du das auch? Sobald ich sitze und zur Ruhe komme, rattert schon wieder die To-do-Liste vorwurfsvoll in meinem Kopf. Eigentlich sollte ich noch dies und

noch das erledigen ... Und das geht allen so, die ich kenne.

Der kleine Glückselefant wollte da am liebsten auf die Stopptaste drücken: »Stoppt mal – nur einen Moment. Nichtstun und Entspannung sind sehr wichtig für euch, für dich und für deine Freunde und für jeden einzelnen Menschen auf diesem Globus, egal wo ihr lebt. Nichtstun und Entspannung sind genauso wichtig wie alles andere, wenn nicht manchmal sogar wichtiger! Es sind die Eintrittskarten in die Welt des Glücklichseins. Ohne Ruhe und Stille und Momente des Nichtstuns werdet ihr das Glücklichsein nicht finden.«

Der Glückselefant hatte sich gemütlich an die Mauer gelehnt, auf der ich saß.

Ja, du kleiner Glückselefant, dachte ich. Mag ja so sein. Aber leb du mal unser Leben. Da gibt es jede Menge Verpflichtungen und To-do's. Deine Gelassenheit hätte ich gern – ein Stück davon wäre auch schon hilfreich ... Genau in dem Moment fiel mir ein, dass ich vergessen hatte, den Termin mit Frau Sondhoven zu bestätigen. Mist. Na ja, mache ich gleich noch – und schon sprang mein To-do-Karussell wieder an.

Geht dir das auch immer so? Nervig, nicht wahr?

Hauptsache, der kleine Elefant ist gehillt, dachte ich etwas mürrisch. Aber dann wurde ich doch hellhörig, als er sagte: »Nur in einem entspannten Zustand werdet ihr Lösungen und Wege finden. In der Zeit ohne Ablenkung werdet ihr empfänglich für die unendlichen Möglichkeiten, und euch wird klar, was

wirklich wichtig ist. Das geht nur, wenn ihr aufhört zu rennen. Dann könnt ihr das ›Flüstern des Universums‹ hören. Dann fallen euch Lösungen für eure Probleme zu, ihr bekommt Geistesblitze und Ideen.«

Der kleine Glückselefant blätterte in seinem Glücksbuch. Da stand doch irgendwo etwas über das Nichtstun. Ja, genau, das war es. Das hatte nämlich schon Laotse festgestellt, der einst schrieb: »Im Nichtstun bleibt nichts ungetan.« Darunter stand im Glücksbuch noch was. *Den Menschen unbedingt sagen: Ein mögliches Hindernis beim Glücklichsein ist, dass die Menschen ständig aktiv sind und sich zu wenig Zeit fürs Nichtstun gönnen.*

Sehr, sehr weise! Das ist ja ein richtiger kleiner Guru, dachte ich und stellte mir vor, wie der kleine Glückselefant wohl aussieht, wenn er im Lotossitz sitzt ...

Er schaute auf einmal ganz verträumt, und ich fragte ihn, woran er gerade dachte. Da erzählte er mir, dass er sich an früher erinnerte, als er mit seinen Schulfreunden oft zu einem Wasserloch gegangen ist und sie sich dort im Wasser wälzten und planschten. Das war damals eine richtig tolle »Ladestation«. Nach der Planscherei waren sie wieder aufnahmefähig und fit für den weiteren Unterricht. Der kleine Elefant hatte diese Zeit geliebt.

Ja, das ist wirklich so: Kinder wissen instinktiv, wann sie eine kreative Pause brauchen. Schade, dass wir so ein angeborenes Wissen im Laufe der Jahre verlieren.



Und jetzt kommt ein Elefant und erinnert uns daran.

»Siehst du das E-Auto dort?«, unterbrach er meine Gedanken. »Warum kann das fahren?«

»Na ja, weil es ein Auto ist und zum Fahren gebaut wurde«, sagte ich achselzuckend.

»Klar, dafür wurde es gebaut. Aber es kann nur fahren, weil es vorher geladen wurde«, erklärte er. »Und auf euch Menschen, also auch auf dich übertragen heißt das: Du wurdest geboren, um zu leben. Aber auch du kannst nur richtig leben, wenn du ›geladen‹ bist. Und Zeiten des Nichtstuns sind diese Ladestation. Sie sind sogar noch mehr. Öfter mal nichts zu tun ist die Kraftquelle des Lebens. Hörst auf zu rennen. Wo wollt ihr denn hin? Ihr braucht nicht zu rennen, da ist nichts.«

Immer und immer wieder sagte er es: »DA IST NICHTS. Da werdet ihr nichts finden. Das Glück ist hier und jetzt.« Der Glückselefant sagte dies jedem, mit dem er sich austauschte.

Ich merkte, dass allein schon der Gedanke guttat: aufhören zu rennen. Wir brauchen nicht zu rennen. Da ist nichts.

Wenn ich das höre, fühle ich mich sofort erleichtert – so als fielen mir Steine von meinen Schultern. Geht dir das auch so? Fühlst du auch, wie sofort die Last von deinen Schultern fällt?

Da merkt man erst einmal, wie angespannt oder auch verspannt wir alle inzwischen sind. Und wie sehr wir alle unter Druck stehen. Schon krass.

Okay, lieber Glückselefant, wir versuchen es. Wir

hören auf zu rennen. Das klingt sehr einleuchtend. Danke dafür, lieber Glückselefant. Danke, dass du die Stopptaste drückst.

Wir nehmen uns jetzt etwas vor. Hast du Lust? Wir nehmen uns vor: Wir tun öfter mal nichts – mit dem besten Gewissen der Welt! Nichtstun sollte ab jetzt unsere Ladestation sein. Wir sind ja mindestens so wichtig wie unser Handy, das wir ständig laden. Nichtstun ist ab jetzt mindestens so wichtig wie alles andere.

Abgemacht?

#### GLÜCKSTIPP VOM GLÜCKSELEFANTEN

*Mach mal Pause. Jeden Tag fünfzehn Minuten  
nur für dich – ohne Buch, Tablet, Handy.  
Nur du – und dann höre nach innen.*



# Schicksal

Der kleine Glückselefant liebte Geschichten, Erzählungen, Sprüche, Gleichnisse und Ähnliches. Sie brachten die Dinge auf den Punkt, hatte er festgestellt.

»Ich liebe Geschichten und Weisheiten. Und besonders liebe ich Gleichnisse. Magst du die auch?«, fragte er mich. »Ich erinnere mich so gern an früher. Bei uns zu Hause war es üblich, dass Eltern und Großeltern den Kindern Geschichten erzählen. Geschichten und Gleichnisse. So wurde altes Wissen von Generation zu Generation weitergegeben, damit es nicht mit der Zeit verloren ging.

Am liebsten war ich bei meinen wunderbaren Großeltern. Mein Großvater erzählte mir abends vor dem Sonnenuntergang in der magischen Stunde immer wunderschöne Geschichten aus dem Wissensschatz unserer Herde. Wir nennen die Stunde vor dem Sonnenuntergang ›die magische Stunde‹ – du kannst dir gar nicht vorstellen, wie wunderschön es dann ist. Alles wird ruhiger und die Landschaft ist in ein warmes Gelborange getaucht. Deshalb heißt es auch ›die magische Stunde‹. Ich liebte diese Zeit und diese Geschichten, ich liebe sie immer noch und denke oft daran zurück. Sie haben meinen Blick auf die Welt geformt.«

Das erzählte er mir mal in einer ruhigen Stunde und hatte dabei diesen zauberhaften verträumten Blick.

Daher kam es also auch, dass der kleine Glückselefant besondere Antennen für Weisheiten entwickelt hatte. Sie waren ihm ja in die Wiege gelegt worden. Elefanten-Weisheitsantennen quasi. Und egal, wo auf der Welt er später war, überall spürte er mit diesen Antennen Weisheiten auf. In Worte gefasste wertvolle Schätze.

Und natürlich notierte er sie alle in seinem Glücksbuch. Inzwischen war da eine richtige kleine Welt-Weisheitssammlung entstanden. Ganz besonders hatte es ihm eine bestimmte Weisheit angetan, erzählte er mir. Er wusste nur nicht mehr genau, wo er sie zum ersten Mal gehört hatte. War das in Israel oder in China? Er hatte vergessen, das Land dazuzuschreiben, und jetzt konnte er sich nicht mehr richtig erinnern.

Obwohl er ja eigentlich ein Elefantengedächtnis haben sollte, dachte ich so bei mir. Ist aber auch nicht wichtig. Inzwischen hatte dieser Spruch ohnehin die



ganze Welt erobert und wurde zumindest sehr häufig dem Talmud, einer alten Weisheitsschrift des Judentums, zugeordnet.

Im Glücksbuch des kleinen Elefanten stand dieser wertvolle Spruch:

*Achte auf deine Gedanken,  
denn sie werden zu Worten.*

*Achte auf deine Worte,  
denn sie werden zu Handlungen.*

*Achte auf deine Handlungen,  
denn sie werden zu Gewohnheiten.*

*Achte auf deine Gewohnheiten,  
denn sie werden dein Charakter.*

*Achte auf deinen Charakter,  
denn er wird dein Schicksal.*

Der Glückselefant liebte diesen Spruch. Als er ihn zitierte, leuchteten seine Augen.

»Dieser Spruch ist so wichtig! Er bringt es auf den Punkt«, erklärte er mir.

Der Glückselefant wollte ihn am liebsten in die Welt hinaustrompeten. Er wollte trompeten: »Egal, ob du Deutscher, Europäer, Asiate, Australier, Amerikaner oder Afrikaner bist – deine Gedanken werden letztlich dein Schicksal. Passt auf eure Gedanken auf!«

Er schaute mir tief in die Augen und sagte liebevoll, aber auch irgendwie eindringlich: »Pass auch du gut auf deine Gedanken auf. Sei achtsam. Deine Gedanken werden dein Schicksal.«

Es war ein absoluter Gänsehautmoment. Ich glaube sogar im Nachhinein, dass es ein Schlüsselmoment in meinem Leben war.

»Meine Gedanken werden mein Schicksal. Meine Gedanken werden mein Schicksal«, ging es mir immer wieder durch den Kopf. »Meine Gedanken werden mein Charakter und irgendwann werden sie zu meinem Schicksal.«

Wahnsinn. Und auch etwas unheimlich.

Das gilt natürlich für jeden – es gilt für alle Menschen. Es gilt auch für dich: Deine Gedanken werden dein Schicksal.

Lass das mal sacken!

Die Gedanken unserer Freunde und Bekannten werden ihr Schicksal ... Und jetzt überleg mal, was allein heute so alles gedacht wurde. Was hast du heute alles gedacht? Willst du, dass das dein Schicksal wird? Bei mir ist es heute in dieser Beziehung nicht so optimal gelaufen.

Ja, unsere Gedanken werden unser Schicksal. Das ist viel mehr als ein weiser Spruch. Das ist altes Elefantenwissen vom Feinsten!

Was meinst du? Vielleicht treffen wir jetzt zusammen die möglicherweise wichtigste Entscheidung für unsere Zukunft. Wir beschließen jetzt, in diesem Moment: Wir passen ab sofort auf unsere Gedanken