

# *D*er weise alte *M*ann

Ein 92-jähriger Mann, klein und in guter Verfassung, der großen Wert auf sein Äußeres legte, begibt sich in ein Altersheim. Seine Frau war kürzlich im Alter von 90 Jahren gestorben und er sieht sich veranlasst, seine Wohnung zu räumen. Nachdem er mehrere Stunden in der leeren Heim-Lobby gewartet hatte, lächelte er freundlich, als man ihm sagte, sein Zimmer sei nun fertig. Als er langsam, auf seinen Stock gestützt, zum Aufzug geht, beschreibe ich ihm seinen kleinen Raum, einschließlich dieses vor dem Fenster hängenden Lakens, welches als Vorhang dient. "Mir gefällt es sehr gut," sagte er, mit der Begeisterung eines 8-jährigen Kindes, dem man gerade eine neue Puppe schenkte.

"Mr. Gagné, Sie haben doch den Raum noch gar nicht gesehen. Ein wenig Geduld nur - wir sind gleich da." "Das hat damit nichts zu tun." antwortet er. "Glück ist etwas, was ich in Erwartung wähle. Ob ich den Raum nun mag oder nicht, das hängt nicht von den Möbeln oder der Dekoration ab - vielmehr davon, wie ich ihn sehen will. Ich habe in meinem Kopf bereits entschieden, dass ich diesen Raum mag. Es ist eine Entscheidung, der ich mich jeden Morgen, wenn ich aufwache, stets erneut besinne. Ich kann wählen. Ich kann im Bett liegen bleiben und all die Probleme aufzählen, die ich mit den Teilen meines Körpers habe, die nicht mehr in Ordnung sind oder ich kann aufstehen und dem Himmel Dank sagen für das, was mir noch an Gesundheit gegeben ist.

Jeder Tag ist ein Geschenk und solange ich meine Augen öffnen kann, will ich sie auf den neuen Tag richten und alle die glücklichen Stunden, die ich in meinen Leben erleben konnte. Das Alter ist wie ein Bankkonto. Du hebst im späteren Leben das ab, was du im Verlaufe deines Lebens entlang deines Lebensweges deponiert hast.

***Mein Hinweis ist: deponiere alles Glück, welches Du erlangen kannst, auf der Bank Deiner Erinnerungen. Erinnere Dich stets dieses einfachen Leitfadens für das Glück.***

- 1. Befreie Dein Herz von Hass***
- 2. Lebe bescheiden***
- 3. Gebe viel***
- 4. Erwarte wenig***