

Dr. med. Eckart von Hirschhausen
Der Pinguin, der fliegen lernte
Eine Geschichte über das Leben, die Liebe und das Glück

Originalausgabe
168 Seiten

ISBN: 978-3-423-40078-7
EUR 14,99 [DE]
ET 13. Februar 2025

Dr. med. Eckart von Hirschhausen

Der Pinguin, der fliegen lernte

Eine Geschichte über das Leben, die Liebe und das Glück

Der #1-SPIEGEL-Bestseller von Eckart von Hirschhausen - über eine Begegnung, die Millionen Menschen bewegt hat!

Vieles wird leichter, sobald du in deinem Element bist

Eckart von Hirschhausen begegnet einem Pinguin. Und hält ihn für eine absolute Fehlkonstruktion: dicker Bauch, kann nicht fliegen, und dann hat die Natur auch noch die Knie vergessen. Doch als er den Pinguin schwimmen sieht, **ändert sich seine Perspektive**: auf das Leben und den Umgang mit den eigenen Unzulänglichkeiten. Denn mit dem Sprung ins Wasser zeigt der Pinguin, **was er wirklich kann** – sobald er in seinem Element ist.

»Wenn es mich als Pinguin in die Wüste verschlagen hat, liegt es nicht nur an mir, wenn es nicht flutscht. Dann ist nicht die entscheidende Frage: ›Wie bin ich hierhergekommen?‹ Viel wichtiger ist: ›Wie komme ich hier weg?‹«

Was, wenn jeder von uns sein Element wiederfinden muss, **um glücklich zu sein** ? Liegt darin das **Geheimnis eines gelingenden Lebens**? Eckart von Hirschhausens »Pinguingeschichte« ist ein **persönliches Plädoyer**, nicht zu lange nur an seinem Innenleben zu tüfteln. **Veränderung** geschieht oft, wenn ich eine Umgebung schaffe, in der ich meine **Stärken entfalten** kann.

Die Pinguingeschichte wurde millionenfach geklickt, nacherzählt und weiterempfohlen. Jetzt endlich erscheint der virale Hit in einer hochwertigen Aufmachung mit zum Teil unveröffentlichten Fotos des preisgekrönten Naturfotografen Stefan Christmann.

Ein Buch voller heilsamer Ideen, atemberaubend bebildert, anrührend, erfrischend und komisch zugleich.

- **Das ideale Geschenk für mich und für andere**
- **Die Erfolgsgeschichte: von vielen Therapeuten in der Praxis erprobt**

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



COPY

© Dominik Butzmann

Autor*in

Dr. med. Eckart von Hirschhausen

Dr. med. Eckart von Hirschhausen, Jahrgang 1967, studierte Medizin und Wissenschaftsjournalismus. Seine Spezialität: medizinische Inhalte auf humorvolle Art zu vermitteln. Er gibt nachhaltige Impulse, die hängen bleiben: im Fernsehen, als Sachbuchautor, bei großen Kongressen und als Keynote-Speaker. Für die ARD moderiert er »Wissen vor 8 – Erde« und Reportagen. Seine Arbeit wurde mehrfach ausgezeichnet, u. a. mit dem Georg von Holtzbrinck Preis für Wissenschaftsjournalismus sowie dem Wissenschaftskommunikationspreis 2023 der Leopoldina. Eckart von Hirschhausen hat bereits zwei Stiftungen gegründet: »HUMOR HILFT HEILEN« sowie »Gesunde Erde – Gesunde Menschen«. Er ist ehrenamtlich tätig für die Senckenberg Gesellschaft für Naturforschung, die DFL Stiftung, die Depressionshilfe, die Deutsche Krebshilfe und Phineo. Außerdem ist er Mitglied des Club of Rome, Ehrenmitglied der Charité und Honorarprofessor. Er lebt in Berlin, ist verheiratet, evangelisch und gibt die Hoffnung auf positive Veränderungen nicht auf.

Veranstaltungen und Medientermine

"Die Seele wächst mit ihren Aufgaben" - Ein Abend mit Musik für die mentale Gesundheit. Mit Eckart von Hirschhausen und Pianist Christoph Reuter

Eine Veranstaltung im Rahmen des Literaturfestival Allgäu-Schwaben.

Dienstag, 04.05.2027, 19:30 Uhr
FORUM Mindlelheim
Theaterplatz 1
87719 Mindelheim

Eckart von Hirschhausen signiert "Die Seele wächst mit ihren Aufgaben. Warum wir alle verrückt werden können – aber nicht müssen"

Donnerstag, 10.12.2026, 16:00 - 18:00 Uhr
Dussmann KulturKaufhaus GmbH
Friedrichstr. 90
10117 Berlin

Zur Veranstaltung

Pressestimmen

»Das Geheimnis eines gelingenden Lebens - um nichts weniger geht es dem Bestsellerautor in seinem neuen Buch.«

ndr.de, 19. Februar 2025

»Eine zauberhafte Geschichte, die das Herz berührt und zum Strahlen bringt.«

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

buecherplaza.de, 25. Februar 2025

»Das perfekte Geschenkbuch für alle, die gerade ein bisschen Inspiration und Herzenswarme brauchen.«

Aerzte Steiermark, 1. März 2025

»Eckart von Hirschhausen ist hier ein entzückendes Mutmacherbuch gelungen, das uns zeigt, wie wichtig es ist, uns selbst treu zu bleiben; unsere Stärken und individuellen Eigenschaften anzuerkennen und zu leben.«

Observer, 15. März 2025

»Ein Buch über das Leben, die Liebe und das Glück soll es sein – und ist es auch: Eckart von Hirschhausen hat einen ungewöhnlichen, unterhaltsamen und lesenswerten Ratgeber geschrieben.«

Rheinische Post, *Lothar Schröder*, 26. März 2025

»Mit seiner ganz eigenen Art bringt er uns zum Nachdenken, zum Schmunzeln und über das Leben auf der Erde und das Klima nachzudenken. Was für ein schönes, kluges und wertvolles Buch. Lesen und inspirieren lassen.«

kamikaze-radio.de, 3. April 2025

»Das Buch regt zum Nachdenken und Reflektieren an, ist witziger Ratgeber mit berührender Bebilderung. (…) Ein unterhaltsames, kurzweiliges Sachbuch mit inspirierendem Potenzial.«

Passauer Neue Presse, *Andrea Wolfrath*, 28. April 2025

»Auf die bekannte humoristische Art gibt er Impulse und Lebensweisheiten, die nachdenklich stimmen, Lebensfreude verbreiten ... und Mut machen, den Sprung ins kalte Wasser zu wagen.«

Lebenslust, 1. Mai 2025

»Inspirierend und humorvoll.«

BZ, *Antonia Schön*, 18. August 2025

»Wer seinen Platz sucht oder viel Fragen rund um seine Berufung hat, wer in einer Identitätskrise ist oder einfach eine gute männerverträgliche Lektüre sucht, dem empfehle ich dieses Buch. Die Leichtigkeit und Tiefe inspiriert.«

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

MOVO. Was Männer bewegt. Was Männer bewegen, *Georges Morand*, 1. Oktober 2025

»Der neue Ratgeber verbindet Psychologie mit Humor – und den Kampf gegen den Klimawandel mit preisgekrönten Antarktis-Fotos.«

Medical Tribune, 14. Februar 2026

»Ein Buch voller heilsamer Ideen, anrührend, erfrischend und komisch.«

Bild am Sonntag, 2. Februar 2025

»Der Mediziner Eckart von Hirschhausen hat ein Buch über das Leben geschrieben – und Pinguine. Es enthält beeindruckende Bilder des Naturfotografen Stefan Christmann.«

stern.de, *Helmut Broeg*, 13. Februar 2025

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

Autor*in Dr. med. Eckart von Hirschhausen bei dtv

- Die Seele wächst mit ihren Aufgaben, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28597-1
- Mensch, Erde! Wir könnten es so schön haben, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35190-4
- Der Pinguin, der fliegen lernte, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28452-3
- Mensch, Erde! Wir könnten es so schön haben, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28276-5

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München