Take The Long Way Home

Category: Achtsamkeit,Leben,Musik
29. August 2026

Warum mein Lebenskompass eine Mundharmonika hat

Does it feel that your life’s become a catastrophe?
Oh, it has to be for you to grow, boy
Take The Long Way Home, Supertramp, 1979

Es gibt Menschen, die orientieren sich im Leben an Zitaten von Philosophen, an Karriereplänen, an Vision Boards oder an Apps, die Dich morgens daran erinnern, selbstständig mit dem Atmen zu beginnen und die Dir zeigen, wie Du lernst, Dir selbsttätig die Schuhe zu binden.
Ich dagegen habe seit den frühen 80er Jahren einen Song als Kompass: „*Take The Long Way Home*“ von Supertramp, mit seinem unverwechselbaren Mundharmonika-Intro – erschienen auf dem Album Breakfast in America und geschrieben von Roger Hodgson. [1][2] Für mich ist dieser Song mehr als nur Musik. Er ist ein textlicher und akustischer Kompass. Allerdings einer mit einem kleinen technischen Defekt: Er zeigt nicht immer den kürzesten Weg an. Aber dafür meistens den interessanteren.
Das klingt auf den ersten Blick nicht besonders effizient. Wer nimmt denn freiwillig den langen Weg?
Der kurze Weg ist doch schneller. Jedes Navigationssystem empfiehlt ihn. Der Kalender verlangt ihn. Die To-do-Liste schreit ihn. Die Gesellschaft nickt anerkennend, wenn man ihn nimmt.
Aber genau da beginnt das Problem.
Der kurze Weg bringt Dich ans Ziel.
Der lange Weg bringt Dich zu Dir.
Der kurze Weg ist praktisch.
Der lange Weg ist ehrlich.
Der kurze Weg sagt: „*Beeil Dich, Du musst ankommen.*“
Der lange Weg sagt: „*Schau mal links. Da ist ein Sonnenuntergang. Und rechts steht ein Bäcker, der noch echte Brötchen macht.*“
Der kurze Weg ist der Fahrstuhl.
Der lange Weg ist das Treppenhaus, in dem man zufällig dem Nachbarn begegnet, der seit 2008 immer denselben Jogginganzug trägt und trotzdem irgendwie weiser wirkt als jeder Führungskräfte-Coach.

Für mich bedeutet „*den langen Weg nach Hause nehmen*“ nicht Trödeln. Es bedeutet:
nicht nur funktionieren.
Denn wer immer nur den schnellsten Weg nimmt, verpasst manchmal die Landschaft. Und manchmal sogar sich selbst.
Heimat ist kein Ort mit WLAN-Passwort
Roger Hodgson hat den Song selbst auf einer tieferen Ebene mit der Suche nach einem inneren Zuhause verbunden – einem Ort, an dem man sich im Herzen zu Hause fühlt. [2]
Genau das macht den Song für mich so stark: Er ist keine simple Verkehrsregel. Er ist eine Lebenshaltung.
„*Zuhause*“ ist nicht nur die Wohnung, in der der Kühlschrank brummt und irgendwo ein Ladekabel verschollen ist.
Zuhause ist auch dieser Moment, in dem man merkt:
Ich bin gerade nicht auf der Flucht. Ich bin da.
Das passiert vor allem mit der Partnerin ❤.
Das kann im Auto passieren.
Beim Spaziergang.
Im Supermarkt zwischen Suppengemüse und Sonderangeboten.
Oder nachts, wenn man plötzlich begreift, dass man jahrelang versucht hat, jemand zu sein, der man gar nicht werden wollte.
Der lange Weg nach Hause ist also manchmal ein Umweg.
Manchmal eine Pause.
Manchmal ein Nein.
Und manchmal ein sehr lautes Ja zu sich selbst.
Die Kunst, nicht immer die Abkürzung zu wählen
Wir leben in einer Welt, die Abkürzungen liebt.
Schneller lernen
Schneller arbeiten
Schneller antworten
Schneller essen
Schneller leben
Sogar Entspannung soll inzwischen effizient sein: „*10 Minuten Meditation für maximale Gelassenheit.*“ Das ist ungefähr so, als würde man sagen: „*Erleuchtung, aber bitte mit Expressversand und Prime-Account.*“ Der Song erinnert mich daran, dass das Leben nicht immer eine Lieferando-Bestellung ist. Manche Dinge brauchen Zeit:
Vertrauen.
Charakter.
Geschmack.
Gelassenheit.
wirklich gute *Pasteis de nata*.
Ein Glas La Chouffe
Und die Erkenntnis, dass man nicht auf jede Nachricht sofort antworten

muss.
Der lange Weg ist nicht die Route der Faulen. Er ist die Route der Menschen, die verstanden haben, dass Geschwindigkeit nicht dasselbe ist wie Richtung.
Mein inneres Navigationssystem klingt nach Supertramp
Wenn mein Leben ein Navi hätte, würde es vermutlich nicht neutral sagen: „*In 300 Metern links abbiegen.*“ Es würde eher sagen:
„*Fahr ruhig noch ein Stück weiter. Du musst heute nicht alles lösen*.“
Oder:
„*Achtung, in deinem Ego befindet sich ein Stau*.“
Oder:
„*Wenn möglich, bitte wenden – du versuchst schon wieder, allen zu gefallen.*“
Und im Hintergrund: diese lässige Supertramp-Energie, irgendwo zwischen Melancholie, Ironie und dem Gefühl, dass das Leben ein Lächeln auf den Lippen hat und trotz allem tanzbar bleibt.
Das ist das Großartige an diesem Song: Er klingt nicht wie eine Predigt. Er klingt wie ein Freund, der dich mit einem schiefen Grinsen anschaut und sagt: „*Komm, wir gehen noch eine Runde.*“
Warum der lange Weg unterhaltsamer ist
Der lange Weg hat Geschichten.
Auf dem kurzen Weg passiert meistens: nichts. Man kommt an. Punkt.
Auf dem langen Weg dagegen:
entdeckt man Straßen, die aussehen, als hätte die Stadtplanung kurz Jazz gehört;
trifft man Menschen, die in einem Satz mehr Wahrheit sagen als manche Bücher auf 300 Seiten;
findet man Cafés, in denen die Stühle wackeln, aber der Kaffee ein einfacher und ehrlicher, rechter Aufwärtshaken ist;
denkt man Gedanken zu Ende, die sonst immer von Push-Nachrichten zerschossen werden.
Der lange Weg ist der Ort, an dem das Leben seine Nebenfiguren vorstellt. Und oft sind genau die interessanter als die Hauptstory.
Auch mein „*Supertramp-Kompass*“ bewahrt mich nicht vor Fehlern. Ich nehme weiterhin falsche Ausfahrten, sage gelegentlich zu früh „*kein Problem*“, obwohl es sehr wohl ein Problem ist, und kaufe manchmal Dinge, weil sie im Angebot sind, nicht weil ich sie brauche.
„*Kompass*“ heißt nicht: immer wissen, wohin
Ein Kompass zeigt Richtung. Er erklärt nicht das ganze Gelände. Aber der Song erinnert mich daran, regelmäßig zu fragen:
Bin ich noch auf meinem Weg – oder nur auf dem schnellsten?
Das ist ein Unterschied. Der schnellste Weg kann dich zu einem Ziel bringen, das gar nicht deins ist. Der lange Weg gibt dir unterwegs Zeit, das zu merken.

Fazit: Geh ruhig langsam, aber geh wach
„*Take The Long Way Home*“ ist für mich mehr als ein Songtitel. Es ist ein freundlicher Tritt gegen die Eile. Ein musikalischer Wegweiser. Eine Erinnerung daran, dass man nicht jeden Umweg erklären muss.
Manche Umwege sind keine Fehler.
Manche sind Ausbildung.
Manche sind Heilung.
Manche sind einfach bessere Geschichten.
Und wenn ich am Ende meines Tages nach Hause komme – im wörtlichen oder im inneren Sinn – dann möchte ich nicht nur sagen können: „*Ich war schnell.*“
Ich möchte sagen können:
Ich habe etwas gesehen. Ich habe etwas verstanden. Ich war unterwegs wirklich da.
Also ja: Ich nehme den langen Weg nach Hause.
Nicht, weil ich mich verlaufen habe.
Sondern weil ich mich finden will.
Take The Long Way Home, Paris Pavillion, 1979