

Den Moment erleben

Wir erleben etwas und im gleichen Moment ist das Erlebte bereits wieder vorbei. Erleben wir es bewusst oder in Gedanken? Wo liegt da der Unterschied?

09.09.2013

Vergangenes Wochenende waren wir bei einer Freundin eingeladen, welche seit rund acht Jahren in der Nähe von Koblenz wohnt.

Sie hat unseren Besuch zum Anlass genommen, selbst einmal etwas Geschichtliches aus der Region kennenzulernen. So besuchten wir erst die Stadtführung und danach eine Theater-Führung auf der Festung Ehrenbreitstein. Der ewige Soldat erzählte uns seine über mehrere Jahrhundert andauernde Geschichte, welche er in diesen Gemäuern verbrachte. So verfolgten wir ihn und seine Erlebnisse innerhalb der imposanten Umgebung und Gebäude und dabei wurde mir bewusst, wir kurz ein Moment an diesem Ort doch erscheinen mag.

Wir erleben etwas und im gleichen Moment ist das Erlebte bereits wieder vorbei. Vielfach erleben wir solche Ausflüge und Momente nicht einmal bewusst, sondern wir sind mit unseren Gedanken bereits wieder in der Zukunft. Vielleicht denken wir an das bevorstehende Abendessen oder gar an die Arbeit und verpassen dabei die Chance, genau diesen Moment wirklich zu erleben.

Mit dem bewussten Erleben solcher Momente schaffen wir es, diese sehr lange in uns zu behalten und über Jahre hinweg davon zu profitieren. Vergessen wir also den Alltag und geben wir uns einfach DIESEM Moment hin!

