

Haben
Sie mal
1 Minute?

Verhaltenstrainer
Elmar Egold



Früher war mehr Lametta

Wer kennt nicht den schrulligen Opa aus Loriots Sketch „Weihnachten bei Hoppenstedts“. Wir amüsieren uns über ihn und dabei kann es leicht passieren, dass wir selbst zu einem Opa Hoppenstedt zu werden. Nicht so kauzig und verschroben vielleicht, aber ganz schön nostalgisch. Früher war alles besser - dieses Gefühl schwingt oft mit. Offenbar hat es die Natur so eingerichtet, dass wir angenehme Dinge besser behalten als unangenehme. Vielleicht, damit wir nicht so schnell ins Hadern kommen und die Flinte zu frühzeitig ins Korn werfen. Was früher besser war: Man war jünger. Körper und Geist waren frischer, unverbraucher und vieles war aufregend: die erste Liebe, die ersten Reisen, man entdeckte sich selbst, bestand Prüfungen und Herausforderungen. Mit jugendlicher Unbefangenheit riskierte man das pralle Leben. „Ich weiß nicht, woher ich damals den Mut nahm, na ja, ich war noch jung und unerfahren“, hört man oft ältere Menschen erzählen. Heute ist man erfahren, hat schon viel Lehrgeld bezahlt und überlegt es sich lieber dreimal, bevor man etwas wagt.

Was kann man tun? Sorgen Sie für Abwechslung und freudige Erlebnisse. Lernen Sie sich wieder zu freuen wie kleine Kinder. Machen Sie sich klar, wie gut es Ihnen geht, und werden Sie kein Opa Hoppenstedt. Genießen Sie den Augenblick und seien Sie für alles dankbar, was Ihnen das Leben schenkt.

Elmar Egold • Verhaltenstrainer • www.egold-konzept.de
Institut • Gewerbestraße 26 • 63619 Bad Orb • Tel.: 06052-801880