

Bin ich durstig

Mutworte für die Urlaubszeit

Es soll der Beginn einer schönen Urlaubsreise sein. Doch im Zugabteil macht sich der Durst breit. Ein Reisender jammert laut: „Bin ich durstig ...“ Hilfsbereit läuft ein anderer durch den halben Zug, um die ersehnte Erfrischung zu holen. Danke! Wunderbar! – Meint man. Denn kaum hat Ersterer den Durst gelöscht, geht seine Jammerei wieder los: „Schrecklich, wie durstig ich war! Und wer weiß, was auf der Rückreise noch alles auf uns zukommt ...“

Hand aufs Herz – übersehen nicht auch wir das Gute des Augenblicks, weil wir uns über Vergangenes ärgern oder kränken und ängstliche Gedanken über die Zukunft hegen? Im Jetzt können wir weder die Vergangenheit ändern noch die Zukunft leben. Es liegt aber in unserer Macht, diesen Moment bestmöglich zu gestalten – für uns selbst und unsere Mitwelt.

Eine fernöstliche Weisheit sagt: „Leb in der Vergangenheit, wenn du traurig sein willst. Leb in der Zukunft, wenn du ängstlich sein willst. Doch wenn du glücklich sein willst, dann genieß den Augenblick.“ Ich wünsche uns, dass wir einander in diesen Ferientagen immer wieder den „Durst löschen“, jede Erfrischung dankbar annehmen und den Moment genießen. Prost! Es möge allen nützen.

Christa Carina Kokol

Quelle: Mutworte, Sonntagsblatt für die Steiermark, www.sonntagsblatt.at, In: Pfarrbriefservice.de

Christa Carina Kokol ist dipl. psychotherapeutische Beraterin in Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl.