



**Alexianer**

Die Dachgesellschaft der  
Alexianer-Einrichtungen

# ERINNERUNGEN

## Und plötzlich sind sie da

„Wir sind Erinnerung“, erklärt der Gedächtnisforscher Daniel Schacter. Er meint damit, dass sich unsere Biographie aus Erinnerungen zusammensetzt. Diese Erinnerungen bilden unsere Geschichte und somit unsere Identität. Wer wir sind, wird nicht nur durch unsere Gene, sondern auch durch unsere Vergangenheit beeinflusst. Aber wozu speichert das Gehirn überhaupt Erinnerungen ab? Fühlt sich der Mensch zum Beispiel durch einen Geruch oder ein Geräusch an etwas erinnert, ist dies unausweichlich mit einer Emotion verknüpft. Durch die Emotion bewertet er in diesem Moment, ob die Situation gut und sicher ist oder nicht. Hätte der Mensch keine Erinnerungen, müsste er jede Situation, jedes Erleben immer neu einschätzen. Auch wenn diese Fähigkeit im Alltag eine große Hilfe darstellt, ist der Mensch aber kein Gefangener seiner Erinnerungen. Er kann sich zum Beispiel einer Situation, die ihn an etwas Negatives erinnert, stellen und so das Gefühl und damit auch sein Verhalten verändern.

# Horizonte



Andreas  
Maus;  
Anne Frank

Julia Rickert | Christliche Ethik / Leitbild / Spiritualität

ALEXIANER GMBH | Alexianerweg 9 | 48163 Münster

T (02501) 966-55151 | F (02501) 966-55109 | julia.rickert@alexianer.de

www.stiftung-alexianerbrueder.de | www.alexianerkloster.de | www.alexianer.de