

# Lebens|t|räume

Das Magazin für Gesundheit und Bewusstsein

Astrologie  
-Ausbildungen und -Beratungen

August  
2023



IN DIESER AUSGABE:  
**LICHT, LEBEN, LIEBE**



Roland Jundt:  
**Die Bedeutung  
von Licht-Arbeit**



**Rheingau Musik  
Festival  
(Programm)**



Peter Michel /  
Aquamarin-Verlag:  
**Lebenstraum  
verwirklicht**



Entnommen aus dem Kolonersatz:  
Die Kraft der Sprache für den  
begleiteten Sprachgebrauch

Wann **müssen**  
wir losfahren?

Wann fahren  
wir los?



LINGVA ETERNA Verlag [www.lingva-eterna.de](http://www.lingva-eterna.de)

Mit dem Muss-  
Denken machst du dir  
und anderen Druck.  
Dauerdruck macht krank.

Meide das  
gewohnheitsmäßige  
„müssen“. Dann wird  
viele leichter.

LINGVA ETERNA

# Jedes Wort wirkt – Bewusstheit entwickeln im Alltag

*Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf*

Unsere Zeit fordert uns alle. Wir erleben einen tiefgehenden Wandel auf allen Ebenen. Vieles, mit dem wir groß geworden sind, kommt ins Wanken und ist nicht mehr so selbstverständlich, wie wir es vielleicht lange Zeit angenommen haben. Einfach nur so weitermachen wie bisher geht nicht.

Jeder einzelne Mensch kann einen entscheidenden Beitrag leisten, um eine friedvolle, lichtvolle Zukunft zu gestalten – für uns und für die Millionen Lebewesen, die nach uns leben werden. Dafür ist es erforderlich, wach zu werden und neu zu denken: Welche Gedanken wollen wir denken? Von welchen inneren Bildern wollen wir unser Handeln bestimmen lassen?

Der allgemein übliche Sprachgebrauch zeigt unsere individuelle und auch kollektive Denkweise. Hier wird vieles sichtbar, sobald wir aufmerksam hinzuhören und hinschauen. Es gilt nur hinzuschauen. Die allgemein üblichen Sprachmuster sind noch immer weitgehend unbewusst und oft sogar destruktiv. „Wir fahren noch schnell beim Bäcker vorbei“ statt dort einzukaufen. Etwas später „würgen wir jemanden am Telefon ab“, „schlagen pünktlich bei einem Kunden auf“ und „schneiden dort bei einem Gespräch bestimmte Themen an“. Diese Formulierungen sind widersinnig und lassen unangenehme Bilder entstehen. Gemeint ist doch: „Ein Telefongespräch kurzfristig beenden“, „pünktlich beim Kunden ankommen“ und „bei einem Gespräch bestimmte

Themen ansprechen“. Jedes Wort wirkt und schafft Wirklichkeit. Das gilt auch für destruktive Wortbilder, selbst wenn wir mit ihnen eigentlich etwas gänzlich Harmloses zum Ausdruck bringen wollen.

Die Sprache ist ein Geschenk des Lebens. Wir alle haben dieses Geschenk gleichermaßen mit in die Wege gelegt bekommen. Der bewusste Umgang mit der Sprache ermöglicht uns ein individuelles und darüber hinaus ein globales Umdenken. Bereits kleine Änderungen der gewohnten Ausdrucksweise haben eine nachhaltige Wirkung auf die Kommunikation und auf die eigene innere Haltung. Es liegt an uns, welche Wörter wir in Zukunft meiden wollen. Ebenso liegt es an uns, welche

Wörter wir bewusst in unsere Sprache aufnehmen und von da an gebrauchen.



## LINGVA ETERNA®

IN DER SPRACHE LIEGT DIE KRAFT

Es gibt eine Wechselwirkung zwischen der Sprache, die ein Mensch und eine Gesellschaft sprechen, und dem, was sie erleben. Jeder Mensch kann jederzeit damit beginnen, seine eigene Ausdrucksweise zu entdecken und seine Sprache weiterzuentwickeln. Das Lingva Eterna® Sprach- und Kommunikationskonzept schafft ein neues Bewusstsein für die Sprache. Mit dem Wachwerden für die eigene Ausdrucksweise geht ein Wachwerden auf allen Ebenen einher. So können wir mitten im gelebten Alltag Bewusstheit entwickeln.

Es braucht Kontinuität und Leichtigkeit, um sich immer wieder einmal die eigene Sprache bewusst zu machen und neue Formulierungen zu entdecken und auszuprobieren. In meinem Kartensatz „Die Kraft der Sprache. 80 Karten für den täglichen Sprachgebrauch“ steht auf jeder Karte auf der Vorderseite eine übliche Formulierung und darunter eine sprachliche Alternative, und auf der Rückseite ist ein Kommentar. Sie können jeweils eine Karte für ein oder zwei Wochen an einem für Sie sichtbaren Ort anbringen. Sobald Sie Lust auf eine neue Erfahrung haben, wechseln Sie die Karten. Ich wünsche Ihnen schöne Entdeckungen und Freude bei Ausprobieren

### Was ist Lingva Eterna?

*Es gibt eine Wechselwirkung zwischen der Sprache, die ein Mensch spricht, und dem, was er in seinem Leben erlebt. Mechthild von Scheurl-Defersdorf hat in den neunziger Jahren das Lingva Eterna Sprach- und Kommunikationskonzept begründet und dann gemeinsam mit dem Arzt und Neurowissenschaftler Dr. Theodor von Stockert weiterentwickelt. Sie schaffen ein neues Bewusstsein für die Sprache und ihre Wirkung.*



### Kontakt:

[www.lingva-eterna.de](http://www.lingva-eterna.de);

Mail: [mechthild.v.scheurl-defersdorf@lingva-eterna.de](mailto:mechthild.v.scheurl-defersdorf@lingva-eterna.de)

### Literaturtipp

Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf,  
Die Kraft der Sprache. 80 Karten für den  
täglichen Sprachgebrauch“  
(LINGVA ETERNA Verlag)  
[www.lingva-eterna.de/shop](http://www.lingva-eterna.de/shop)

