

## **Intro zu den Videos „Die Kraft der achtsamen und wertschätzenden Sprache“**



In meiner Ausbildung zur Dozentin für eine bewusste und wertschätzende Sprache bei dem LINGVA ETRNA Sprachinstitut in Nürnberg ist mir vieles über unsere Sprache bewusst geworden. Ich habe erkannt, welche Kraft unsere Sprache und welche Möglichkeiten wir damit haben, wenn wir sie bewusst nutzen. Es gibt eine Sprache die aufbaut und guttut und eine Sprache, die Kraft kostet und anstrengend ist. Mit unserem Denken und Sprechen, die miteinander verknüpft sind, erschaffen wir unsere Wirklichkeit. Und ebenso können wir damit auch unsere Wirklichkeit wandeln. Mit diesem kraftvollen Werkzeug der Sprache, können wir zum Schöpfer/Schöpferin unserer Realität werden.



Wir haben unsere Sprache von unseren Eltern und unserem Umfeld gelernt. Dementsprechend sind wir geprägt. Oftmals ist uns gar nicht bewusst, mit welchem Wortschatz, Satzkonstruktionen bzw. Sprachfloskeln wir unterwegs sind.

Mich persönlich haben die Ausbildung und die Wirkung der Wandlung meiner Sprache so beeindruckt, dass ich diese Kunst gerne mit vielen Menschen teile.

Das was ich hier in den fünf Modulen vermittele, ist nur ein kleiner Teil von dem, was unsere Sprache alles kann. Doch es ist ein wertvoller Einstieg.

Ich wünsche mir, dass dieses großartige Werkzeug der Sprache, welches wir von unserem Schöpfer, für unser Leben mitbekommen haben, neu erkannt und wertschätzend eingesetzt wird. So können wir alle zum Wohle von uns selbst und zum Wohle der Gesellschaft dieses Werkzeug erfolgreich einsetzen.

Ich teile den nachstehenden Text, den ich in unserer Ausbildung bekommen habe, gerne mit ihnen. Die Quelle ist unbekannt.



### **Die Zukunft gehört Dir:**

Achte auf Deine Gedanken,  
denn sie werden Wörter.

Achte auf Deine Wörter,  
denn sie werden Taten.

Achte auf Deine Taten,  
denn sie werden Gewohnheiten,

Achte auf Deine Gewohnheiten,  
denn sie werden Dein Charakter,

Achte auf Deinen Charakter,  
denn er wird Dein Schicksal

Es ist nicht genug zu wissen, Ich „muss“, auch wollen.

Es ist nicht genug zu wollen, Ich „muss“ es auch tun. (nach W. A. Gothe)

### **Inhalte des Videokurs „Die Kraft der achtsamen Sprache“:**

Einführung: „Die Kraft der achtsamen Sprache“

Modul 1: Druck und Hetze hinter sich lassen

Modul 2: Kontakt herstellen & auf den Punkt kommen

Modul 3: Achtsamer Umgang mit dem Konjunktiv II & Stummelsätze

Modul 4: Drei Satztypen & die Wirkung der Sprache auf den Körper

Modul 5: Aber-Fasten & Negationen meiden

### **Alle Videos sind zu finden auf:**

Website – siehe Rubrik „Videokurse“

[www.friedensquelle.com](http://www.friedensquelle.com)

...und auf...

YouTube

[www.youtube.com/@friedensquelle](http://www.youtube.com/@friedensquelle)

YouTube-Playlist: Videokurs „Die Kraft der achtsamen Sprache“

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLyRg3DmiJyw16t1ibqcpdhj8e1xxCsG3Y>