

Januar - Dezember

Kommunikation und Natur

„Menschen zur Natur und zu neuen Wegen eines wertschätzenden Miteinanders zu inspirieren und zu ermutigen, ist mir ein Herzensanliegen.“ (Marlies Moertter)

Eindrücke, die darlegen, worum es bei „Kommunikation und Natur“ geht und wie sie ins Leben bei Casa Calendula oder bei Ausflügen in die Insel-Natur integriert wird, finden Sie **hier**.

Kommunikation und Natur

Eine Darstellung von Marlies Moertter



Normale und Natürliche Kommunikation

Die meisten Menschen wachsen in einer Welt auf, die Worte benutzt wie „Richtig/Falsch“, „Gut/Schlecht“, „Schlau/Dumm“. Und weil die Mehrheit der Menschen diese Worte benutzt, wird dies als „normal“ bezeichnet. Entscheidend ist für mich, nicht die Bezeichnung, sondern die Auswirkung. Die Auswirkung negativer Urteile ist, dass Menschen durch sie schnell verletzt reagieren. Häufig habe ich erlebt, wie schwer es ist, den Selbstwert – den eigenen oder den von anderen – nach einer „vernichtenden“ Beurteilung wieder aufzubauen. Es kostet Zeit und Energie, die ich heute anders einsetzen will, und zwar, um bei mir und anderen Fähigkeiten zu entwickeln, die dienlich sind, um mit dem eigenen Leben, mit der Natur (eigene/äußere) und dem Leben anderer in Verbindung zu sein.

Eine Kommunikation, die mir hilft, meinen Respekt vor der Natur des Menschen auszudrücken, d.h. die Gefühle und Bedürfnisse eines Menschen zu beachten, nenne ich Natürliche Kommunikation.

Mir ist es eine Lust und Freude, wenn ich Alternativen im Leben entdecke, so auch alternative Ausdrucksmöglichkeiten, weil ich Flexibilität schätze. Wenn ich z.B. ein positives Urteil wie „das hast du gut gemacht“ auch so ausdrücken kann, dass der andere erkennen kann, welche Werte und Bedürfnisse sich bei mir durch sein Handeln erfüllen, dann sind auch meine Werte von Sinn, Freiheit und Eigenverantwortung erfüllt. Mir macht es Sinn, mitzuteilen, worum es mir in einer Situation geht, welche Bedürfnisse erfüllt / nicht erfüllt sind, weil ich dann einen kleinen Beitrag dazu leisten kann, dass Menschen in dieser Welt etwas tun – nicht, weil sie dafür von anderen gelobt oder bestraft werden, sondern - weil sie sich bewusst entscheiden, weil es ihrer Natur, ihrer Beziehung zum Leben, d.h. der Befriedigung individueller Werte und Bedürfnisse dient.



Über die Natürliche Kommunikation empfinde ich Freude und Dankbarkeit, insbesondere weil ich lerne:

- meine Wertschätzung für die Einzigartigkeit des Lebens sprachlich auszudrücken
- auf neue, lebendige Art aufrichtig zu sein
- mein Bewusstsein für Zusammenhänge zwischen Menschen zu erweitern
- dem Frieden, der Liebe und dem Leben im Alltag zu dienen
- Verantwortung zu übernehmen auch für das „Wie ich etwas höre oder lese“



Der Unterschied am Beispiel

Um den Unterschied zwischen einer „normalen“ und einer „natürlichen“ Kommunikation zu verdeutlichen, gebe ich ein Beispiel aus dem Alltag. Wo folgende Aussage *normal* sein kann: „Du bist egoistisch, du spülst nie“, kann es *natürlicherweise* heißen: „Wenn ich die Teller und Gläser von deiner gestrigen Geburtstagsfeier heute Abend in der Küche stehen sehe, dann bin ich genervt, weil ich mir mehr Rücksicht und Ordnung in den gemeinsam genutzten Räumen wünsche. Wärst du bereit, heute Abend zu spülen?“

Bei der Natürlichen Kommunikation ist zunächst die geistige Haltung von „Vertrauen“, „Überfluss“ und „ich bin OK / du bist OK“ wesentlich. Diese Haltung und der 4-Schritte-Prozess stellen Verbindung zum Leben her, zum eigenen und zum Leben des anderen Menschen. Die Benennung wahrnehmbarer Fakten (1. Schritt) sowie der eigenen Gefühle (2. Schritt) und Bedürfnisse (3. Schritt) bezüglich dieser Fakten wirken gemeinsam mit der letzten Frage (4. Schritt), die einem selbst und dem anderen zeigt, dass Verantwortung für die Erfüllung der eigenen Bedürfnisse übernommen wird.



Die „normale“ Sprache scheint oft kürzer, zeit-effizienter und häufig verwende ich sie deshalb noch – auch weil ich es gewohnt bin – und mehr und mehr fällt mir die „natürliche“ Sprache leichter. Bei entscheidenden Situationen und Konflikten investiere ich gerne meine Zeit, um nachzuspüren, was „wesentlich“ ist in diesem Moment und ich erfahre, dass ich belohnt werde durch „Effizienz“ (weil es kaum Auswirkungen zwischenmenschlicher „Fehler“ zu korrigieren gibt), durch Leichtigkeit, Freude, Klarheit und menschliche Nähe, die in meine Beziehungen einkehren.



Natur und das Wesen Natürlicher Kommunikation: mein Bezug

In der Natur verbinde ich mich immer wieder neu mit dem Wesentlichen der Natürlichen Kommunikation. Denn im Wesentlichen ist sie eine geistige Haltung und dann erst ein Kommunikations-Prozess. In der Natur bin ich im Einklang mit der Allmächtigen, Unendlichen Macht, Kraft und Liebe und hier finde ich leicht Lösungen für Probleme, Antworten auf Fragen oder bei Konflikten auch auf Bedürfnisse: „worum geht's in der Situation, welche Bedürfnisse sind betroffen (bei mir / beim anderen).“



Natur-Erlebnisse und Natürliche Kommunikation auf Elba

Menschen zur Natur und zu neuen Wegen eines wertschätzenden Miteinanders zu inspirieren und zu ermutigen, ist mir ein Herzensanliegen. Auf Elba führe ich deshalb Menschen an Orte, an denen die Natur auf besondere Weise präsent und kraftvoll ist. Als Bio-Geografin weise ich bei Wanderungen und Ausflügen eher auf wissenschaftlich fundierte Sachverhalte hin und als Begleiterin von Natur-Erlebnissen hebe ich auch Zusammenhänge hervor, bei denen die Natur universelle Wahrheiten vorlebt, Sinnbild ist für Überfluss, natürlichen Wandel oder ewiges Leben und damit Vertrauen ins Leben schenkt; - was wiederum die Haltung, die für eine natürliche Kommunikation so wesentlich ist, stärkt.



Partnerschaftliches Lernen bei Casa Calendula

Über meine Arbeit als Begleiterin von Natur-Erlebnissen und bei Casa Calendula bin ich dankbar und glücklich, weil ich schöpferisch sein kann, d.h. Gelegenheiten und Räume kreieren kann, bei denen ein harmonisches Miteinander natürlicher Kräfte erfahrbar wird. Häufig treffen Menschen, die sich nicht kennen, Deutsche und Italiener, aufeinander, auf mich und die Natur und entwickeln sich gemeinsam mit ihrer jeweiligen Natur in den gebotenen Raum hinein, Gaben und Talente bereichern sich und gemeinsam können wir ein nicht kalkulierbares „Geschenk“ ans Leben feiern. Immer wieder darf ich erleben, wie gut ein gemeinsames Projekt gelingt, wenn *uns* gelingt, die Bedürfnisse aller Betroffenen zu hören, schwerwiegende Einwände zu berücksichtigen und gemeinsam eine Lösung zu finden, die von allen mitgetragen wird.

Partnerschaftliches und Erlebnis orientiertes Lernen sind für mich Werte und Wege, sowie Gelegenheiten, um miteinander und voneinander zu lernen, um Vertrauen zu entwickeln und unsere Gleichheit in der Einzigartigkeit zu feiern. Wir kommunizieren und sind gemeinsam auf dem Weg, niemand ist perfekt, wir entwickeln uns und lernen täglich, gemeinsam.

