

5

GRÜNDE FÜRS ENTRÜMPELN



HEUTE

GRUND 2

GEWINNE VIEL

(FREI-)

RAUM



Dass du Raum oder Platz gewinnst, wenn du Gegenstände loslässt, ist ja keine besonders originelle oder neue Idee.

Natürlich benötigt jede Sache, die bei uns im Haus, in der Wohnung oder am Arbeitsplatz einzieht, ihren Raum. Wenn du eher organisiert bist, hast du deine Dinge ordentlich aufgeräumt. Bist du eher chaotisch unterwegs, werden die Dinge eher ungeordnet irgendwo abgelegt.

Nun kann es gut sein, dass du, um Ordnung zu schaffen, Möbel wie Schränke oder Kommoden zu legen musst.

Oder du stellst sogar
Schränke in die Garage
oder den Keller, um
alles ordentlich
abzulegen. Und schon
hast du noch mehr
angeschafft, noch mehr
Raum belegt, um
Übersicht und Ordnung
zu schaffen.

Natürlich ist dies ein
Weg, sich Ordnung und
Struktur zu schaffen.
Ein anderer Weg wäre,
sich von allem zu
trennen, was nur Raum
wegnimmt, dir aber
weder das Leben
erleichtert noch dich
glücklicher macht.

Wie wäre es, wenn du
nur noch Gegenstände
um dich herum hättest,
die du wirklich benötigst
oder die du wirklich
liebst?

Wie viel Raum würde
frei?

Wie wäre es, wenn du mit
diesen Dingen so
zufrieden wärst, dass du
nicht sofort nach neuen
Dingen Ausschau halten
müsstest?

Welches Gefühl würde
dieser freie Raum in dir
auslösen?

Was genau lässt dich an
den Dingen festhalten?

Was genau hast du dir
beim Kauf der Sachen
erhofft?

Mach dich mit uns auf die
45-tägige Reise,
auszumisten und
loszulassen. Schritt für
Schritt kommst du zu
mehr Raum und mehr
freier Zeit.

Nebenbei kannst du
ergründen, was dich an
Dingen hängen lässt.

Ich begleite dich auf
dieser Reise mit Ideen,
Vorschlägen und
Anregungen, wie du zu
mehr innerer Fülle und
weniger Ballast im aussen
kommst.

Einmal in der Woche zeige
ich dir, was wir alles
gemeinsam losgelassen
haben.

Du wirst staunen.....

RÜCKBLICK 2024

Ein Beispiel einer
Teilnehmerin vom
Fasten-Entrümpeln 2024.
Weniger Ballast,
mehr Raum



MACH MIT UND LERNE
EINE NEUE ART VON
FÜLLE KENNEN



HIER BIST DU DIREKT DABEI:
FASTEN-ENTRÜMPELN 2025