



PALAST OHNE BALLAST

Das Leben entrümpeln und Klarheit finden

mehr raum mehr leben
susanne heidelinde hundertmark

www.mehrraum-mehrleben.de



Palast ohne Ballast

Das Leben entrümpeln & Klarheit finden

mehr raum mehr leben
susanne heidelinde hundertmark

Das Ziel des Aufräumens ist,
Platz zu schaffen für bedeutungsvolle Dinge,
Menschen und Erfahrungen.

Ich kann mir kein größeres Glück im Leben vorstellen,
als nur noch von Dingen umgeben zu sein,
die ich liebe.

Marie Kondo



Die Fähigkeit loszulassen,
wird dir Perspektiven eröffnen
und dir Leichtigkeit verleihen.



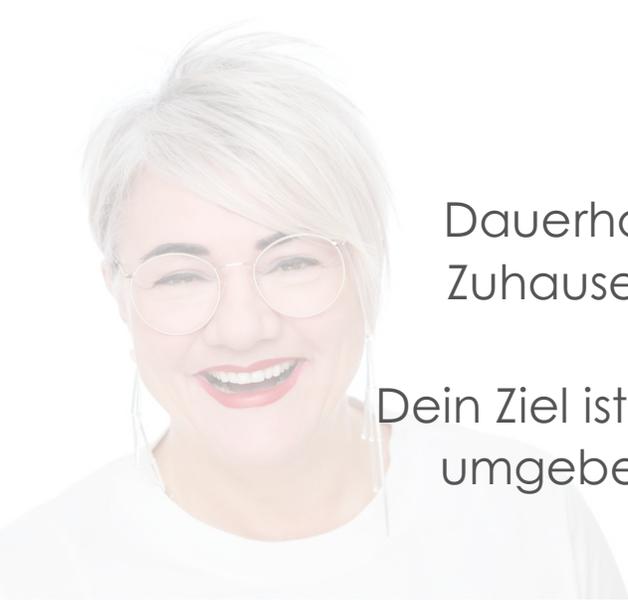
LOSLASSEN LEICHTER GESAGT ALS GETAN

- Angst vor dem Loslassen.
- Angst, etwas zu vermissen, wenn Altes losgelassen wird.
- Angst vor dem Neuen.



LOSLASSEN LEICHT GEMACHT

- Entscheide, was du liebst und was in deinem Leben noch einen Platz haben darf.
- Die Frage ist: Was darf bleiben und was darf gehen. Was gehört in die Zukunft, was in die Vergangenheit.
- Du fühlst und weißt genau, welche Dinge richtig sind.



Dauerhafte Ordnung in deinem Zuhause ist ganz leicht möglich.

Dein Ziel ist, nur noch von den Dingen umgeben zu sein, die dir Freude bereiten.



ORDNUNG

LEICHTER GESAGT ALS GETAN

- Es fällt schwer auszusortieren, man könnte es wieder gebrauchen.
- Wie entscheiden was weg kann?
- Zu wenig Platz, die Schränke und Schubladen sind bereits voll.



ORDNUNG LEICHT GEMACHT

- Überblick verschaffen, was schlummert in den Schränken?
- Den Besitz auf die Dinge zu reduzieren, die wirklich etwas bedeuten.
- Alles hat seinen festen Platz, das ist der Schlüssel zu dauerhafter Ordnung.



Dein Leben in Ordnung
zu haben und wieder Überblick zu
bekommen, verschafft Klarheit im Geist.



KLARHEIT WAS IST DAS?

- Das Chaos fühlt sich an wie ein unüberwindbarer riesiger Berg.
- Das Chaos in deinem Inneren lähmt dich und nimmt dir die Kraft zu starten.
- Du hast keinen Überblick und keine Kontrolle.

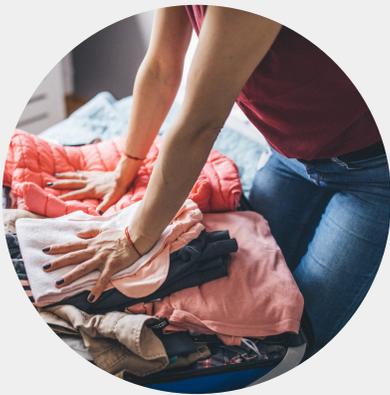


DIE WIRKUNG VON KLARHEIT

- Das Chaos im Umfeld verändert sich Schritt für Schritt.
- Das Chaos im Kopf wird sich durch die Ordnung beruhigen.
- Die Klarheit hilft einen neuen Ausblick in die Zukunft zu haben und zu wissen: Was will ich wirklich?



Befreit sein von unnötigem Ballast,
der dich hindert,
offen und frei in deine Zukunft zu blicken.



SCHWERES GEPÄCK STATT LEICHTIGKEIT

- Der Ballast auf den Schultern ist schwer.
- Bewusstsein, was dein vieler Besitz mit einem macht.
- Die Komfortzone, Glaubenssätze und die Vergangenheit haben viel Gewicht.



MEIN LIEBLINGSWORT: LEICHTIGKEIT

- Die Leichtigkeit im Inneren und im Geist stellt sich durch die äußere Ordnung ein.
- Durch weniger Ballast sich leichter und freier fühlen.
- Der Blick wird klarer.
- Reise mit leichtem Gepäck in die Zukunft.



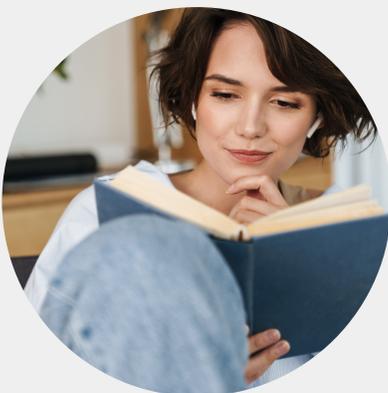
Ordnung halten wird leicht sein und wenig Zeit in Anspruch nehmen.

Dies ist deine freie Zeit.



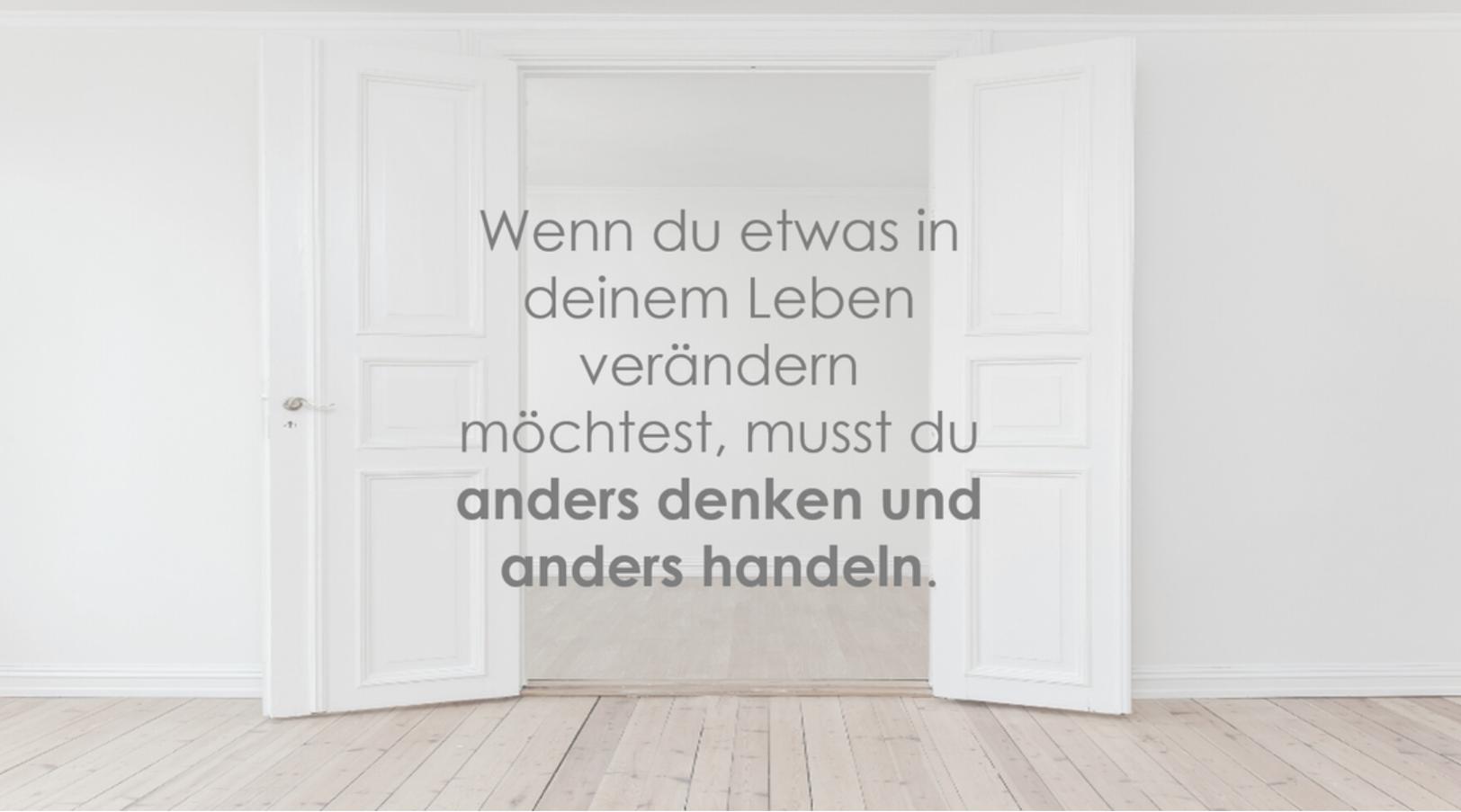
KEINE ZEIT HABEN

- Der Alltag nimmt all die Zeit in Anspruch.
- Die Zeit reicht gerade so für die Dinge, die zu erledigen sind und sicher nicht für dich.
- Die viele Arbeit stresst und macht krank.
- Die zweite Reihe dein Stammplatz?



ZEIT IST DAS WERTVOLLSTE GUT

- Alles geht leichter von der Hand im Alltag.
- Endlich mehr Gelassenheit.
- Weniger Stress, durch weniger Arbeit und durch mehr Routinen.
- ME-TIME mit gutem Gewissen.



Wenn du etwas in
deinem Leben
verändern
möchtest, musst du
**anders denken und
anders handeln.**



ORDNUNG BEGINNT

ZWISCHEN DEN OHREN

www.mehrraum-mehrleben.de

Möchtest du mehr erfahren?

Dann folge mit auf den Sozialen Medien.



Melde dich gerne bei mir, wenn du noch persönliche, individuelle Fragen hast. Ich freue mich auf den Austausch.

Kostenfreies Klarheitsgespräch unter
www.mehrraum-mehrleben.de/termin

Deine Susanne

mehr raum mehr leben
susanne heidelinde hundertmark

www.mehrraum-mehrleben.de