



Pre - Modul

Entrümpeln nach Feng Shui

„Alles um dich herum, vor allem deine häusliche Umgebung, spiegelt dein Inneres wieder. Wenn du dein Zuhause veränderst, veränderst du auch die Möglichkeiten in deinem Leben.“

„Dein Glück hängt wenig vom Besitz ab. Dinge können dir auf deiner Lebensreise helfen, aber sie sind nicht die Reise selbst.“

Zitat aus dem Buch „Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags“

Definition von Gerümpel



was wir nicht mögen und verwenden
Loswerden was keine Bedeutung für dich hat.
Damit fühlst du dich körperlich, seelisch und
geistlich leichter



was unordentlich oder unorganisiert ist
Sachen sollten ihren Platz haben, damit du alles
wiederfindest und nicht ewig suchen musst und
in Stress geratest. Sortierst du das Äußere, ordnet
sich das Innere



was unerledigt oder unfertig ist
Alles Unfertige in allen Bereichen, blockieren die
Psyche. Unfertiges spiegelt Unfertiges in deinem
Leben wieder und kostet dich laufend Energie.
Je mehr Unfertiges du ansammelst, umso stärker
behindert es dich in allem, was du tust.



zu viel in begrenzten Raum
gibt dir das Gefühl als könntest du nicht mehr
atmen. Du fühlst dich in allem was du tust,
eingeengt.

Loslassen

Beim Entrümpeln dreht sich alles ums Loslassen. Gemeint ist nicht bloß das Loslassen von Besitztümern - das ist lediglich das Endergebnis. Das Wichtigste ist, zu lernen, die Angst loszulassen, die dich dazu bringt, Dinge zu behalten, die längst hätten weiterziehen sollen.



Selbstverwirklichung

Umgebung regelmäßig auf den neusten Stand deiner eigenen Entwicklung bringen. Gerümpel hinter sich zu lassen ist ein Zeichen deines Fortschritts.



Liebe und Angst

Kann nicht am selben Ort existieren. Angst unterdrückt deine Lebensenergie. Lass los und gewinne deine Lebensenergie wieder. Loslassen macht dich frei



Gerümpel kann bares Geld kosten

1. Zeit beim Kauf
2. Suche nach geeigneten Stellplatz
3. Geld für die Aufbewahrung
4. Im extrem Fall Anbau an Haus, Dachboden, Garage
5. Kosten für Heizen, Miete, Reinigung
6. Versicherung, Sicherheitssysteme
7. am Ende kommen Zeit, Kosten und emotionale Energie fürs loswerden dazu
8. Sämtliche Kosten liegen häufig höher als der Wert der einzelnen Gegenstände

Sinn und Zweck des Geldes

Der einzige Sinn und Zweck des Geldes besteht darin, es nicht zu haben, sondern es zu benutzen.

Der Hauptgrund, Geld zu verdienen, ist, sich Erfahrungen zu ermöglichen. Am Ende deines Lebens solltest du nichts auf der Bank haben, zurückblicken und sagen: "Mein Gott, guckt euch diesen Riesenhaufen Erfahrungen an." Denn deine Erinnerungen gehen niemals verloren.

Raum für Raum & Schritt für Schritt

1. **Gehe jeden einzelnen Raum durch.** Schau was du loslassen und entsorgen kannst.
2. **Bleibe konsequent!** Halte dich an deine Entscheidungen und lass dich nicht von Sentimentalität überwältigen.
3. **Überlege**, ob der Gegenstand wirklich einen Platz in deinem Leben hat.
4. **Falls nein**, entsorge sofort den Gegenstand. Du wirst dich leichter und freier fühlen.
5. **Falls ja**, kategorisiere den Gegenstand und finde einen passenden Ort dafür. Frag dich auch warum, du's behalten möchtest oder noch brauchst? Schreib dein WARUM auf, wenn es dir schwer fällt loszulassen. Was steckt dahinter?