

Betreff: So gewinnen Sie mit wenig Aufwand neue Lebensenergie

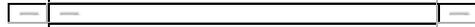
Von: simplify E-Brief <ebrief@info.orgenda.de>

Datum: Mon, 29 Dec 2008 10:01:44 +0100 (CET)

An: mwimmer@promain-software.de



So gewinnen Sie mit wenig Aufwand neue Lebensenergie



Lieber Herr Wimmer,

Ihre Wohnung oder Ihr Haus ist eine 3-dimensionale Repräsentation Ihres Lebens. Das ist die Grundidee der britischen Einrichtungs- und Lebensberaterin Karen Kingston. Innenwelt und Außenwelt entsprechen sich. Um glücklicher und einfacher zu leben, sollten Sie regelmäßig in Ihren 4 Wänden entrümpeln: Unnötiges entfernen, damit wieder mehr Raum ist für Sie selbst. Diese E-Brief-Ausgabe zeigt Ihnen, wie Sie die Wohnung Ihrer Seele reinigen.

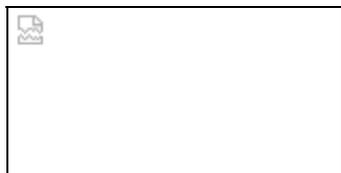
Wir wünschen Ihnen eine guten Start in das Jahr 2009!

Ihr Redaktionsteam von *simplify your life*

[Wer hätte gedacht, dass Wegwerfen so glücklich macht? ...](#)



Der Keller: Wurzeln des Gestern



Was im Fundament Ihres Hauses lagert, ist in besonderer Weise verbunden mit Ihren eigenen Wurzeln, Ihrer eigenen Herkunft und Ihren Verwandten. Wer dort unten besonders viel Zeug stapelt, das „eigentlich mal sortiert werden müsste“, hat oft ungelöste Probleme mit Eltern, Großeltern, Geschwistern etc. Wenn Sie etwas nicht wegwerfen, das früher einmal nützlich war, seit Jahren aber nicht mehr benutzt wird, kleben Sie in unguter Weise an der Vergangenheit fest. Gerümpel im Keller kann schwer auf der Seele lasten.

simplify-Rat: Der Keller ist nur für Dinge, die Sie wenigstens 1-mal im Jahr benutzen, ein sinnvoller Lagerraum. Organisieren Sie dort alles so, dass jedes Objekt unmittelbar erreichbar ist (Sie also nicht erst 3 Reihen Kisten abbauen müssen, um ans Snowboard zu kommen). Installieren Sie eine gute Beleuchtung. Säubern Sie dunkle Ecken von Staub und Spinnweben. Lagern Sie im Keller keine Kleidung, weil sie wegen der höheren Feuchtigkeit dort immer einen muffigen Geruch annimmt. Kingstons Erfahrung: Wer seinen Keller geordnet hat und luftig hält, geht häufig mit erstaunlichem Elan auf die ungelösten Beziehungsprobleme in seiner Verwandtschaft zu.



Eingangsbereich: Ihr Verhältnis zu anderen Menschen

Wie es unmittelbar hinter Ihrer Eingangstür aussieht, so wirken Sie auf andere.

simplify-Rat: Betreten Sie Ihre Wohnung, als wären Sie ein Fremder, am besten in der Jacke eines anderen. Dann werden Ihnen Dinge auffallen, die Sie im Alltag übersehen: ein unleserliches (oder gar kein!) Namensschild, herumstehende Schuhe, eine überfüllte Garderobe. Achten Sie darauf, dass sich die Türen vollständig öffnen lassen. Wenn Sie Flur und Eingang einladend und freundlich gestalten, werden Sie einfacher neue Freunde gewinnen und freuen sich auch selbst beim Betreten Ihrer Wohnung.



Endlich leben statt putzen!



Anzeige

Haben auch Sie Ihren Haushalt manchmal so richtig satt? So dass Ihnen kaum noch Luft zum Atmen bleibt? Pflichten ohne Ende, und selbst am Wochenende warten die großen Putz- und Aufräumaktionen auf Sie? Dann haben Sie jetzt Grund zur Freude! **Denn ab sofort können ständiges**

Aufräumen, Putzen, Waschen und Bügeln der Vergangenheit angehören. Garantiert!

[Lesen Sie hier, wie Ihr Haushalt endlich für SIE funktioniert! Mehr ...](#)



Wohnzimmer: Ihr Selbstverständnis



Der Hauptwohnraum war schon immer mehr als ein zweckbestimmtes Zimmer. Die „Stube“ ist gleichsam die Visitenkarte einer Wohnung. Hier werden Gäste empfangen, hier wird das eigene Selbstverständnis vorgestellt. Es ist immer auch eine Inszenierung für andere. Ein klinisch aufgeräumtes

Wohnzimmer wird dabei meist ebenso vermieden wie ein im Schmutz versinkendes Chaos.

simplify-Rat: Ihr Wohnzimmer sollte eine attraktive „Mitte“ haben, um die man sich gern versammelt. Oft stellt der Fernseher diese Mitte dar, ohne dass das eigentlich beabsichtigt ist. Dann hilft es, ihn auf einem Rollwagen zu platzieren oder mit einem Paravent o. Ä. abzuschirmen, wenn er nicht das Zentralelement dieses Zimmers sein soll. Weil das Wohnzimmer vor allem abends genutzt wird, ist die Beleuchtung entscheidend. Deckenlampen geben fast nie gemütliches Licht. Gut sind mehrere, nicht blendende Lampen in Sitzhöhe. Damit sich die Menschen hier wohl fühlen, brauchen sie bequeme Sitze. Das bedeutet für Menschen ab Mitte 40 jedoch: nicht zu weich und nicht zu tief.



Besser informieren - besser sparen!

Anzeige

Bestellen Sie jetzt den kostenlosen GeldBerater Ihres Vorsorgeportals optimal-absichern.de. Alle 14 Tage erhalten Sie die besten Tipps ...

... für Ihre Vorsorge

... zur optimalen Absicherung

... um Geld rentabel und sicher anzulegen

... zum Steuern sparen

und zahlen dafür keinen Cent. Worauf warten Sie also. Bestellen Sie JETZT den kostenlosen GeldBerater und sichern Sie sich als Geschenk den Gratis-Riester-Report.

[Hier bestellen und mit dem Geld sparen anfangen!](#)



Kleiderschränke: Ihre Außenhaut

Nur 30 % der Sachen in einem durchschnittlichen Kleiderschrank werden regelmäßig gewaschen, gebügelt, getragen und geliebt. Die anderen 70 % warten auf ein Wunder:

dass die altmodischen Jacketts wieder modern werden, dass der kratzige Pulli auf magische Weise wieder flauschig wird usw.

simplify-Rat: Trennen Sie sich von Kleidungsstücken, die Ihnen zu eng sind und in die Sie sich durch eine Schlankheitskur wieder hineinhungern möchten. Das klappt so gut wie nie. Geben Sie zu kleine Sachen weg, und kaufen Sie sich Kleidung, in der Sie sich wohl fühlen. Sagen Sie zu Ihrem Bauch nicht: „Ich hasse Dich, Du musst weg“, sondern: „Lieber Körper, es ist wunderbar, wie Du mir so viele Jahre treu gedient hast. Als Dank möchte ich Dich in Bestform bringen.“ Das motiviert viel besser!



Gratis-Haushaltstipps



Buchtipps Karen Kingston: Feng Shui gegen das Gerümpel des Alltags



Richtig ausmisten. Gerümpelfrei bleiben.

'rororo Taschenbücher'. Neuausgabe. s/w. Fotos, Abbildungen.

Übersetzt von Alfred Knödler

Rowohlt Taschenbuch Verlag

Januar 2003 - kartoniert - 144 Seiten

9,95 EUR

[Bestellen Sie gleich hier....](#)



Mehr davon!



Möchten Sie noch mehr interessante E-Mail-Newsletter entdecken?

[Dann klicken Sie hier](#)

Dieser kostenlose simplify E-Brief ist ein Service von:

www.simplify.de simplify your life: Einfacher und glücklicher leben

Kontakt:

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns eine E-Mail: info@simplify.de

Weiterempfehlen

simplify E-Brief [weiterempfehlen](#)

Adresse ändern

Ihre E-Mail-Adresse hat sich geändert? Dann klicken Sie bitte [hier](#).

Anmelden

Haben Sie diesen Newsletter von einem Freund bekommen?

Klicken Sie hier, um sich für den kostenlosen simplify E-Brief [anzumelden](#)

Abbestellen

Falls Ihnen unser Angebot nicht zusagt und Sie sich wieder abmelden möchten oder Sie unwissentlich von einem Dritten angemeldet worden sind, klicken Sie einfach den nachfolgenden Link an und Sie werden automatisch abgemeldet:

[abbestellen](#)



Sie erhalten diesen E-Mail-Newsletter an die Adresse mwimmer@promain-software.de.

Impressum

Dieser Newsletter ist ein kostenloser Service des

Orgenda Verlags für persönliche Weiterentwicklung

ein Unternehmensbereich der
VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG
Theodor-Heuss-Str. 2-4
D-53177 Bonn
Tel.: 02 28 - 95 50 140
Fax: 02 28 - 36 96 001

USt.-ID: DE812639372 | Amtsgericht Bonn, HRB 8165 | Vorstand: Helmut Graf

ISSN 1863-5261

© VNR Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG