



Mach's dir leichter!



mal nur zur Seite zu legen. Würde ein Zimmer reichen? Ich glaube es nicht.

Die Frage ist: WARUM TUN WIR DAS? Wir brauchen diese Sachen nicht, sie verstellen uns den Platz, füllen unsere Schränke und sind zu nichts zu gebrauchen.

Können Sie sich davon trennen? Vielleicht haben Sie darüber ja noch gar nicht nachgedacht? Ihr Kleiderschrank – ein Quell reiner Freude? Oder wollten Sie immer schon einmal aussortieren? Oder der Schuhschrank – die Winterstiefel, die schon jahrelang für nasse Zehen sorgen, jedes Jahr landen sie wieder im Schrank, anstatt auf dem Müll. Denn sie haben ja so gut gepasst.

Werner Tiki Küstenmacher, Bestsellerautor von „Simplify your life“ schreibt: „30 Prozent aus unserem Kleiderschrank lebt, wird gebraucht, immer wieder gewaschen und gebügelt, die

restlichen 70 Prozent warten auf ein Wunder!“ Sie warten, dass die Hose, der Rock wieder irgendwann passen, dass die tolle zwanzig Jahre alte Jacke wieder modern wird, das Hochzeitskleid einmal die Tochter tragen wird...

Eine Bekannte wird demnächst eine herrliche, sonnige, aber kleine Wohnung beziehen. Bis jetzt hatte sie ein zweistöckiges Haus zur Verfügung. Was wird sie wohl mitnehmen? Sie wird gezwungen werden, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren. Es ist ihr ausdrücklicher Wunsch, zentraler, sonniger zu wohnen. Es wird ihr sicher nicht leicht fallen, eine Sortierung zu treffen, aber es ist ein Prozess, der sicher viel zur Klärung beiträgt.

Damit meine ich auch eine Klärung im Bewusstsein. Das gehört für mich auch dazu. Gedankenmüll behindert uns genauso wie ein voller Kleiderschrank!

Können Sie sich vorstellen, dass Sie in Ihrem Haushalt rund 10 000 (ZEHN-TAUSEND) Dinge bunkern? Fangen Sie an zu zählen, Sie werden vor Stauen den Mund nicht mehr zu kriegen. Ich weiß, es wäre viel zu viel Arbeit, die Dinge, die wir nie verwenden, ein-

IHR SPEZIALIST FÜR VERGRÖßERENDE SEHHILFEN

Leiden Sie unter Maculadegeneration?

In vielen Fällen können wir durch Spezial-Sehhilfen eine Verbesserung der Lesesituation erreichen, Schwierigkeiten in der Alltagsbewältigung entgegenwirken und damit zusammenhängend eine Steigerung der Lebensqualität für Sie erreichen.

Wir lösen Ihre Sehprobleme auch bei Ihnen zu Hause!



RIEDL Meisteroptik
Untere Marktstraße 19/6
4822 Bad Goisern am Hallstättersee
0650 / 2809226
office@riedl-meisteroptik.at



**Unsere
Öffnungszeiten:**
Dienstag bis Freitag
8:30 Uhr - 12:00 Uhr
14:00 Uhr - 18:00 Uhr
Samstag
08:30 Uhr - 12:00 Uhr



f Riedl Meisteroptik
@ [riedl_meisteroptik](https://www.instagram.com/riedl_meisteroptik)
www.riedl-meisteroptik.at

Die Hitliste der Gedanken, die das Leben sehr schwer machen:

- Ich bin nicht gut genug.
- Ich bin nicht perfekt genug.
- Habe ich heute genug geleistet?
- Warum habe ich so und nicht anders entschieden?
- Wenn ich doch damals anders gehandelt hätte...
- Das vergesse ich nie...
- Ja, wenn meine Kindheit besser gewesen wäre, dann...
- Ich war ja nicht erwünscht (bitte, wer von uns war ein echtes Wunschkind?)
- Meine Mutter hat mich nie geliebt.
- Ich fühle mich immer schuldig.
- Ich bin für alles verantwortlich.
- ... und so weiter!

Das ist und bleibt Müll, der uns nur belastet. Auch hier sollten wir es uns leichter machen und genau überlegen: wo sind denn noch solche Gedanken, die mich immer wieder behindern? Schreiben Sie auf, welche Gedanken immer wieder kreisen und quälen und prüfen Sie, ob sie denn noch Gül-

tigkeit haben? Ist doch meist Schnee von gestern!

Wir alle haben im Leben schon so viel geschafft, entlassen wir doch diese Gedanken, die schon längst überholt sind. Wir könnten unsere Gedanken ja beobachten und lächeln, wenn sie kommen und sagen: „Ach, da bist du ja wieder, nun kannst du in Ruhe gehen, du bist nicht mehr wichtig!“

Und die materiellen Dinge, die zwar noch schön, aber für uns nicht mehr brauchbar sind, können noch gute Dienste leisten:

- für Bücher gibt es die Telefonzellen oder Büchereien
- Männerkleidung nimmt gerne der VINZI Verein. www.vinzirast.at
- Flohmärkte freuen sich über brauchbare Sachen
- auch in jeder Pfarre kennt man Menschen, die sich über diese Dinge freuen
- im Netz gibt es viele Portale, wo man vieles verkaufen kann

Wenn man weiß, dass diese brauchbaren Sachen, die man ja einmal geliebt hat, gut verwertet werden, fällt es schon viel leichter sich davon zu trennen.

So wünsche ich fröhliches Sortieren im Innen und Außen und eine schöne Zeit!

Ihre Edeltraud Haischberger

Edeltraud Haischberger

**Seminarleiterin
Buchautorin**

Bücher:

*Frau, stell dich auf die Füße
Sag JA zum Nein
Klare Grenzen setzen im Alltag!*

www.edeltraud-haischberger.at

Schulstartaktion

- 10% auf Wolle und Zubehör

Alles rund um das Thema
Textiles Werken

- ▶ Schulwolle
- ▶ Nadeln
- ▶ Scheren
- ▶ Maßband
- ▶ Strick,- Häkel,- Nähzubehör



Mundschutz selber nähen!

Komplettpaket

für 3 Stück

Mund-Nasen-Schutz

12,95

hagebau EISL baumarkt
bauzentrum
gartencenter

Bad Ischl, Wolfgang Str. 35, www.eisl-baumarkt.at, Tel. 06132/25001
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8.00 bis 18.00 Uhr & Sa. 8.00 bis 13.30 Uhr



Aktion gültig 14. September 2020