

Besitzer-Projekt: Entschlackung der Bude

„Besitz ist Leim“, sagt Manfred Hinrich. Wie alle Kompetenzen kann uns die von mir so genannte **Besitzer-Kompetenz** glücklich oder unglücklich machen. Um **Besitzer** auf Glückskurs zu lenken, umgeben wir uns nur mit Dingen, die uns wirklich erfreuen. Nach diesem Kriterium misten wir aus. Jeden einzelnen Gegenstand beurteilen wir, um ihn entweder zu behalten oder einer anderen Bestimmung zuzuführen. Sind wir nur noch von uns erfreuenden Objekten umgeben, wirkt sich das positiv auf unser Lebensgefühl aus. Eine entsprechende Resonanz entsteht. Das ist viel erfüllender als von Irgendwie-brauchbar-Kram umgeben zu sein in einem Irgendwie-Leben. Ok. Ich übertreibe etwas, aber du verstehst, was ich meine.



Foto: Héliène Van den Kerchove

Um unseren Besitz noch leichter entschlacken zu können, lassen wir uns von Martin Heidegger und Gertrude Stein ermutigen:

„Der Verzicht nimmt nicht. Der Verzicht gibt. Er gibt die unerschöpfliche Kraft des Einfachen.“ (Heidegger)

Und: „Zu wenig ist ebenso viel wie zu viel.“ (Stein)

In einer entschlackten Bude zu wohnen heißt, in einem entschlackten Leben zu sein.

Unterscheide zwischen dem, was dich glücklich macht und dem Krempel, der keine Freude triggert.

Was es dir bringt ...

Die 12 Projekte dieses Trainings sind Anregungen für die gezielte Entfaltung deiner Kompetenzen, d.h. für die Steigerung deiner Lebensfreude. Ziel ist letztlich, sich zu erkennen, sich gerecht zu werden und sich zu lieben. Darum geht es in meinem Buch „Wer sich liebt, umarmt die Welt“. Ich präsentiere dir das menschliche Potenzial unterteilt in zwölf Hauptkompetenzen. Du kannst sie genau orten und durchschauen, um dann selber die Weichen für ein noch freieres und wirklich erfülltes Leben zu stellen.

