

eload **24**

Werden Sie los,  
was Sie belastet!

**simplify**® *your life*

Klicken, Lesen, Weitermachen. So einfach geht das.

Rubrik **Lifestyle**  
Thema **Befreiungsschläge**  
Umfang **46 Seiten**  
eBook **00991**  
Autor **Orgenda Verlag für  
persönliche  
Weiterentwicklung**

Wir möchten Sie mit diesem eBook ermutigen: Befreien Sie sich! Werden Sie los, was Sie belastet! Ertragen Sie die kleinen und großen Unerträglichkeiten Ihres Lebens nicht länger! Wir möchten Ihnen Anregungen geben für solche Befreiungsschläge in allen Lebensbereichen.





# Werden Sie los, was Sie belastet!

## **eload24 AG**

Sonnenhof 3  
CH-8808 Pfäffikon SZ

info@eload24.com  
www.eload24.com

Copyright © 2009 eload24 AG  
Alle Rechte vorbehalten.

Trotz sorgfältigen Lektorats können sich Fehler einschleichen. Autoren und Verlag sind deshalb dankbar für Anregungen und Hinweise. Jegliche Haftung für Folgen, die auf unvollständige oder fehlerhafte Angaben zurückzuführen sind, ist jedoch ausgeschlossen.

Copyright für Text, Fotos, Illustrationen:  
Orgenda Verlag für persönliche Weiterentwicklung – Unternehmensbereich der Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG

Coverfoto: © luxuz::: – Photocase.com

## Inhalt

Werden Sie los, was Sie belastet! .....	3
Wie Sie loswerden, was Sie belastet!.....	4
Umkehren oder weitermachen? .....	10
Befreien Sie sich von Gerümpel .....	13
Befreien Sie sich aus der Schuldenfalle .....	17
Befreien Sie sich von Ihren Papierstapeln.....	21
Befreien Sie sich aus der Zeitfalle .....	25
Befreien Sie sich vom Altwerden .....	29
Befreien Sie sich von verjährten Beziehungen.....	32
Befreien Sie sich von der Vorwurfsfalle .....	36
Befreien Sie sich vom Perfektionismus.....	39
Abbé Pierre.....	43

## Werden Sie los, was Sie belastet!

Sie haben im Laufe Ihres Lebens vieles erworben, was Ihr Leben reich macht und Ihnen wichtig ist: Wissen, soziale Kompetenzen, vielleicht einen Partner, eine eigene Familie, gute Freundschaften, kleine und große materielle Besitztümer. Daneben aber hat sich auch etliches angesammelt, was Sie belastet: nicht gelungene Beziehungen, verblühte Freundschaften, schlechte Gewohnheiten, suchtähnliche Abhängigkeiten, unnütze Dinge, finanzielle Schulden, gesundheitliche Altlasten. Manchmal werden diese Belastungen so stark, dass sie das Wesentliche zu ersticken drohen.

Wir möchten Sie mit diesem eBook ermutigen: Befreien Sie sich! Werden Sie los, was Sie belastet! Ertragen Sie die kleinen und großen Unerträglichkeiten Ihres Lebens nicht

länger! Dazu brauchen Sie Ihr Leben nicht auf einen Schlag umzukrempeln, sondern können es in kleinen Schritten entrümpeln – und werden bei jedem Schritt freier. Wir möchten Ihnen Anregungen geben für solche Befreiungsschläge in allen Lebensbereichen.

Damit Sie Lust bekommen, sich aufzumachen, beginnen wir mit einer Art Zielbeschreibung, einer farbigen Vision des Glücks, das auf Sie wartet und das Sie sich verdient haben. Wann beginnen Sie, die Hindernisse aus dem Weg zu räumen?



Die Inhalte aus diesem eBook stammen aus dem Repertoire des Beratungsdienstes *simplify your life*. Sie erfahren, wie Sie mit der *simplify*-Methode einfacher und glücklicher leben. Alle Tipps sind sofort umsetzbar.