

MINIMALISMUS

ist der Schlüssel zum Glück



Minimalismus ist der Schlüssel zum Glück

[Minimalismus pur: Ballast über Bord werfen befreit!](#)

[Minimalismus pur - Warum weniger bedeutend mehr ist](#)

[Minimalismus pur heißt nicht auf Luxus zu verzichten](#)

[Minimalismus pur - Jeder entscheidet selber wie weit er geht](#)

[Minimalismus als Lebensprinzip & Lebensstil](#)

[Was ist Minimalismus?](#)

[Befreien von Ballast und den Wunsch nach einem einfachen Leben](#)

[Chancen und Vorteile die ein minimalistisches Leben mit sich bringt](#)

[Minimalismus ist ein Vorgang, kein Zustand!](#)

[Minimalismus im Alltag: Vereinfache bewusst deine Alltagsroutine](#)

[Wieso die Quantität wächst und die Qualität leidet](#)

[14 Minimalismus-Strategien die bewusst Freiräume im Alltag schaffen](#)

[Minimalismus in den eigenen Wohn\(t\)räumen](#)

[\(Frei\)Raum mit Köpfchen, System und Ausdauer schaffen](#)

[Die folgenden Grundsätze zu befolgen, ist schon die halbe Miete](#)

[Nimm jeden Gegenstand in die Hand und stelle gezielt diese Fragen](#)

[Aller Anfang ist schwierig - Einfache Methoden zum Aussortieren](#)

[Wohin mit den ganzen Aussortierten Sachen?](#)

[Reise zu deinem perfekten Kleiderschrank & Modestil](#)

Lasse dich nicht von Mitmenschen oder der Modeindustrie manipulieren?

Der Weg zum Kleiderschrank voll mit Lieblingsklamotten

Schritt-für-Schritt zum Minimalismus im Kleiderschrank mit der Stapel(Haufen)-Methode
Tipps wie die nächste Shopping-Tour nicht zur Konsumorgie wird

Minimalismus und die lieben Finanz(angelegenheit)en
Die fixen Einnahmen und Ausgaben unter die Lupe nehmen

Geld (ein)sparen durch rationales Kaufverhalten und bewusstes Konsumieren

12 minimalistische Geld-Spar-Tipps im Alltag für jeden

Monatliche Budget-Planung: Was kostet die Welt?

Minimalismus im Büro & Home Office

Den Arbeitsplatz minimalistisch gestalten - so geht's!

Zeitmanagement: Zeitfresser eliminieren und die Zeit effizienter einteilen - so geht's!

To-Do-Listen vereinfachen den Arbeitstag - so geht's

Schritt-für-Schritt die Zeitdiebe im Büroalltag beseitigen und die Zeit effizient nutzen

Minimalistisch auf (Welt)Reisen mit Handgepäck

Minimalistisch auf Reisen mit ein bisschen Handgepäck

Die Vorteile nur mit einem Rucksack auf Tour zu sein sind reichlich

Impressum

Minimalismus pur: Ballast über Bord werfen befreit!

Minimalismus pur - Warum weniger bedeutend mehr ist

Konfuzius hat mal gesagt: Das Leben ist einfach, aber wir bestehen darauf, es kompliziert zu machen. In diesen Worten steckt viel Wahrheit. Viele Menschen laden sich zu viel auf privat wie beruflich, sie stehen dadurch ständig unter Strom. Einige finden keinen Weg aus dem Dauerstress, der sogar krank machen kann. Ich habe Tipps und Ratschläge für ein minimalistisches Leben für euch zusammengetragen, mithilfe derer ihr euer Leben entschleunigen und unkomplizierter gestalten könnt. Das Beste daran: Ein paar davon lassen sich bereits innerhalb einer Stunde umsetzen!

Anhänger des Minimalismus begünstigen das einfache Leben: Wenig Konsum, übersichtlicher Kleiderschrank, Nahrungsmittel ohne Verpackung. Zu Beginn der Bewegung vor ungefähr zehn Jahren mussten sich minimalistische Personen vorwiegend über Blogs im Netz austauschen. Inzwischen gibt es in vielen deutschen Orten regelmäßige Zusammentreffen.

Darüber hinaus denke ich das Minimalismus sogar einen gewissen Reiz hat. Die Vorzüge liegen ja klar auf der Hand. Weniger unnötige Sachen, weniger Ablenkung, bessere

Tatkraft und Tatwille, und so weiter. Also für den ein oder anderen wahrscheinlich ein super Bedingung.

Minimalismus pur heißt nicht auf Luxus zu verzichten

Minimalistisch leben heißt ganz und gar nicht, dass Du in einer weißen Wohnung leben und Dein Auto verkaufen, oder Dich von Deinem Sparguthaben losbinden und auf den Urlaub und die Freizeitaktivitäten verzichten musst. Besser gesagt schaffst Du Freiraum in Deinem Leben, in dem Du die Befreiung von unnötigen Zeug von Ballast und auch seitens Zweckbeziehungen, die Du bisher als Kamerad- / Freundschaft bewertet hast, suchst. Du lebst nicht unbedingt mit weniger, statt dessen trennst Du Dich von unnötigen Dingen und findest damit mehr Zeit, Dich auf die wirklich wichtigen Elemente in Deinem Leben zu fokussieren. In der Konfrontation von einem Kleiderschrank voll mit kaum getragener Mode oder 100 Paar eleganten Schuhen und einer Freundschaft, einer großen Liebe oder Abenteuern im Alltagstrott wirst Du nicht lange Zeit überlegen müssen, was Dir mehr bedeutet und worauf Du wirklichen Wert legst. Exakt hierbei greift das Prinzip des Minimalismus und Du kannst ebenso wie eine körperliche wie innere Befreiung durchführen, in dem Du Dich von weniger wichtigen Dingen trennst und Deine Energie in Deine Beziehung, die Kameradschaft oder Deine Aktivitäten in der Freizeit steckst.

Minimalismus geht nicht nur mit der Erlösung von unnötigen Sachen, stattdessen auch mit einem überlegten und achtsamen Selbstmanagement einher. Hand aufs Herz: wie viel finanzielle Mittel hast Du zum Beispiel im letzten