



**„ICH LEBE
JETZT
MEINEN
TRAUM.“**

JASMINE DÜNKER IST MOM VON ZWILLINGEN UND ENDLICH IM LEBEN DORT ANGEKOMMEN, WO SIE IMMER SEIN WOLLTE. SIE SCHAFFT ES FAMILIE UND BERUFLICHE ERFÜLLUNG SO VERTRÄGLICH UNTER EINEN HUT ZU BEKOMMEN, DASS KEINER BENACHTEILIGT IST UND ALLE GLÜCKLICH SIND, SAGT SIE. DAZU HAT SIE IHR LEBEN EINMAL KOMPLETT UMGEKREMPELT.

MM: Du hast dich beruflich neu aufgestellt. Für, wegen oder trotz deiner Kinder?

Jasmine: Für, wegen und trotz meiner Kinder habe ich den beruflichen Neustart gewagt, nachdem ich festgestellt hatte, dass es so, wie es war, nicht mehr weitergehen konnte. Ich wurde zwar erst von allen Seiten belächelt, aber heute fragt mich fast jeder: „Wie machst du das?“ Ich lebe jetzt meinen Traum, das ist großartig und motiviert mich jeden Tag hundert Prozent zu geben und geben zu können.

MM: Du bist der erste KonMari Consultant in Deutschland. Wie bist du dazu gekommen?

Jasmine: Alles fing damit an, dass ich Marie Kondos Buch „Magic Cleaning“ geschenkt bekam. Zuerst war ich empört und etwas gekränkt, denn bei mir war es immer ordentlich, nur hatte ich das Problem, dass ich aus dem Aufräumen gar nicht mehr heraus kam. Nach den ersten paar Seiten war mir klar, dass diese Methode der Schlüssel ist. Ich konnte kaum das Ende des Buches abwarten, endlich unseren Haushalt auszumisten. Es ist einfach unvorstellbar, was sich im Laufe der Zeit alles ansammelt, welchen Ballast wir mit uns herumschleppen. Nachdem

„ICH LEBE JETZT MEINEN TRAUM, DAS IST GROSSARTIG UND MOTIVIERT MICH JEDEN TAG HUNDERT PROZENT ZU GEBEN UND GEBEN ZU KÖNNEN.“





3 TIPPS VON ORDNUNGS- COACH JASMINE FÜR MOMS

1) VISUALIERE WIE DU LEBEN MÖCHTEST. JE KLARER DEIN BILD IST, DESTO EINFACHER IST ES DEN BALLAST ABZUWERFEN.

2) SORTIERE IMMER NACH KATEGORIEN (KLEIDUNG, BÜCHER, DOKUMENTE, KÜCHEN/BAD/KELLER/GARAGE UND PERSÖNLICHES) UND NICHT NACH RÄUMEN UND SCHRÄNKEN.

3) BEHALTE NUR WAS DIR WICHTIG IST, WAS DICH GLÜCKLICH MACHT UND WAS DU ZUM LEBEN BRAUCHST.

ich alle fünf Ordnungskategorien abgearbeitet hatte, fühlte ich mich unfassbar erleichtert und gereinigt und seitdem habe ich eine unglaubliche Energie. Das hat mich dazu bewogen, mich als KonMari Consultant ausbilden zu lassen, um möglichst vielen anderen Menschen diese Methode und Philosophie zu vermitteln und sie zu unterstützen, ihr Leben positiv zu gestalten.

MM: Ordnung ist das halbe Leben. Wie siehst du das?

Jasmine: Wer kennt diesen Satz nicht? Als Kind konnte ich ihn nicht mehr hören, aber daran ist so viel Wahres. Wir Menschen brauchen Ordnung, Struktur und Regeln, die uns Sicherheit geben und uns zu innerer Balance verhelfen. Aber die Ordnung alleine macht es natürlich nicht, denn es ist nicht hilfreich, das Chaos einfach nur aufzuräumen, dann kommt es in kürzester Zeit wieder zurück. Wichtig ist, mit dem zu leben, was man mag und was einfach notwendig ist, wie z.B. Schraubenzieher. Die Dinge, für die wir uns entschieden haben, benötigen einen festen Platz, an den sie nach Gebrauch zurückgelegt werden. Aller anderer Ballast darf gehen. Und so muss man nie wieder aufräumen. Es herrscht innere und äußere Ordnung.