

Betreff: Wie geht's dir – wirklich?

Datum: Mittwoch, 11. März 2026

Zwischenraum

Impulse für bewusstes Wirken im Business

Hallo Mandy,

vor vielen Jahren, als ich noch mitten im Familienleben mit zwei Söhnen und freiberuflicher Arbeit steckte, traf ich mich an einem der seltenen freien Abende mit einer guten Freundin. Sie fragte mich, wie es mir ginge. Ich antwortete spontan: „Gut.“

Eine einfache Frage

Doch sie blieb hartnäckig und fragte noch einmal: Wie es mir wirklich gehe. Ich verstand die Frage nicht – oder wollte sie vielleicht nicht verstehen. War ich doch froh, wenn ich den Tag überstanden und die wichtigsten Aufgaben erledigt hatte. Wenn alle gesund waren und es in der Schule der Jungs keine größeren Themen gab, dann ging's mir doch gut. Oder?

Wenn im Außen alles stimmt

Einige Jahre später war ich an einem ganz anderen Punkt in meinem Leben. Meine Selbstständigkeit als PR-Beraterin lief gut. Von außen betrachtet war eigentlich alles „perfekt“. Und doch fühlte es sich manchmal so an, als würde das Leben ein wenig vor sich hinplätschern.

Da tauchte sie wieder auf, diese Frage: *Wie geht's dir wirklich?*

Und plötzlich war da eine leise Unruhe. Was wollte ich eigentlich wirklich mit meinem Leben anfangen? Was war mein Purpose?

Die Schleifen des eigenen Wegs

Ich begann, mich umzuschauen, ließ mich inspirieren und stellte vieles infrage. Der Weg war nicht geradlinig. Es gab Schleifen, Umwege, neue Ideen und wieder verworfene Richtungen.

Heute sehe ich darin einen wichtigen Teil meines Wegs. Denn genau über diese Erfahrungen habe ich für mich entdeckt, was mich wirklich antreibt: Menschen auf ihrem Weg zu einem bewussteren Business und Leben zu begleiten.

Wenn ein neues Kapitel beginnt

Gerade jetzt fühlt es sich so an, als würde sich daraus noch einmal etwas

Neues entfalten. Gemeinsam mit meiner Kollegin Svenja Neupert entsteht ein Retreat, das genau diesen Fragen Raum geben möchte: „Frei & Echt“.

Für mich ist dieses Projekt mehr als einfach ein weiteres Angebot. Es fühlt sich eher an wie ein neuer Abschnitt. Vielleicht kennst du das Gefühl, wenn sich etwas gleichzeitig nach Aufbruch und nach Ankommen anfühlt.

Ein Ort für neue Klarheit

Beim Retreat *Frei & Echt* im Mai an der Algarve schaffen wir einen Raum für Frauen, die sich selbst und ihrem Weg wieder näherkommen möchten. Nicht im Sinne von „höher, schneller, weiter“, sondern mit Zeit zum Innehalten, zum Spüren und für ehrliche Fragen.

Manchmal hilft es, kurz innezuhalten und hinzuspüren:

🌀 Welche Frage stellt Dir das Leben gerade leise – auch wenn Du sie noch nicht beantworten kannst?



🎥 Gespräch mit Svenja Neupert

Wenn Du einen Eindruck von unserer Haltung und dem Hintergrund dieses Retreats bekommen möchtest, hör Dir gerne unser Gespräch an. Dort erzählen wir, wie diese Idee entstanden ist und was uns dabei wirklich wichtig

ist.

Zum Video

Eine Einladung

Wenn Dich diese Fragen gerade selbst begleiten, laden wir Dich herzlich zu unserem kostenfreien Webinar am Dienstag, 17. März, um 19 Uhr ein. Dort teilen wir Impulse und Reflexionsfragen zur eigenen Ausrichtung und geben Einblick in unsere Arbeit rund um innere Klarheit und stimmiges Wirken. Außerdem stellen wir unser Retreat „Frei & Echt“ vor.

Webinar "Frei & Echt"

Vielleicht nimmst Du Dir in den kommenden Tagen einen Moment, um Dir diese Frage selbst zu stellen. Und hörst einen Augenblick lang wirklich hin.

Von Herzen

Mandy 🐼



ahlendorf communication
Mandy Ahlendorf
Hermann-Roth-Str. 1
82065 Baierbrunn
Deutschland

+49 89 41109402
hallo@mandyahlendorf.com