



LEKTION 9

AUS DEN AUGEN – AUS DEM SINN?

Verlieb' Dich neu in...Ordnung
Aufräumen mit Ariane Grünler
Urheberrechtlich geschützt ©Ariane Grünler

Großzügig entrümpeln

Im Keller, Dachboden, Abstellraum und auch in der Garage hilft häufig nur ein „Rundumschlag“ – am besten nach dem Prinzip „kurz und schmerzlos“.

Es gibt Unternehmen, die sich darauf spezialisiert haben:

- Entsorgungsfirmen: hier wird Dir für ein Pfand ein Container zur Verfügung gestellt und nach Gewicht abgerechnet.
- Entrümpelungsdienstleister: hier wird der Raum auf Wunsch komplett geleert.

Wenn Du lieber selbst Hand anlegen möchtest, setze einen angemessenen Zeitrahmen fest, damit es nicht zu never-ending-Story wird.

Du kannst auch z.B. eine Entrümpelungsparty mit Freunden anberaumen, die z.B. an einem bestimmten Wochenende stattfindet. Setze ein klares Ziel fest und kommuniziere es auch allen, die Du eingeladen hast. So wächst die Verpflichtung und damit einhergehend auch die Umsetzung bzw. das Ergebnis.

Sortiere nach folgendem Schema:

1. Dinge, die Du unbedingt behalten willst
2. Dinge, die Du in sehr absehbarer Zeit z.B. bei Ebay oder bei einem Hofflohmarkt verkaufen willst
3. Dinge, die Du verschenken willst
4. Dinge die schlichtweg entsorgt werden

So nutzt Du die freigewordenen Flächen sinnvoll:

Keller:

Unterirdische Lagerung von Krempel symbolisiert Deine Vergangenheit und Dein Unterbewusstsein. Ein vollgestopfter Keller steht für Angelegenheiten aus der Vergangenheit, die nicht bearbeitet wurden. An der Zeitspanne, *wie lange* der Krempel schon dort unten lagert, kannst Du erkennen, wie lange Du Dich schon vor der Konfrontation mit diesen Angelegenheiten drückst.

Selbstverständlich ist ein trockener Keller ein wunderbarer Lagerraum. Aber nur für Sachen, die Du mindestens einmal im Jahr benutzt. Ordne hier alles so an, dass jeder Gegenstand direkt erreichbar ist und dass Luft und Energie zirkulieren könne. Ein aufgeräumter, heller und luftiger Keller macht Dich heiter, mutig und versetzt Dich in eine positive und „aufgeräumte“ Grundstimmung. Du wirst merken, dass Du Dich dann auch mit frischer Energie an die *Klärung der oben beschriebenen Angelegenheiten* machen kannst.

Dachboden:

Menschen mit einem vollgestopften Dachboden neigen häufig dazu, sich mehr Sorgen um die Zukunft zu machen, als andere Menschen. Es ist, als würde ihre Probleme wie ein Damoklesschwert über ihnen hängen und die Angst ist groß, dass es jederzeit herunterstürzen könnte.

Der Dachboden steht für Deine Visionen, Deine Selbstentfaltung, für Kreativität und frische Ideen. Ein schön ausgebautes Dachgeschoss ist der beste Raum für kreative Tätigkeiten, wie Malen oder Schreiben. Wenn Du planst Dir ein Home Office einzurichten, ist der Dachboden dafür der beste Platz. Sollte Dein Dachboden nicht ausbaufähig sein, halte ihn idealerweise einfach nur leer, denn das wirkt sich ebenso positiv auf die „Oberstübchen“ aller Bewohner aus.

Abstellraum:

Der Abstellraum in der Wohnung steht für die persönliche Freiheit. Alles, was hier steht, und nicht in Benutzung ist, wirkt wie ein Klotz am Bein und bremst Deine Lebensfreude und Kreativität. Wenn Deine Lebensumstände eine solche Rumpelkammer absolut erfordern, dann räume sie wenigstens auf und ordne alles, was Du dort lagerst. Halte die Dinge sauber und in geordneter Form. Lüfte regelmäßig und lass die Zimmertür öfter einmal geöffnet.

Garage:

Carports und Garagen sind die Freude eines jeden Gerümpelfreaks. Sie bieten jede Menge Lagerraum für alles, was sich nicht mehr ins Haus reinquetschen ließ. Passionierte Hamsterer parken ihre teuren Autos, ohne mit der Wimper zu zucken bei jedem Wetter vor der Garage nur damit ihr wertloser Krempel sicher und trocken steht.

Garagen können selbstverständlich dazu genutzt werden, um Sachen darin unterzubringen. In keinem Raum kannst Du das Shaker-Prinzip so konsequent einsetzen, wie in der Garage. Hänge so viel wie möglich an die Wand! Winterreifen, Dachgepäckträger, Werkzeug, Kanister, Putzmittel und vieles andere ist am besten auf Regalbrettern aufgehoben.

Ich hoffe sehr, dass es bei Dir „klick“ gemacht hat und Du Dich nicht länger davor drückst diese Räume schleunigst zu entrümpeln. Du kannst darauf bauen: Es ist der Schlüssel zu einem völlig neuen, befreiten und glücklichen Lebensgefühl.

Also geh es an jetzt...es ist **Dein** Leben!

von Herzen,
Ariane

