

Entrümpeln

Beitrag von „Zirkuskind“ vom 15. Juli 2016 19:54

Hallo Piksieben,

du sprichst mir aus der Seele. Auch mir ist (immer wieder) mein Leben und meine Wohnung zu voll.

Ich möchte so viel machen (wie du auch: Hobbies, Musik, Backen, Kosmetika machen, endlich nähen lernen...) und komme zu so wenig. Und jetzt mit zwei kleinen Kindern ist es natürlich nicht besser geworden. Mein Keyboard blieb jahrelang ungenutzt. Ich habe es zu meinen Eltern ausquartiert, damit ich nicht immer ein schlechtes Gewissen bei seinem Anblick bekomme. Man kann also wohl wirklich Hobbies (zumindest zeitweise) aus seinem Leben auslagern, muss es ja nicht gleich ganz "wegwerfen".

Was mir ansonsten hilft, ist kleine "Dates" mit mir selbst abzumachen. Termine, die frei sind (bei mir vor allem kinderfrei) aber ohne Verpflichtung. Da mache ich dann Dinge, die mir gut tun und sonst zu kurz kommen. Im Moment sind es Fotobücher, im Winter Weihnachtsbäckerei und im Frühjahr habe ich viel Kosmetik gemacht. Oft ist es nur eine halbe Stunde, aber die Zeit ist wertvoll.

Was das physische "Gerümpel" angeht, bin ich glücklich, dass wir nächstes Jahr umziehen. Jeder Gegenstand wird überprüft, ob er es Wert ist, mit umzuziehen. Und das ist auch mein Tipp, überlege dir, ob er in einer neuen (frischen, jungfräulich ein- und aufgeräumten) Wohnung seinen Platz finden würde. Alles was der Prüfung nicht standhält, kommt in eine große Box. Einmal im Monat wird entsorgt und jeder von uns hat einen Joker, den er "retten" kann. Wir haben schon Kistenweise entsorgt und jede Kiste erleichtert uns.

Ich habe ziemlich viel über Aufräumen und Entrümpeln gelesen und gelernt in den letzten Jahren und habe das Gefühl, dass man das wirklich lernen kann. Ich werde zumindest mit jedem Jahr und jedem Projekt "besser".

Allerdings kommen immer wieder Phasen mit geringer Motivation, die muss man aushalten. Und wenn sie dann wiederkommt (ich habe zumindest immer Phasen, wo ich am liebsten ALLES wegschmeißen würde und dein Post klingt, als ginge dir das ähnlich), dann nutze ich das weidlich aus.

Bevor das hier zu lang wird, schick ich dir erstmal liebe Grüße, wenn du konkretere Tipps zum Entrümpeln möchtest, dann gerne per PN.

LG, das Zirkuskind