Weg mit dem „Gerümpel“

NEUORDNUNG Die Fastenzeit bietet nicht nur eine gute Gelegenheit zum Abnehmen, sondern auch zum Aufräumen des Wohnumfelds. Raum für Raum wird von überflüssigem Kram befreit.

Frage: Ich würde gern die Frühjahrszeit zum Anlass nehmen, altes „Gerümpel“ loszuwerden und in meinem Lebensumfeld aufzuräumen. Wie kann ich das schaffen?

Zunächst sollte man sich Folgendes bewusst machen: Wenn das Leben gut laufen soll, muss die Lebensenergie auch zu Hause gut fließen. Und wenn man weiß, wie sehr man von der Wirkung seiner Wohnumgebung beeinflusst wird, ist eigentlich klar, das Unordnung und Gerümpel nicht sehr förderlich für Gesundheit, Erfolg und ein vitales Leben sind.

Der gewünschte Lebensfluss stockt, man ist müder, träger und lustloser. Für manche mag das gut so sein – doch für agile, erfolgsorientierte Menschen ist dies eher belastend und hemmend. Dennoch ist die Scheu oft groß, sich aufzuraffen und tatkräftig Altes, Vergangenes loszulassen. Dahinter kann das Festhalten von oft unbewussten Ängsten um Status, Sicherheit, Besitz und Identitätsverlust stecken. Dadurch ist jedoch der Mut für Veränderungen und Neues blockiert, gibt es keine Offenheit, um Gelegenheiten und Chancen zu ergreifen.

Und stagniert die Raumenergie z. B. in jenem Wohnbereich, welcher im Feng Shui den Themen Partnerschaft oder Wohlstand zugeordnet ist, wird sich analog bei den Bewohnern in diesem Lebensthema nicht viel bewegen.

Um das zu ändern, ist gerade jetzt eine gute Gelegenheit: Die Zeit des Fastens ist da. Viele nutzen sie zum Loslassen von Fetten, Schlacken und zum Reinigen der Körperzellen. Parallel dazu bietet es sich an, diese Zeit zum äußeren Entrümpeln, Ausmisten, Ballast loslassen und neu ordnen zu nutzen. Allein die Vorstellung und das Gefühl, wie viel leichter, freier und klarer man lebt, in einem geordneten Zuhause, mit wenig ausgewählten Dingen, sollte doch Motivation genug sein, tatkräftig zu werden!

Wie man das schaffen kann? Für die praktische Umsetzung ist die Erstellung eines Zeitplans hilfreich. Darin wird schrittweise festgelegt, welchen Bereich man sich wann vornehmen möchte. Unter den Aspekten des Gebrauchs, des Gefallens und der Wirkung wird in jedem Raum alles darin Befindliche sortiert – und spontan entschieden, was damit geschehen soll.

Schön kann dabei Gesellschaft sein, ein guter Freund oder eine Freundin, die beratend zur Seite stehen. Auch eine Belohnung mit etwas Besonderem nach dem jeweils aufgeräumten Bereich bringt Freude und weiteren Ansporn.

Das Ergebnis ist fntastisch – die Ordnung in der äußeren Welt bringt auch die innere Welt in Ordnung. Und dem Zugang für neue Möglichkeiten steht nichts mehr im Wege!

Stellen Sie Ihre Frage
ratgeber@fraenkischer-tag.de

Unsere Wohnexpertin

Hiltrud J. Pornschlegel ist Wohnberaterin nach Feng Shui in Bamberg.