

Ryddelighed og rod

Tilføjet af Zandra Henningsen
torsdag 01. september 2005
Sidst opdateret onsdag 24. juni 2009

Da feng shui handler om balance, handler det om at finde en middelvej i alt, hvad vi omgiver os med og foretager os. For meget og for lidt kan være lige ubalanceret.

Hvad er for meget?

For meget er, når vi ejer flere ting, end vi kan bruge og kan sætte pris på.

Det gælder også for det vi har inden i os.

Hvor mange unødvendige tanker kører rundt i vores hoveder, og hvad er det for tanker – er de konstruktive, er de destruktive eller er de hverken det ene eller det andet.

Vores omgivelser har en større betydning på vort indre liv, end vi regner med. Og kan vi ikke overskue det ydre, er det som regel et spejl på, at vi ikke kan overskue det indre og vice versa.

Så har vi mentalt rod, og ikke véd, hvordan vi skal få styr på det, kan det hjælpe at starte med det rod vi har udenfor. Ryd op, smid ud, sorter og organiser, og se så, hvad der sker med dig selv, dine tanker og handlinger efterhånden som du kommer i dybden med dine ting.

Hvad er for lidt?

I og for sig er der vel ikke noget der hedder for lidt, så længe vi har det livsnødvendige. For i virkeligheden kan vi alle leve på en sten, om nødvendigt. Og mange af os, der har prøvet det, ønsker os nogle gange tilbage til den tid, hvor vores materielle liv fyldte så lidt. Det gjorde os mere mobile, omstillingsivrige med overskud og en stor grad af fleksibilitet.

Men som aktiv borger med familie og arbejde, er det ikke altid muligt at forblive asketer, så vi havner igen i de materielle rammer, hvor der er en vis ”levestandard” at opretholde. Så er det om at finde et nyt forbrugsmønster, der kan oprette en fornuftig balance i forhold til det liv vi skal leve.

For lidt kan være, når vi i disse rammer forsøger at leve på den sten. Dvs. vi minimaliserer vor liv til det upraktiske, for at have kontrol over os selv, andre og tingene omkring os.

En gylden middelvej, hvor vi er fysiske og psykiske forbrugere af materialer og hinanden til gavn for helheden, må være det vi skal stile efter.

Så ryd op og ryd ud, helst for meget til en start – tøm ud i skabe, skuffer, loft, kældre og i dit eget hoved. Du vil blive forbavset over, hvor meget energi og overskud det vil give dig.

Overskud til et nyt liv – det kan være nye tanker, nye indsigter, fysisk og psykisk overskud, bedre helbred og måske mere tilfredsstillende arbejdsliv og hvem ved – bedre økonomi.

Jeg har mødt mange mennesker, der ejer mange ting, og der er næsten ingen af dem, der synes det er befriende, nok nærmere belastende. Så belastende, at de ikke orker at gå i gang med at rydde op.

Og jeg har mødt mange, som har ryddet op og smidt ud, og ikke én af dem har fortrudt – tværtimod. Alle som én bekræfter hvor befriende det er, og hvor meget plads og tid det giver, ikke at skulle ”slæbe rundt” på alle de ting og tanker.

Tænk over det – jo flere ting vi har, jo flere skabe skal vi have til at opbevare det i. Jo flere skabe, des mere plads. Mere plads, mere rengøring. Så ender vi i mere arbejde for at få råd til større bolig, der skal have plads til alle de skabe, der skal rumme alle de ting, vi ikke kan huske vi ejer og har, og som vi så ikke har tid til at bruge.

Livet er dit – livet går hurtigt – brug det godt.