



## Vom Entrümpeln, Loslassen und Platz schaffen!

*„Prüfet alles und behaltet das Gute“*

(1. Thess 5,21)

Darf ich Ihnen mal eine Frage stellen?

Gibt es bei Ihnen so etwas wie ein Frühjahrsputz-Ritual?

Während ich die letzten Weihnachtsdinge noch am Verstauen bin, klopft das Frühjahr an und aus den Regalen im Kaufhaus lächeln mich schon länger die Osterhasen an. Ist ja schon bald soweit, freue ich mich. Neues Leben wird spürbar, inmitten der Welt, in der die Kriegsnachrichten kein Ende nehmen und so vieles gleichzeitig geschieht.

Ist es da zu banal, ans eigene Aufräumen zu denken? Ich glaube nein.

Und ich freue mich an den Nachbar\*innen, die in ihren Gärten arbeiten und drinnen ausmisten.

Nach getaner Arbeit höre ich ein zufriedenes „So, jetzt haben wir es wieder schön.“

Äußere Ordnung schaffen, um sich auch innerlich wohlfühlen. Das brauchen nicht alle, das brauche ich auch nicht immer. Aber wie wohltuend, wenn alles seinen richtigen Platz findet. Oder sogar verschwinden darf.

Das gilt auch für manche alten Sätze, die wir vielleicht schon lange mit uns mitschleppen. Innerlich aufräumen und „loslassen“ dauert meistens so viel länger als den Vorgarten wiederherzurichten. Die einen nehmen dazu an Exerzitien teil oder gehen lange spazieren, andere vertrauen anderen Menschen und Gott an, was zur Last geworden ist.

Bei mir steht zurzeit immer noch der Keller und ein allerletzter Karton vom Umzug an. Die große Herausforderung besteht allerdings darin, dass ich mich schwer von Dingen trennen kann, an denen viele Erinnerungen hängen: Aus der Kindheit, aus Studienzeiten, Geschenke von Menschen, die mal ganz wichtig im Leben waren, alte Briefe usw. Was also tun?

**„Prüfet alles und behaltet das Gute“** rät der Apostel Paulus in der Jahreslosung aus dem vergangenen Jahr. Ein guter Ansatz für meinen Aufräumvorsatz! Im Sortieren der verschiedenen Gegenstände überlege ich mir: Was tut mir gut, es zu behalten? Wovon kann ich mich getrost trennen, weil ich dafür keine Verwendung mehr habe?

Und als ich neulich dann ein altes Mitbringsel aus einem Urlaub zur „Kostnix-Bude“ in Kranichstein gebracht habe, hat es gleich jemand anderes mitgenommen mit einem Lächeln im Gesicht. Da hat das Aufräumen gleich doppelt Freude gemacht.

Möge Gottes Segen in dieser Woche für dich spürbar sei.

## Impulse

- Gibt es einen Raum in deiner Wohnung, in deinem Haus, in deinem Garten, den du gerne aufräumen würdest, weil es dir gut tun würde? Magst du dazu jemanden um Hilfe bitten? Wenn dir was in die Hände fällt, das du nicht mehr brauchst, aber noch gut ist, bringe es doch zu einer „Kostnix-Bude“ und mache anderen damit eine Freude.
- Oder schau mal im „Heinerleih Darmstadt“ vorbei, da werden von gespendeten Werkzeugen, Biertischgarnituren bis zu Sportgeräten zum kostenlosen Verleih angeboten, so dass der eigene Keller wieder Luft bekommt und die Geräte für die Gemeinschaft nutzbar gemacht werden. Eine super nachhaltige Idee von Ehrenamtlichen getragen 😊  
[Verknüpfung](#)
- Und innerlich?  
Gibt es in deiner Seele alte Sätze, die hängen geblieben sind und von denen du dich gerne verabschieden möchtest? Wem kannst du davon erzählen?  
Vielleicht ist die Fastenzeit genau der richtige Moment, um außen und innen ein bisschen aufzuräumen. Schritt für Schritt – Aufräumen braucht Zeit – manchmal auch einen Anstupser.
- Musik: „Neuanfang“ von Clueso, [Verknüpfung](#)

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Ilka Friedrich

Bild: Martin Huth

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenlegerinnen und Spurenleger.

Maren Dettmers, Monika Eberl-Reifenberg, Ilka Friedrich, Hans-Jörg Fritz-Knötzele, Dr. Christoph Klock, Heinz Lenhart, Heiko Ruff-Kapraun, Tobias Sattler, Dr. Hans Jürgen Steubing, Britta Tembe und Dr. Annette Wiesheu

KIRCHE & CO.

Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt  
(Kirche in der City von Darmstadt e.V.) Rheinstraße 31, 64283 Darmstadt