

**4. Januar 2019**

### **Loslassen auch bei Kälte**

Meine Kinder, einige von euch sind fleißig am Loslassen und entrümpeln, aber kommen nicht sehr weit, da es ihnen dort zu kalt ist. Ich möchte euch dazu einige Ratschläge geben: Zuerst einmal ist es wichtig, überhaupt loslassen zu wollen, denn meistens sträubt sich alles in einem, wenn man scheinbar liebgewonnenes loslassen soll. Doch auch hier gilt die Devise: Alles was ihr schon einige Jahre nur rumstehen habt und es nie benutzt, darf auch losgelassen werden. Ausnahmen bestätigen aber auch hier die Regel, wie z.B. Werkzeug oder andere Dinge, die wohl wichtig sind, aber nur selten benutzt werden. Wenn ihr euch jetzt aber trotz der frostigen Temperaturen dazu aufgerappelt habt und mit dem aussortieren und loslassen begonnen habt, euch aber die Kälte stark zu schaffen macht, da z.B. der betreffende Raum nicht geheizt ist und bei Temperaturen zwischen 2 und 5 Grad die Arbeitsmoral nur von kurzfristiger Dauer ist, solltet ihr euch einfach ein Ziel setzen. Beispielsweise 30 - maximal 60 Minuten kann man gut eingepackt in warme Kleidung - ohne weiteres arbeiten und dann halt am nächsten Tag fortfahren. Diese Möglichkeit ist recht effektiv, wenn man sich nicht übernimmt. Auch in einer Sommerhitze von 40 Grad ist loslassen und entrümpeln auch für die meisten von euch nicht so angenehm. Es gibt ein schönes Sprichwort dazu: "Steter Tropfen höhlt den Stein." Amen.