

## Spullen met emotionele waarde

Wat neem je als eerste mee als je huis in brand staat? Waar ben je echt aan gehecht? Iedereen heeft in huis spullen die hij nooit weg zal gooien. Spullen die herinneren aan een mooie gebeurtenis, een speciaal persoon of een bijzonder koopmoment. De hoeveelheid van deze spullen verschilt heel erg per persoon. De een voelt zich thuis tussen veel persoonlijke spullen en een ander wil zo weinig mogelijk losse spullen zien en verbergt ze het liefst. Geen huis is gelijk. Alle spullen bij elkaar maken jouw huis je thuis.

Wanneer je de spullen als **last** ervaart, wordt het tijd om keuzes te maken. Spullen die overbodig, niet functioneel, kapot of niet mooi en bijzonder genoeg zijn, staan op de nominatie om afscheid van te nemen. Klinkt simpel, maar helaas is dat het vaak niet.

**Spulletjesdag** is een mooie aanleiding om te gaan kiezen. Wat mág er blijven in jouw huis en waar kun je misschien een ander heel blij mee maken voor een klein prijsje? Win-win situatie en ook nog eens een hele gezellige sociale dag! De laatste jaren heb ik zelf ook meegedaan met een paar vriendinnen en wat hebben we genoten van het 'winkeltje spelen' in de voortuin. Een leuke herinnering.

Tijd om jezelf vragen te stellen!

Waarom wil ik opruimen? Wat is mijn doel? Hoe ziet mijn ideale huis eruit? Welke spullen vind ik mooi en fijn? Welke spullen zijn echt overbodig geworden? Heb ik dit voorwerp echt nodig? Is het praktisch? Gebruik ik het vaak? Is het vervangbaar? Waarom bewaar ik dit? Voor wíe bewaar ik dit?

En wat te doen met spullen met emotionele waarde, die soms ook nog van een ander geweest zijn? Kun je die zomaar wegdoen? Het gehecht zijn aan spullen verschilt erg per persoon. Wat voor de één niet belangrijk is, kan voor de ander iets heel kostbaars zijn. Je huis kan ook zo vol staan met allerlei spullen dat je niet meer kunt genieten van de spullen die je écht mooi vindt.

*“Een paar jaar geleden kreeg ik spullen van mijn vader, vooral persoonlijke items en familiestukken. Een paar dingen kregen direct een plekje in mijn woonkamer en zijn nog steeds waardevol voor mij. De rest van de spullen, die ik dus eigenlijk niet echt mooi vond, hebben een tijd op zolder staan gestaan. Mijn vader is inmiddels overleden en laatst heb ik alles nogmaals bekeken. Het voelde minder beladen aan nu. Plaatjesboeken, munten, pennen, voetenstoof, antiek strijkijzer, kapotte barometer, lijsten, een houten schaaf, foto's en nog meer. Mijn kinderen hebben iets kleins uitgekozen als herinnering aan hun opa. Een paar dingen kon ik, nadat ik foto's had gemaakt en overlegd had met mijn zus, makkelijk naar het kringloopcentrum brengen of zelfs weggooien. De grote houten schaaf wilde ik eigenlijk ook wegbrengen naar het kringloopcentrum. Maar opeens zag ik aan de zijkant de naam van mijn opa staan, zorgvuldig in het hout gebeiteld. Opeens veranderde de betekenis van de schaaf voor mij. Deze schaaf was blijkbaar door mijn handige opa zelf gemaakt... Dat kun je toch niet zomaar bij het kringloopcentrum afgeven? De twijfel sloeg toe. Een dilemma waar veel van mijn klanten ook mee worstelen. Uiteindelijk heb ik een detailfoto gemaakt en naar mijn beide ooms geappt. De een reageerde met “zou niet weten wat ik er mee moet” en mijn andere oom wilde het juist heel graag hebben. Wat fijn! Gelijk een leuke aanleiding voor een familiebezoekje in het westen van het land.”*

Dit is de lastigste categorie om op te ruimen. Dus, ben je je hele huis aan het opruimen? Bewaar deze spullen dan voor het laatst en leg ze apart als je het niet direct weet. Een badkamer, administratie of hal is in de meeste gevallen een heel ander opruimproces dan een zolder of een boekenkast. Spullen


met grote emotionele waarde horen vaak bij een periode uit je leven die voorbij is. Bijvoorbeeld de tijd dat een dierbare nog bij je was of dat de kinderen nog klein waren. Door bijbehorende spullen los te laten voelt het of je opnieuw een beetje afscheid neemt of iets afsluit. Zeker niet altijd gemakkelijk.

Bedenk dat de emotie, de herinnering aan mensen, momenten of bijzonderheden, in jezelf zit en niet in de spullen. Als je iets weg doet, neem je geen afscheid van de herinnering, de herinnering zal altijd blijven. Geef alleen de spullen waar je écht blij of vertederd door wordt een prachtig plekje in huis, zodat er vaak van kunt genieten. Een methode is om het voorwerp echt in je handen te nemen en te voelen wat het doet met je. 'Does it spark joy?' 'Word je er blij van?' zoals opruimgoeroe Marie Kondo zou vragen.

Ik geef je nog een aantal tips die jou kunnen helpen wanneer je keuzes gaat maken:

- Heb je erg veel spullen uit een erfenis in huis? Probeer een keuze te maken in de spullen. Eén of een paar voorwerpen kunnen symbool staan voor een bijzonder persoon, en niet talloze voorwerpen als in een museum en dozen vol op zolder.
- Zet vooral spullen in je fijne (t)huis waar je zélf voor hebt gekozen. Dus de foeilelijke vaas of het schilderijtje waar je somber van wordt en van je tante hebt gekregen mag je huis uit.
- Vraag je af voor wíe je het bewaart. Zitten jouw kinderen bijvoorbeeld echt te wachten op de oude spullen die op zolder staan? Of de dozen vol kleertjes, babayspullen, oude schoolschriften en leesboekjes?
- Misschien kun je iemand anders erg blij maken met een paar van jouw (geerfde) spullen; een familielid, iemand met jongere kinderen, een verzamelaar. Geef of verkoop ze dan door. Dit kan ook met kleding of huisraad. Wanneer je iemand anders blij kunt maken, is het gemakkelijker om afscheid te nemen van spullen.
- Raadpleeg voor echt waardevolle (antieke) spullen een kenner.
- Maak foto's van spullen (briefjes, tekeningen, kledingstuk, servies, etc.) die je mooi of bijzonder vindt maar toch weg wilt doen. Foto's zijn prachtige memento's.
- Stop kleinere waardevolle spulletjes, kaartjes, foto's, sieraden, schelpjes, steentjes, dagboeken, etc. bij elkaar in een mooie doos. Zo heb je alles bij elkaar in een herinneringendoos. Deze spullen vertellen misschien wel een verhaal over jouw leven en de mensen die belangrijk zijn voor jou. Bewaar niet te veel en probeer je te beperken tot één doos.
- Voor je kinderen kun je per kind ook een doos met mooie spullen van hun jeugd vullen met een aantal favoriete knuffels, boekjes, werkjes, kledingstukken, kaartjes, etc. De foto's en verhalen vertellen de rest...
- Verzamel alle losse foto's die je tijdens het opruimen tegenkomt in huis bij elkaar in een kast of doos. Hier kun je later mee aan de slag.
- Bedenk je dat er ook weer spullen bijkomen ieder jaar en dat opruimen noodzakelijk is om het huis leefbaar en luchtig te houden.
- Je kunt hulp vragen aan een vriend(in), familielid of organizer om op te ruimen. Veel gezelliger, je hebt een stok achter de deur en iemand kan je helpen om objectief te kijken naar de spullen.
- Wees niet te streng voor jezelf. Soms is de tijd niet rijp om lastige keuzes te maken. De eerste stap is om je echt bewust te zijn van de spullen om je heen en laat het een tijdje rusten. Probeer het na een paar maanden opnieuw.

Afscheid nemen van spullen kan een emotioneel en vermoeiend proces zijn. Er komen immers vele herinneringen langs. Neem bewust en met aandacht afscheid van de spullen die weg mogen. Keer op keer merk ik ook dat het maken van keuzes een opluchting is. Opruimen geeft rust, ruimte en overzicht in je huis, maar zeker ook in je hoofd. Ik wens je veel succes!

“Wat je in je  bewaart, raak je nooit meer kwijt”

Wil je reageren op dit artikel? Heb je vragen of wil je nog meer tips en praktische hulp bij het opruimen, bel of mail dan gerust!

<https://www.labyrint-organizing.nl>

<https://labyrintorganizing.home.blog/>

