

Kirche in 1Live | 18.06.2022 floatend Uhr | Hugo Siebold

## Freundschaftsdienst

Ich habe eine Wette laufen. Mit Anne. Seit Monaten erzählt sie mir, dass sie ihre Wohnung ausmisten will. Wenn sie es schafft, lade ich sie zum Essen ein. Wenn nicht, muss sie bezahlen. Sie hat noch fünf Tage Zeit. Ich checke bei jedem Besuch, wie weit sie mit dem Entrümpeln ist. Mittlerweile ist es ein Running Gag zwischen uns geworden. "Na Anne, darf ich einen Blick in deine Abstellkammer werfen?" "Auf keinen Fall! Du hast Abstellkammer-Verbot." Ich muss lachen. Ich werde die Wette gewinnen!

"Ich kann mich von bestimmten Dingen eben nicht trennen. Das ist echt anstrengend für mich." Ich merke, dass die ganze Situation für Anne Stress bedeutet, den sie überspielt. Mit Wegwerfen habe ich kein Problem. Deshalb fasse ich einen Entschluss, der mich meinen Wettsieg kostet. Egal. "Anne, ich helfe dir jetzt. Wir machen es wie Mary Conroy."

"MARY WER? "Mary Conroy. Sie ist Minimalistin. Wenn sie sich von einem Gegenstand trennen möchte, stellt sie sich drei Fragen: Erstens: Habe ich diesen Gegenstand innerhalb des vergangenen Jahres genutzt? Zweitens: Würde ich ihn heute wieder kaufen? Und drittens: Hat dieses Teil überhaupt einen Platz in meiner Wohnung? Wenn du eine Frage mit Ja beantwortest, behältst du es. Ansonsten weg damit! Hier! Diese Zeitschriften, liest du die noch?". Zwei Stunden später ist die Abstellkammer aufgeräumt. Anne schaut begeistert auf den aussortierten Stapel. "Wir haben es geschafft! Übrigens für deine großartige Hilfe geht das Essen auf mich."

Quellen: Psychologie Heute, April 2022, S. 12

Sprecher: Jan Primke

Redaktion: Daniel Schneider

