



FAKTA

Michaels tips för att minska antalet ägodelar

Om du vill ha något, skriv upp det på en lista och vänta en månad.

Fråga dig själv: är den här verkligen en av mina "topp hundra"-saker?

Köp kvalitetssaker som du kan använda till många olika ändamål.

Ha inte för mycket plats, för då behöver du inte så mycket grejer.



"Det är superbra. Jag kan ha mina favoritkläder på mig varje dag," säger Michael Wernstedt. "I stället för att ha fyra olika handskar för

Mer energi i livet med bara 80 saker

PRYLANTARE Skulle du kunna tänka dig att leva med bara hundra personliga ägodelar? När Michael Wernstedt blev sugen på att köpa en fjärde cykel fick han nog av konsumtionshetsen och bestämde sig för att rensa ut allt överflöd. Resultatet blev färre än hundra saker.

De flesta av oss känner igen känslan av kortvarig materiell lycka när man precis har köpt något nytt. Och för att hålla den lyckan vid liv köper vi bara mer och mer och mer. På senare tid har dock fler och fler gjort uppror mot slit-och-stångkulturen till förmån för ett minimalistiskt liv med färre ägodelar.

En av dessa är Michael Wernstedt, till vardags verksamhetsansvarig på Raoul Wallenberg-

FÖRENKLA LIVET

Del 1

En serie om att leva med färre ägodelar.

akademin, på fritiden hängiven minimalist. Det var när han blev sugen på att köpa ännu en cykel enkom för storhandning som hans kompis tog ner honom på jorden och berättade om 100-grejer-utmaningen.

– Han hade läst en blogg som heter "Zen habits" som handlade om en kille som bestämde sig för att bara ha hundra personliga ägodelar och att han nu levde likadant. Jag bara "Vad?" Men han menade att livet var så mycket bättre nu.

Idén om ett liv med färre prylar var dock inte helt främmande för Michael Wernstedt som redan som fjortondåring läste böcker som "Rensa i röran med feng shui". Han började således med att syna alla sina ägodelar och dela upp dem i tre högar – en med grejer som skulle sparas, en med grejer som skulle skänkas och en "kanske-hög".

– Det som hjälpte mig mest var att titta på varje plagg och tänka "Tillhör det här verkligen mina topp hundra-saker?" När jag var nere i 250 saker bestämde jag mig för att räkna i kategorier, till exempel alla strumpor som en grej och slipsar som en grej. Första året när jag räknade efter så var jag nere i 80 saker så då började jag att dela upp vissa kategorier till enskilda saker.

Rensningen har frigit mycket

et energi och Michael är odelat positiv till sitt beslut. Att göra sig av med saker har dock fått till följd att han tvingats köpa en del nytt.

– I stället för att ha fyra olika handskar för exempelvis skidor, friluftsliv och vardag köpte jag ett par av bättre kvalitet som jag använder till allt." FOTO: ANDERS AHLGREN

” Min pappa hade ett rum med bara tidningar. När han skulle flytta hittade vi bland annat en massa Svenska Dagbladet från 1980-talet.

par av bättre kvalitet som jag använder till allt. 100-grejer-utmaningen blev



exempelvis skidor, friluftsliv och vardag köpte jag ett par av bättre kvalitet som jag använder till allt." FOTO: ANDERS AHLGREN



känd 2007 när den amerikanske online-entreprenören Dave Bruno insåg hur mycket familjens ägodelar tyngde honom. Han dokumenterade rensningen på sin blogg och snart fanns mängder med liknande initiativ, däribland bloggen "Zen habits". Idén om ett enklare liv med få personliga ägodelar är dock äldre än så och initiativet är till stor del inspirerat av zenbuddismen, vars traditioner går ut på att leva enkelt och sketskt.

För dem som tycker att hundrade grejer är lite väl lite är det enklare anhängarna helt okej att sätta en egen siffra. Det viktigaste är att man frigör energi genom att minska antalet ägodelar.

Idag får Michael ängst när han besöker överfulla hem, vilket kan vara en aning problematiskt med tanke på att han kommer från en släkt med samlare.

– Min farfars faster hade en stor gård och när hon gick bort hittade vi en låda på vinden där det stod "Repstumpar för korta för att användas". Min pappa hade ett rum med bara tidningar. När han skulle flytta hittade vi

bland annat en massa Svenska Dagbladet från 1980-talet. Det skulle vara jobbigt att ha det så, säger han eftertänksamt.

Trots avsaknaden av personliga ägodelar ser Michaels lägenhet i centrala Stockholm relativt normal ut. Det finns en soffa, ett köksbord och till och med altan-

” Jag tror på en cirkulär ekonomi där man hyra eller låna saker av varandra.

möbler. Enligt Michaels kategorisering räknas inte saker som kan användas gemensamt, som böcker, verktyg, köks- och städprylar. Det är således enbart extremminimalisten som räknar alla gafflar som enskilda personliga ägodelar.

Det är först när man öppnar garderobsdörrarna som minimalismen avslöjar sig. När de flesta andra brottas med en överfull garderob och ändå inte hittar något att ha på sig rymns alla Michaels kläder i en garderobslåda.

– Det är superbra. Jag kan ha mina favoritkläder på mig varje dag, säger han glatt.

En annan fördel med att vara minimalist är att tankspridda människor, som till exempel Michael, lätt hittar vad de letar efter.

– Jag är ganska slarvig så att säga, och jag slipper springa runt och leta efter mobilen varje dag eftersom det bara finns ett eller två ställen där jag skulle kunna lägga den.

Precis som för oss andra står ibland köpdjävulen till och då kan även Michael få för sig att impulsshoppa. Hans strategi är då att skriva ner det han vill ha på en lista och om han känner samma behov efter en månad så är det fritt fram att handla. Ett av de senaste inköpen var en orange jacka som han egentligen inte behövde.

– Jag frågade expedition om den var bra som regnjacka och hon sa

nej. Jag frågade om den var bra som underlagerjacka, men även där sa hon nej. Jag letade verkligen efter anledningar till att köpa den. Nu använder jag den varje dag.

En av grundreglerna i 100-grejer-utmaningen är att man väljer att banta antalet prylar för sin egen skull. Det är dock svårt att borta från vilken position inverkan en minskad konsumtion skulle ha på miljön.

– Dagens livsstil är inte hållbar. Jag tror mer på en cirkulär ekonomi där man kan hyra eller låna saker av varandra. Alla våra ägodelar tar energi och jag tror att fler och fler ifrågasätter vad som är lycka och hur vi kan leva hållbart.

Michaels utmaning har även fått folk i hans närhet att skära ner på antalet ägodelar. Hans blivande sambo har redan börjat rensa inför att de ska flytta ihop och hans vän, som i början tog över mycket av det som Michael rensade bort, har också börjat sakbanta.

– De flesta har varit positiva när jag berättat om mitt beslut, men några har blivit förskräckta. Ett par som verkligen gillar sina

saker kom efter viss betänkt fram till att de nog ändå delar på allt och således inte har några personliga ägodelar alls.

För den som befinner sig någonstans mitt emellan Michaels minimalism och hans vänners prylsentimentalism tipsar han om att skapa en ska-bort-låda där man lägger grejer som man inte riktigt ännu vill eller kan göra sig av med. På så sätt vägrar man sig vid tanken att det ska bort.

– Jag har även en stor ge-bort-låda. Där lägger jag till exempel böcker som jag tycker att någon borde läsa.

IZABELLA ROSENGREN
idag@svd.se

SvD.se

Se **Dave Brungs TED-föredrag** "The 100 things challenge".
SvD.se/idag

I MORGON

"Minimalisterna" bloggar för att inspirera andra att rensa i röran.