



www.iMoCoaching.se



När blir jag klar med allt?

Alla listor hemma och på jobbet/det egna företaget/sommarstugan/båten/husbilen, läst alla böcker, sålt allt, köpt allt, gett bort allt jag inte behöver, hittat allt jag saknat i årtal, rensat allt hemma++++ så att det sedan hålls så, studerat klart allt jag vill ha lärt mig.

Troligen, sannolikhet och förhoppningsvis aldrig är det enkla svaret jag läst mig till (och insett att jag får leva med.)

Min morfar, 92 år, hade när han dog en ganska så bokad papperskalender med fotovisningar, inplanerade resor till Lappland (min första mening var troligen **Moffa LappLapp** då Mommo och jag alltid mötte och vinkade adjö vid tågstationen, fyra resor per år, hela min barndom. Ja, stugan är kvar, besökt flera gånger, ligger i höjd med Pajala, men på den finska sidan.

Listor är bra, framför allt för att du kan stryka över saker (dopaminkickar.) Men de får samtidigt inte ta över ditt liv. Eller som ex-maken något ironiskt frågade vissa helger om vad som stod på listan för honom att göra. 😊 Sambon och jag har hushållslistor – vill inte tjata. Hans egna liv får han lista själva. Och jag har en **Villhöver**-lista med saker jag önskar mig, beställt, kommit, filmer, böcker, teatrar, föreställningar m m – Excel-blad i parti & minut. För kontroll av vad som inte kommit. Vad jag egentligen vill/gillar, men glömt. En del försvann pga Covid, mycket ersattes av andra sätt att göra samma sak – online.

Men det var på sommarstugan som nuvarande exmaken insåg att när han krattade, vi rensade under gäststugan, klippte den minimala grässträngen vid uppfarten, flyttade bort efterlämnat skräp så **blev vi klara med något**. Vi kunde bocka av en sak och känna i både kropp och själ ett avslut inför kvällens middag och avkoppling. Framför allt den första vintern (vi köpte i början av oktober) var underbar. Vi satt och läste, jag med specialte, specialrökrelse i varsitt soffhörn med katten mellan oss, hur rogivande som helst var och varannan helg. Långa promenader för att lära känna området. Bjöd in grannarna. Vi tog oss ut och hem med buss, mat, packning, kattbur och vattendunk och det gick. När våren kom och grannarna med dem inkl händig make (hennes) så började vi inse allt som var tokigt med kåken, och trots en välrenommerad besiktningsman så var det mycket som var felgjort, felbyggt, upp i galenskapen.

El dragen i köket var fullkomligt felgjord och livsfarlig, mossa på taket (jag spettade loss, maken är höjdrädd), ingen stege upp till skorstenen vars murbruk började trilla in (skorstensfejaren klagade och anmärkte), gästhusets golv var felbyggt och höll på att ruttna, bl a av allt som var under det och ledde fukt, verktygsförrådets vägg och tak var inte hållbara och innan vi satt lås på det kom de förra ägarna och plockade det de tyckte de ville behålla, trots att vi köpt rubb som stubb och betalt för det, mulltoan slutade fungera. Alltså ändå ändliga projekt, med en början, en mitt och ett avslut. Klart!



www.iMoCoaching.se



I hans jobb som ekonomichef och mitt som ledningsassistent blev vi minsann aldrig klara. På något sätt hittade saker långt utanför våra arbetsområden in till vår inkorg, både den digitala och den fysiska, på vårt bord, stol eller i handen. Vi som var så duktiga, erfarna, kunde allt ...

Samma med flytten tidigare i år. Det fanns en början (packa, leva i kartonger), flytta rubb som stubb och enda målet med den dagen var att allt var tomt i den gamla lägenheten och att vi kunde låsa ytterdörren till den nya. Sedan var det uppäckning, sätta upp allt på väggarna, bestämma plats för allt m m. 3,5 månader tog det för en 95%^{m2} trea, som trots nymålad hade en himla massa små skavanker. Inkl flyttstädning (som slutevakuerade efter fyra år ingick dessa för både oss och de föregående.) Men i flyttstädning ingår INTE rengöring på djupet av badrumsventil (zombieattack!!), två kalksmutshörn i badrummet som fick spettas loss, duschkörneavloppet (yiiiiiiks), köksavlopp (stank), handfatsavlopp (1/2 äcklig peruk), 2,5 cm skit- och kalkrand i toan. Tog bilder, skickade och handskurade i ca sex timmar. Mitt i att vi hade en vecka på oss exakt att få klart gästrummet inkl bäddning, linne påfyllt i garderoberna, badrum, kök och tre hallar för hyresgästen som landade från Australien. Så att han åtminstone kunde känna sig välkommen och gå utan att hoppa över saker.

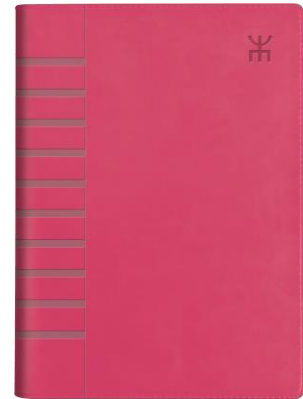
Vi hann inse att duschmunstycket läckte, så vi bytte helt sonika ut det mot vårt gamla (samma hus, en trappa ytterligare upp och till vänster.) Fick tvättmaskinen på plats i köket med specialtillstånd m m. Nu är det bara ett stuprör som läcker, rätt ner och rätt in på vårt ena stora sovrumsfönster och i värsta fall på hyresgästens 1/3 fönster, så de kan aldrig hållas öppna om vi inte vill ha pool på sex trappor. Inkl när högsta våningens hyresgäster tvättar sin balkong varje vecka över mina nyputsade fönster. Hjärtinfarkt av ilska! Och mejl i fem månader till felanmälan och förvaltaren. Nu kanske det händer något, haft problem sedan april. SUCK!!



www.iMoCoaching.se



Min nya kalender är på väg, den elektroniska är bra för möten, men allt annat. Får INTE en överblick i den, bara bra påminnelser. Har troligen ADD och en massa att komma ihåg som jag behöver SE. Wega Hallon (blev nog röd) för 2023 (börjar nu) är på väg och ska rädda mitt liv!



Kanske är det så att när du är klar med allt så är det dags att trampa vidare, uppför himmelsstegen och bort bland molnen. Inga fler utmaningar, inga fler listor att komma ihåg, göra och stryka & slänga. Inget mer av något. Jag behåller gärna mina listor och betar av dem. En sak i taget.

Alla dokument jag lagt på LinkedIn+++ finns upplagda och nedladdningsbara på mina hemsidor. Jag skriver / #onsdagsdokument

Inge-Mo Haraldh - www.imocoaching.se

ICF-Associate Certified Coach, ACC;

Specialiserad inom:

- **Diplomerad Hypnos- och Suggestionsterapeut, SE**
- **Certified Solution Focused BRIEF Coach, DK**
- **PQ Coach – Mental & Emotional Fitness, USA**
- **Certifierad Hälsocoach & ACT-ALP, SE**
- **Diplomerad Kost- och Näringsrådgivare, SE**
- **Certifierad handledare i Sorgbearbetning, SE**



Livserfaren, empatisk, inlyssnande och mycket mån om klienten. En skriftlig överenskommelse samt egenskrivna återanvändningsbara dokument enligt klientens behov ingår alltid. Boka tid eller hör av dig om du har frågor En investering i din egen utveckling, framtid, hälsa, samt fysiska och psykiska mående.

iMo Coaching – min coachinggrupp på Facebook –

<https://www.facebook.com/groups/206375779486588/>