



Meldet sich immer öfter die innere Stimme und mahnt zu mehr Ordnung und Klarheit, ist es Zeit zu handeln.

Wenn dann die **ganz klare Vorstellung** da ist, von klaren geordneten Räumen, die Freiraum geben für die persönliche Entfaltung, für die Dinge, die begeistern, Spaß und Freude machen, für das, was zukünftig gelebt und erreicht werden soll, dann ist **der optimale Zeitpunkt** für die große Aufräumaktion.

Aller Anfang ist leicht, wenn man weiß wie!

So ist es hilfreich, erst einmal **den Raum in Ruhe zu begeh**en und alles anzuschauen. Sich in die Möbel, Bilder und Gegenstände hinein zu spüren und auf sich wirken zu lassen:

- * Welche Erinnerung besteht, **welche Assoziationen** werden **damit verknüpft**, welche Stimmung schwingt und was wird in das Wohnumfeld gesendet?
- * Gefällt mir das (noch), **ist es mir wichtig**, möchte ich mich weiterhin damit umgeben?
- * Oder **ist es Vergangenheit**, etwas, was eher unangenehm und belastend wirkt, nichts-sagend ist oder mit un guten Erinnerungen behaftet, nicht mehr zu mir passt und von mir gar nicht mehr gelebt wird?

Dann sofort entscheiden:

- * Weggeben, noch ein Jahr irgendwo lagern, oder - weil es gefällt, wohltuend und freudig stimmt, behalten und einen passenden Platz dafür wählen.
- * Aller **Kleinkram**, alle Sachen, die ansonsten achtlos oder durcheinander herumliegen, **sortieren**, dann Gebrauch und Nutzung abfragen und sofort entscheiden! Weggeben, noch ein Jahr irgendwo lagern oder behalten.
- * Um eine **langfristige Ordnung** zu erzielen, ist es vorteilhaft, nach Themen zu ordnen und für jedes Thema, z. B. Baden, Musik, Lesen, Schularbeiten, Kleidung, Büroarbeiten, Wasch-, und Putzmittel, Getränke, Schuhe, Garderobe, Medien und so weiter... einen Platz auszuwählen und festzulegen.

WEGGEBEN, AUSLAGERN ODER BEHALTEN?

In der Ordnung liegt Klarheit

Ist es nötig, in seinem Wohnumfeld Struktur und Ordnung zu halten? Nein, in keiner Weise. Man kann gut, bequem und zufrieden in solch einer Umgebung leben. Doch was ist, wenn sich **bedrückendes Unwohlsein**, Unlust und Stagnation breit machen, man den Überblick verliert und womöglich **ständig auf**

der Suche nach irgendwelchen Dingen ist? Fakt ist, sollte sich innerlich immer häufiger eine Stimme melden, die unleidig meckert und nach **mehr Ordnung und Klarheit** ruft, ist es wohl höchste Zeit, sich den Dingen zuzuwenden, die



Hiltrud J. Pornschlegel

sich unmerklich nach und nach angehäuft haben. Ja, es sollte innerlich brennen, sich endlich frei zu machen von allem unnötigen Kram, der die Wohnräume belagert, einnimmt und füllt, dadurch den Lebensfluss, die Bewegung, Motivation und Tatkraft hemmt und immer mehr einengend und blockierend wirkt.

Worauf noch warten? Jetzt im Frühjahr ist die beste Zeit!

Um die Umsetzung mit aller Kraft und Motivation nicht nur zu beginnen, sondern mit Lust und Freude das Ziel im Auge zu behalten, sollte eine **Erarbeitung mit einer zielorientierten Vorgehensweise** erfolgen, die realistisch

ist. Doch, wie geht man vor, um motiviert und tatkräftig zu bleiben? Ganz einfach, indem man sich dessen bewusst wird, was jetzt ist, wie es wirkt und wie es zukünftig sein soll. Als **Hilfestellung** und mentale Unterstützung ist es vorteilhaft, sich mit folgenden Fragen zu beschäftigen:

- * Welche Auswirkungen hat es, wenn jetzt räumlich nichts verändert wird, die bestehende Unordnung so bleibt, bzw. man nach der vollbrachten Aufräumaktion wieder in den gleichen Zustand zurückverfällt?
- * Welche langfristigen Vorteile hat es, aufzuräumen und Ordnung zu halten?
- * Wie wirkt sich dies auf jeden Einzelnen und auf das Zusammenleben aus?
- * Welche Wohnqualitäten werden zukünftig erwünscht und wie kann man diese in einem einzigen Satz und bildlich kraftvoll ausdrücken und darlegen?



In Ordnung und Struktur liegt Leichtigkeit und Kraft.

Gut planen, macht das Vorgehen leichter!

Es ist gut, **eine Liste und einen realistischen Zeitplan zu erstellen**, wann, welcher Raum in welcher Zeitspanne angegangen wird. Dieser Zeitplan **sollte unbedingt eingehalten werden**. Bei **Bedarf Hilfe holen** und möglichst schnell, konzentriert und zielorientiert die Arbeiten durchführen.

Dabei sollte man sich überlegen, wo und wie lagere ich eigentlich all die Sachen, die ich noch nicht bereit bin, wegzugeben. Fragen Sie sich: **Ist es wirklich so wichtig**,



Es bedarf Zeit und Lust, sich mit jedem Raum intensiv auseinanderzusetzen. Das Ergebnis wird Sie belohnen.

diese zu behalten und wertvollen Wohnraum, welchen man eigentlich besser nutzen könnte, dafür zu opfern? Ist es nicht sinnvoller, Dinge, die sowieso nur nutzlos den Raum füllen, wegzugeben, an Menschen, die sich darüber freuen und wertschätzend damit umgehen? Ja, **es bedarf Zeit und Lust**, sich mit jedem Raum intensiv auseinanderzusetzen. Doch es lohnt sich. Und wird nach jeder Ausmist-, Ordnungs-, und Putzaktion die Raumsphäre auch noch feinstofflich durch Räuchern beispielsweise geklärt, um alle „Altlasten“ zu verabschieden, kann sich ungehemmt und schnell **mehr Klarheit**, Lebensfluss, Vitalität und alltägliche Freude **entfalten**.

Vereinbarungen und Regeln treffen!

Doch - wie geht es weiter, vor allem in einer Gemeinschaft? Wie schnell ist wieder etwas irgendwo nur kurz „hingelegt“ oder „abgestellt“? Und wenn man nicht achtsam ist, kommt er wieder, dieser Effekt: **Gleiches zieht Gleiches an**. Da, wo mal etwas liegt, gesellt sich gerne nach und nach mehr dazu. Und bald schon ist wieder alles ähnlich wie zuvor. **Alle Mühe umsonst?** Soll das das Resultat sein? Warum denn überhaupt diese ganze Anstrengung? Lieber nicht doch gleich so lassen? Ist doch eh umsonst und viel bequemer?! Spätestens jetzt ist es an der Zeit, sich gemeinsam zu überlegen, abzuwägen, abzu-

stimmen, wie es zukünftig mit der grundsätzlichen Ordnung zu halten ist:

- * Was für eine Raumbestaltung ist von jedem erwünscht?
- * Wie ordentlich und aufgeräumt soll es überhaupt sein, so dass sich alle wohlfühlen und gut damit umgehen können?
- * Wie viel ist jeder bereit einzubringen, um einen gewissen Ordnungslevel zu halten?
- * Sind dafür Regeln, Vereinbarungen notwendig - und was, wenn diese nicht eingehalten werden?

Alle Bewohner sollten zukünftig wissen, wo die Dinge zur allgemeinen Nutzung abgelegt sind und ihr Bestes geben, eine gewisse Ordnungsstruktur mit aufrecht zu erhalten. Dies lohnt sich allemal, denn durch die **angenehme Raumwirkung** fällt es immer leichter, eine gewisse Ordnung beizubehalten. **Schön, wenn dann alles vollbracht ist**. Ein Kraftakt, der viel Zeit, Disziplin und persönlichen Einsatz beansprucht. Alle Achtung und herzlichen Glückwunsch für die gelungene Aktion! Und was jetzt ganz wichtig ist: Belohnen Sie sich und Ihre Helfer gebührend für diesen großen Erfolg!

HILTRUD J. PORNCHLEGEL
FOTOS: BERND H. ZWÖNITZER, @SEREZNIY-DEPOSITPHOTOS.COM

► **Hiltrud J. Pornschlegel** ist seit 1998 freiberuflich tätig als diplomierte Qi MAG Feng Shui – Expertin und Geomantin für individuelle Raumkonzepte und Gestaltung für Firmen und Privat im Innen-, sowie Außenbereich.
www.fengshui-geo.de

Weniger ist mehr

Buchtipps

Etwa 10.000 Dinge besitzt jeder Deutsche im Durchschnitt. Man steckt in der Konsumfalle, hortet und sammelt, weil man glaubt, all diese Dinge haben zu müssen, und sich nicht trennen kann. Minimalismus kann die Lösung für die materielle

Belastung sein, unter der viele bewusst oder unbewusst leiden. Denn wer wenig besitzt, muss sich um weniger kümmern und hat dafür mehr Platz, Zeit und Geld. Wie ein **minimalistisches Leben** gelingt, ohne dass einem etwas fehlt, zeigt Aufräum-Expertin Jelena Weber. Für sie hat Minimalismus nichts mit Askese zu tun, sondern kann sich für jeden individuell gestalten.

In ihrem Ratgeber „Mehr vom Weniger“ gibt sie viele **praktische Tipps** für alle Wohn- und Lebensbereiche – vom richtigen Ausmisten und Ordnen à la Marie Kondo, über Capsule Wardrobe und Pflege für langlebige Kleidung bis zum aufgeräumten Arbeitsplatz. Einfache DIY-Anleitungen zeigen, dass man vieles schnell und günstig selber machen kann. Minimalismus ist nicht nur **ökologischer und nachhaltiger**. Er schafft auch **mehr Wertschätzung für das, was man besitzt**, sowie mehr Bewusstheit darüber, was man an materiellen Dingen **wirklich** braucht.

RED

► **Jelena Weber: Mehr vom Weniger.** 160 Seiten, ZS Verlag, Hamburg 2022, 18.99 Euro



PROJEKT TINY HOUSE

Von der Idee bis zum Einzug

Alternative Wohnmodelle sind immer gefragter - wie und wo fängt man an, wenn man zum Beispiel mit dem Gedanken spielt, in ein Tiny House ziehen zu wollen? In diesem digitalen Angebot berichten zwei „Tiny-Häuslebauer“, Veronika und Jonas Börnicke, ganz konkret und persönlich, warum sie sich überhaupt für diesen minimalistischen Lebensstil entschieden haben, warum sie den Eigenbau gewählt haben und wie dieser dann im Detail vonstatten ging. Somit wartet jede Menge Knowhow auf die Teilnehmer:innen des Online-Vortrages am **31. März von 19 bis 20.15 Uhr**, denn auch von den möglichen Problemen bei der Grundstückssuche können die beiden aus praktischer Erfahrung berichten und gehen auch der Nachhaltigkeit eines Tiny Houses auf den Grund. Natürlich finden auch die Fragen aus der Runde am Ende ihren Platz. Am nächsten Tag, **1. April, von 10 bis 12 Uhr**, besteht im Rahmen einer Exkursion zum Tiny-House, sich dieses Wohnmodell einmal ganz konkret aus der Nähe zu betrachten. SEK, FOTO: @GOMIXER-DEPOSITPHOTOS.COM

► **Anmeldung für beide Veranstaltungen über www.ubiz.de. Der Standort des Tiny House wird bei der Anmeldung bekanntgegeben.**

