

**Abgefahren! Ursus Wehrli sortiert die Autos auf dem Parkplatz so wie manche Menschen die Bücher in ihrem Regal – nach Farbe. Hauptsache Struktur**



**1. Was ist Ihre Sehnsucht?**

Fragen Sie sich zunächst: Was für ein Ordnungstyp bin ich? Was will ich erreichen oder verändern? Sehnen Sie sich nach einer puristisch leeren Wohnung? Wollen sie Ihr kreatives Chaos nur ein wenig bändigen? Oder möchten Sie ihre gesammelten Schätze optimal präsentieren? Ordnung ist individuell. Räumen Sie für sich auf, nicht für Ihre Schwiegermutter!

**2. Beherzt beginnen**

Aussortieren und Ausmisten ist eine gute Grundlage jeder neuen Ordnung. Nehmen Sie sich ein freies Wochenende oder ein paar Tage Urlaub. Sie brauchen Muße für Ihren ersten Aufräum-Erfolg. Machen Sie diese Arbeit möglichst nicht alleine. Fragen Sie einen Freund, eine Freundin oder einen Ordnungscoach.

**3. Das Fünf-Kisten-Prinzip**

Sortieren Sie Dinge, von denen Sie sich trennen möchten, in fünf Kartons: 1. Wegwerfen. 2. Verschenken. 3. Verkaufen. 4. Erledigen (etwa Sachen, die zur Reparatur oder in die Reinigung sollen). 5. Später entscheiden (für die heiklen Dinge). Diese letzte Kiste beschleunigt den Prozess, darf aber nicht zu voll werden.

# Weg zur Klarheit

**Ordnung schaffen und Ordnung halten – das ist auch angewandte Psychologie. Ein professioneller Aufräumcoach gibt zehn goldene Ratschläge. Trennen Sie sich von überflüssigem Ballast und strukturieren Sie Ihr Zuhause neu. So funktioniert sie – die Diät der Dinge!**



**4. Weniger ist mehr**

Nehmen Sie jeden Gegenstand in die Hand und fragen Sie sich: Bereitet er mir Freude? Brauche ich ihn noch? Oder empfinde ich ihn als Ballast? Konzentrieren Sie ihre Habe. Besitzen Sie zum Beispiel viele Erinnerungstücke an eine schöne Reise, behalten Sie den Gegenstand, den Sie besonders mögen, stellvertretend für alle anderen. Bewahren sie besser Ihre zehn liebsten Stifte auf, als eine Kiste voller billiger Kulis. Gestehen Sie sich ein, dass Sie die Stapel von Zeitungen in der Ecke wohl nie mehr durcharbeiten werden.

**5. Etappen-Ziele**

Sortieren Sie in überschaubaren Einheiten aus, und fangen Sie mit dem Bereich an, der Ihnen am wichtigsten ist. Erklimmen Sie die Eigernordwand des Ordners in kleinen Etappen und überfordern Sie sich nicht! Nehmen Sie sich entweder einzelne Kategorien vor (etwa alle Bücher, alle CDs, alle Schuhe, alle Klamotten oder alles Geschirr) oder Zimmer für Zimmer. Sonst sieht es nach ihrer Aktion cha-

otischer aus als vorher. Ordnen Sie Fotos und persönliche Briefe erst dann, wenn Sie bereits geübt sind im Aufräumen und Loslassen.

**6. Schnell weg damit**

Bringen Sie die Sachen, die Sie aussortiert haben, sofort weg. Sei es zum Sperrmüll oder Wertstoffhof, zu Freunden, denen Sie etwas schenken möchten, zu einer Ebay-Agentur, zum Trödler oder zum Gebrauchtwarenkaufhaus. Gut erhaltene Dinge können Sie auch an soziale Einrichtungen wie Oxfam oder die Diakonie spenden.

**7. Schöner Verstauen**

Bevor Sie zu Ikea oder in ein anderes Möbelhaus fahren: Überprüfen Sie, ob ihre alten Kisten, Kästen, Ordner und Schubert nicht bereits für ihre Neuordnung ausreichen. Wenn Sie zusätzliche Ablage-Systeme kaufen, dann sollten sie möglichst ästhetisch sein und gut zusammen passen. Das erhöht den Spaß am Ordnen.

**8. Raum lassen beim Räumen**

Packen Sie Schubladen, Schrankfächer und Regale nicht zu voll! Geben Sie den Dingen genug Luft. Verstauen Sie die Sachen, die Sie täglich brauchen, in greifbarer Nähe. Das, was Sie nur selten benötigen, kann oben in Ihren Schränken und Regalen Platz finden. Packen Sie ihre Habe möglichst nicht in mehreren Reihen hintereinander in Ihren Schrank. Sie vergessen, was hinten liegt und erzeugen neue Unordnung, wenn sie es herausholen.

**9. Alles an seinen Platz**

Weisen Sie all Ihren Dingen einen festen, eindeutigen Platz zu und geben Sie Ihrer Ordnung Sinn – ganz nach ihren eigenen Vorlieben. Zum Beispiel alle Bücher ins Regal, sortiert nach Autor oder Genre, alle Kleider in den Schrank, aufgereiht nach Farbe oder Saison, alle Belege für die Steuer in eine Schublade. Sie können auch Flächen und Zonen definieren, die Sie ganz leer halten. So wird ihre neue Ordnung nachhaltig. Wenn jetzt etwas herumliegt, wissen Sie sofort, wo es hingehört. Gewöhnen Sie sich ein konsequentes, tägliches Aufräumen an, mühelos und nebenbei. Sie werden verblüfft feststellen: Das Chaos ist besiegt.

**10. Von der äußeren zur inneren Ordnung**

Füllen Sie den Platz, den Sie durch das Ausmisten und Ordnen bekommen haben, nicht gleich wieder mit neuen Anschaffungen. Genießen Sie die Übersichtlichkeit, das Gefühl der Befreiung. Sie werden merken, dass sich die äußere Ordnung der Dinge auch auf Ihre innere Klarheit auswirkt. Sie werden sich auch selbst als aufgeräumter empfinden, weniger abgelenkt sein von Vergangenen und Unerledigtem. Ihr Leben bekommt eine neue Leichtigkeit. ■



**Gunda Borgeest**  
Die Literaturwissenschaftlerin und Mediatorin gründete den Service „Schönste Ordnung“

GUNDA BORGEEST

Fotos: xxxxxx/FOCUS-Magazin Bxxxxx xxxxx