

DER PLAN: Ordnung schaffen!

Leider gibt es keinen Simsalabim-Zauberspruch, um vollgestopfte Zimmer und Schränke in neue Freiräume zu verwandeln. Doch zum Glück ist der Weg dahin schon ein Prozess, der Schritt für Schritt nicht nur sichtbares Chaos beseitigt, sondern auch innerlich etwas Wohltuendes mit uns macht. Hier ist ein Beispiel für einen erleichternden Start in den Minimalismus.



Die erste Minute

Ach, was, die erste Sekunde, ist die wichtigste: Der Beschluss wird gefasst, etwas aufräumen und ein Stück weit verändern zu wollen. Dieser Moment ist zu genießen! Also Augen zu und ausmalen, wie das Zimmer oder die Wohnung hell und fast leer aussehen könnte – wie kurz nach dem Einzug vielleicht? Das macht es möglich zu überlegen, was bei einem neuen Umzug mit müsste – am besten gleich aufschreiben, was rein bzw. drinbleiben muss! Der Rest könnte eine Prüfung gebrauchen.



Die erste Stunde

Pläne schmieden macht Spaß – auch wenn es darum geht, Ordnung zu schaffen! Augen zu, im Kreis rumdrehen, Zeigefinger ausfahren und stehen bleiben: na, worauf zeigt er? Hier könnte das Entrümpeln starten. Heißt: Fiel die Zufallswahl auf den Kleiderschrank, erstmal eine Schublade vornehmen oder ein Regalbrett und bei jedem Teil die Frage stellen: „Brauche ich dich wirklich?“ Dann kaputte Sachen in eine Repair-Kiste legen und Dinge, die weggönnen, in eine andere. Diese zweite soll eine Geschenke- oder Verkaufskiste werden, in die ab jetzt mindestens ein Teil täglich hineinwandert. Wer sehr viele Dinge besitzt, die schon seit langem nicht mehr in Benutzung sind, entledigt sich jeden Tag von fünf bis zehn und schreibt dazu, was mit ihnen geschehen soll: In den Kleiderkreisel, Second-Hand-Laden, in die „zu verschenken“-Kiste auf der Straße oder an liebe Menschen, denen genau das sicher Freude macht? Beschenkte sollten sich nicht als „Müll“-Entsorger fühlen.



Der erste Tag

Ist zu wenig passiert? Oder zu viel im ersten Überschwang? Bevor alle Dinge verschwinden, besser noch einmal drüber schlafen. Viele Menschen fühlen sich nahezu euphorisch, wenn gleich radikal „was wegkommt“. Andere brauchen Zeit, die Dinge zu verabschieden, gerade wenn sie mit Erinnerungen verbunden sind. Sobald Sie unsicher werden, einfach noch eine Kiste oder Ecke eröffnen, in der die Sachen auf eine endgültige Entscheidung warten können.



Der zweite Tag

Thematisch entrümpeln oder lieber Raum für Raum? Das ist die große Frage für den zweiten Tag hin zu mehr

Freiraum, die Antwort führt zu einem System. Alle verwandten Gegenstände zusammzutragen und auszusortieren, kann aufwändiger, aber auch nachhaltiger sein. Visuell veranlagte Menschen könnten jedoch mehr Freude und Energie gewinnen, wenn sie eine Ecke nach der anderen und einen Raum nach dem nächsten in schönste Ordnung verwandelt. Hauptsache, die Dinge werden nach den Regeln der Aufräum-Königin Kondo und der meisten Minimalisten in diese drei Kategorien aufgeteilt:

- Das behalte ich
- Weiß noch nicht, was ich damit mache
- Das kann weg

Entscheidungshilfen könnten Fragen wie diese sein:

- Habe ich das im vergangenen Jahr benutzt?
- Gibt es davon mehrere in der Familie oder im nächsten Freundeskreis, die ich ausleihen könnte, wenn ich es brauche?
- Tut es mir weh, das Stück loszulassen oder nicht?
- Wen würde es glücklich machen?
- Stimmt mich dieses Ding froh?



Dritter bis siebter Tag

Wie viele Dinge sind in der „Das kann weg“-Kiste? Lohnt es sich schon, den Inhalt der Kisten zum Wertstoffhof zu bringen, zu verschenken oder zu verkaufen?



Nach einem oder mehreren Monaten

wird der Raum schon luftiger sein! Jetzt nicht aufgeben, sondern immer weiter machen, und sei es nur fünf Minuten am Tag. Irgendwann macht sich garantiert das Gefühl breit, auch emotionalen Ballast los zu sein, leichter zu werden. Und irgendwann ist der Wendepunkt klar da, indem weniger Zeit beim Aufräumen „verloren“ geht, als gewonnen ist, weil kein Chaos mehr herrscht, sondern die eigene Ordnung.

Die Weg-Zeit dahin ist individuell natürlich sehr unterschiedlich. Manche machen nach wenigen Tagen radikal kurzen Prozess mit sehr vielen Dingen, andere brauchen viel länger und genießen das Trennen von dem Tages-Ding wie ein Ritual. Doch irgendwann kommt der Tag, an dem Sie nur noch von Dingen umgeben sind, die Sie entweder wirklich brauchen, sehr mögen und/oder die einen ideellen Wert haben. Das ist ein wunderbares Gefühl!

