



Weniger ist mehr



Überflüssiges auszusortieren macht das Leben leichter. So schaffen Sie gekonnt Ordnung

VON Kerstin Juchem

SCHWARZE JEANS und weiße Bluse? Oder der Rock aus blauem Cord und ein farblich passender Ringpulli? Mich morgens fürs Büro anzuziehen, kostete früher Nerven und dauerte ewig. Ich besaß viele Kleidungsstücke, fand aber nur mit Mühe eine Kombination, in der ich mich wohlfühlte. Erst als ich in eine kleinere Wohnung umzog und gezwungen war, meine Garderobe deutlich zu reduzieren, wurde es einfacher. Beim

Aussortieren fiel mir auf, dass ich viele Teile nie trug. Sie passten nicht richtig, hatten Farben, die mir nicht standen, oder waren einfach nicht mein Stil.

Heute bin ich schneller angezogen. Es hängen zwar weniger Kleidungsstücke im Schrank, dafür aber nur solche, die ich gern trage. Indem ich alles Überflüssige entfernt habe, ist Raum entstanden für das Wesentliche. Mittlerweile sogar in Küche und Keller. Ich muss weniger auf- und umräumen, sortieren, verstauen, suchen, putzen.

FOTOMONTAGE: (BLUMEN) © NATALIA RUEDISUELI/GETTY IMAGES; (POKAL) © JOHNER IMAGES/GETTY IMAGES; (FRAU VOR DEM REGAL) © GARY HOLDER/GETTY IMAGES; (TEDDY) © GETTY IMAGES/EVEEM/RASTRO BELIC

Egal, ob Ihr Kleiderschrank zu voll ist, Chaos in Ihrer Garage herrscht oder kein Blatt Papier mehr auf Ihren Schreibtisch passt: Wenn Ihre Besitztümer Sie einschränken, ist es Zeit, auszusortieren.

Beginnen Sie mit Einfachem

Am besten starten Sie klein: Räumen Sie Ihre Handtasche auf, machen Sie klar Schiff in der Besteckschublade, entrümpeln Sie den Kofferraum Ihres Autos. Fühlt sich das gut an? Dann bleiben Sie dran!

„Nehmen Sie einen Müllbeutel in die Hand, gehen Sie durch alle Zimmer, und halten Sie Ausschau nach Dingen, die sich nicht mehr verwenden lassen“, rät Werner Tiki Küstenmacher, Vereinfachungsfachmann und Autor des Buchs *Simplify your life*, auf seiner Website.

Stifte, die nicht mehr schreiben, einzelne Socken, Pfannen mit angegriffener Beschichtung, Konserven, die das Mindesthaltbarkeitsdatum deutlich überschritten haben, Verpackungen ohne Inhalt, alte Tageszeitungen – sammeln Sie alles ein, was kaputt, leer, überholt, nicht mehr zu gebrauchen ist.

Ganz wichtig: Was in die Mülltonne gehört, werfen Sie sofort hinein, den Rest bringen Sie bei nächster Gelegenheit zum Wertstoffhof.

Kann das weg?

Diese Fragen helfen beim Aussortieren:

Würde ich es bemerken, wenn der Gegenstand nicht mehr da wäre?

Würde ich ihn heute noch einmal kaufen? Nein? Also weg damit!

Was passiert, wenn ich diesen Gegenstand nicht mehr besitze? Lautet die Antwort „nichts“, dann weg damit!

Kann ich den Gegenstand ohne viel Aufwand wieder besorgen? Ist dies möglich, wiegt eine Fehlentscheidung nicht schwer – weg damit!

Habe ich den Gegenstand für mein Fantasie-Selbst gekauft? Kleidung oder Hobby-Ausrüstung schaffen wir mitunter an für die Person, die wir gern wären. Befreien Sie sich von unrealistischen Ansprüchen an sich selbst. Weg mit dem viel zu eleganten Kleid oder den Langlaufski, die sich auf dem Dachboden langweilen.

Hänge ich an dem Gegenstand oder an den sogenannten versunkenen Kosten? Das Geld, das Sie für dafür bezahlt haben, ist bereits ausgegeben. Jetzt kostet der Gegenstand Sie Zeit und Aufmerksamkeit. Falls er das nicht wert ist – weg damit!

Vermissen Sie nun etwas? Wenn Sie weitermachen möchten, arbeiten Sie sich am besten schichtweise vor. Drehen Sie immer wieder Runden durch Zimmer, Keller und Garage, ausgerüstet mit vier Kartons: einem für Müll, einem für Gegenstände, die Sie verschenken oder verkaufen möchten (siehe Kasten Seite 78), einem für



Mit einem gut geordneten Kleiderschrank sparen Sie Zeit

Dinge, die aufgeräumt werden müssen, und einem für Zweifelsfälle.

„Geliebt und/oder gebraucht?“, fragt der Schweizer Aufräumcoach und Buchautor Selim Tolga, wenn er Menschen beim Vereinfachen unterstützt. Nur wenn Ihnen ein Gegenstand am Herzen liegt und idealerweise auch benutzt wird, darf er bleiben. Alles andere ist vermutlich überflüssig. Tolga ist schon einmal beim Aufräumen bei einem Kunden auf gleich mehrere Toaster gestoßen. Die Lösung war offensichtlich: das beste Gerät – und eventuell einen Ersatz – behalten, den Rest weggeben.

Wenn Sie sich nicht entscheiden können, ob Sie sich von etwas trennen möchten (Denkanstöße im Kasten

links), schicken Sie die Zweifelsfälle in eine Art Quarantäne. Deponieren Sie den entsprechenden Karton außer Sichtweite und vermerken in Ihrem Kalender, wann Sie ihn entsorgen. Geben Sie sich sechs Monate, in denen Sie den Inhalt zurückholen können. Sie haben in dieser Zeit nichts aus dem Karton vermisst? Weg damit!

Erhalten Sie die Ordnung

Sie reduzieren Überfluss auch, indem Sie gezielt aufbrauchen und maßvoll nachkaufen. Benötigen Sie wirklich drei Allzweckreiniger, acht Teesorten und fünf Duschgels in verschiedenen Dufttrichtungen, oder haben sich diese Produkte nur angesammelt? In diesem Fall stellen Sie alles, was Sie

FOTO: © BURAZIN/GETTY IMAGES

FOTO: © GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO/KOSTIKOVA

gezielt aufbrauchen und nicht ersetzen möchten, gut sichtbar auf – Putzmittel etwa in einem Körbchen im Bad. Kaufen Sie erst nach, wenn die letzte Flasche annähernd leer ist. Und dann nur eine Sorte.

Sich von Papierkram zu befreien, ist für viele Menschen besonders knifflig. Schließlich muss man manches wie Geburts- und Heiratsurkunden, Renten- und Sozialversicherungsunterlagen, Zeugnisse, Krankenversicherungsunterlagen sowie Dokumente über Immobilienkäufe und Grundbuchauszüge in der Regel ein Leben lang sorgsam hüten. Anderes wie Handwerkerrechnungen und



Kontoauszüge hingegen gilt es nur für bestimmte Zeit aufzuheben. Machen Sie sich schlau, was Sie in Ihrer Lebenssituation wie lange aufbewahren müssen.

Ordnungscoach Isabella Franke, bekannt aus der TV-Serie *Organize 'n Style*, rät zu einer Papierstation, in der Sie die Woche über Wichtiges sammeln, etwa Rechnungen, Dokumente oder Korrespondenz. „Arbeiten Sie den Inhalt in regelmäßigen Abständen ab, zum Beispiel immer sonntags“, empfiehlt Franke. „An diesem Tag bezahlen Sie Rechnungen, beantworten Briefe und legen Dokumente ab.“ So vermeiden Sie, dass sich Stapel bilden und Wesentliches unerledigt bleibt.

Sammeln Sie Rechnungen und Belege für die Steuererklärung das Jahr über in einer Mappe, einem Umschlag, zur Not in einem beschrifteten Schuhkarton. Das erspart Ihnen die

Wohin damit?

Aussortierte Dinge, die sauber und intakt sind, können Sie verschenken, spenden oder verkaufen.

Verschenken: Für Bücher gibt es in vielen Städten Verschenkgale, in die man ausgelesene Bände stellen darf. Bekleidung findet beim Kleidertausch neue Besitzer (kleidertausch.de). Wer ein eigenes Grundstück hat, kann Kleinkram in einer Kiste in der Einfahrt anbieten. Oder Sie inserieren in der Zuverschenken-Rubrik der Kleinanzeigen (ebay-kleinanzeigen.de).

Spenden: Viele Sozialkaufhäuser, Tierheime oder Kindergärten freuen sich über passende Sachspenden. In Tierheimen etwa sind oft Kissen und Handtücher willkommen, in Kindergärten Schreibwaren und Bastelsachen.

Verkaufen: Bei speziellen Ankaufdiensten wie Momox (Bücher, Medien, Kleidung), Rebuy (Elektronik) und Vinted (Kleidung) oder auf dem Flohmarkt beziehungsweise auf Auktionsplattformen wie Ebay bekommen Sie für so manches noch gutes Geld.

Die Methode nach Marie Kondo

Die japanische Aufräumexpertin Marie Kondo rät dem Kram in einer bestimmten Reihenfolge zu Leibe zu rücken: 1. Kleidung; 2. Bücher; 3. Papiere; 4. Komono: alles andere, also etwa Hausrat, Werkzeug, Hobbyausrüstung, Pflegeprodukte, Lebensmittel; 5. Erinnerungsstücke. Sammeln Sie alle Dinge einer Kategorie an einer Stelle. Nehmen Sie jedes Teil in die Hand und fragen Sie sich, ob es „Freude entfacht“, das heißt, ob Sie es gern und oft benutzen. Falls nicht, wird es aussortiert. „Überlegen Sie, was Sie behalten möchten, nicht, was Sie weggeben können“, empfiehlt Kondo in *Das große Magic-Cleaning-Buch*. Gerade wenn Sie sehr viele Sachen besitzen, kann Kondos Methode den Haushalt lahmlegen. Planen Sie deshalb genug Zeit ein für jede Kategorie.

lästige Suche nach fehlenden Informationen und Nachweisen, wenn die Erklärung fällig wird.

Ganz wichtig: Auch wenn zusätzliche Regale, Boxen, Etais, Ordner, Kisten und Haken mehr Übersicht versprechen, kaufen Sie nichts davon! Nutzen Sie fürs Organisieren nach

dem Aussortieren erst mal, was Sie bereits besitzen. Schuhkartons für Kleinkram und Kabel, den überflüssigen Einkaufskorb für Schals und Mützen an der Garderobe, die hübsche alte Etagere für Ihren Schmuck. Wenn Sie langfristig etwas vermissen, können Sie es immer noch anschaffen.

Ich habe selbst nach fünf Jahren nicht das Gefühl, dass in meiner Garderobe etwas fehlt. Was sich im ersten Moment anfühlte wie ein Verzicht, entpuppte sich als Gewinn – an Platz, Übersicht, Zeit und Energie. Im Internet las ich neulich von einer Frau, die ihren Kleiderschrank für ein Experiment sogar noch weiter gelichtet hat als ich.

Sie reduzierte ihre Garderobe auf ein einziges Kleidungsstück: ein blaues Hemdblusenkleid, eigens für sie geschneidert – zugegeben in dreifacher Ausführung, damit sie reihum waschen kann. Dieses Kleid trug sie ein Jahr lang täglich. Mit Strümpfen und Strickjacke im Winter, mit Sandalen und Sonnenbrille im Sommer, mit Stöckelschuhen und Schmuck zu besonderen Anlässen und sogar mit Dirndl-Schürze zur Volksfestzeit. Für sie war es genug. Mir persönlich wäre das dann doch: zu wenig.

Die Basis einer gesunden Ordnung ist ein großer Papierkorb.

KURT TUCHOLSKY, DT. SCHRIFTSTELLER (1890–1935)

Irgendwie geht Ordnung in das Bedürfnis nach Totschlag über.

ROBERT MUSIL, ÖSTERR. SCHRIFTSTELLER (1880–1942)