

GRAUE PANTHER SOLOTHURN

Das Rezept fürs Ordnung-Schaffen besteht in «4 mal M»

von Gundi Klemm — az • 15.9.2017 um 14:42 Uhr



Wie macht man Ordnung?

© Michel Lüthi

Ordnungsprofi, Autor und Coach Selim Tolga hielt vor den Grauen Panther Solothurn einen Vortrag.

Wer Bilder von Messie-Wohnungen gesehen hat, wo alles gesammelt, aufbewahrt und planlos chaotisch übereinander gestapelt liegt, der ruft gerne nach einem Ordnungsprofi wie Selim Tolga. Aber sich vom Zuviel an Dingen zu trennen, die durchs Leben begleitet und irgendwann mal Freude bereitet haben, ist eben doch ein hartes Stück konsequenter Arbeit.

Selim Tolga, der es mit Ordnungsprinzipien von Kindesbeinen an sehr genau nahm und heute einen professionellen und zertifizierten Aufräum-Service mit theoretischer Unterstützung anbietet, weiss, wie persönlich belastend auf die Dauer ein Durcheinander in Haushalt und Schränken, in der Büroorganisation oder im Computer wirkt.

Mit der Feststellung: «Wir müssen uns von überflüssigen Dingen trennen, um für das Wesentliche in unserem Leben mehr Zeit zu haben», fand er bei seiner weit über 80 Personen grossen Zuhörerschaft durchaus Verständnis. Sie alle wollten wissen, wie man gute Vorsätze umsetzt in den Kraftakt, der von Ballast befreit. Den Trend, der über Deutschland aus den USA mit dem Buchtitel «Simplify your life» (Vereinfache dein Leben) in die Schweiz gekommen ist, hat Tolga auf hiesige Verhältnisse zugeschnitten.

Sein Rezept fürs Ordnung-Schaffen besteht in «4 mal M». Man startet mit der «Mission», in dem man sich klar wird über persönliche Werte, Wünsche und Ziele. Das zweite M steht für «Minimieren». Sein Rezept zur Reduzierung lautet: verteile alles, was du gehortet, ein Jahr nicht mehr in der Hand hattest und dir überflüssig erscheint, in fünf Kartonschachteln, die mit «Behalten/Weggeben/Platzwechsel/Unsicher/Abfall» bezeichnet sind.

Das dritte M bedeutet «Methodisieren», um Gegenständen, die planlos umherliegen eine neue Ordnung zu geben. Das vierte M heisst «Minimalismus» und verankert im Bewusstsein, dass man mit wenig zufrieden sein kann und nur das bei sich behält, was wirklich gebraucht wird. Vor allem, so lautete Tolgas Rat, solle man sich innerlich gegen die dauerhafte Verführung durch Angebote wappnen.

Ein grosses Problem, das vor allem die ältere Generation kennt, ist das «Loslassen», sich von Dingen zu trennen, die allesamt mit Biografie und erst recht mit Emotionen verbunden sind. Auch das unterschwellige Gefühl «das könnte ja noch nützlich sein», ist älteren Menschen besonders vertraut. Jeder weiss natürlich, dass das letzte Hemd keine Taschen hat und man am Lebensende nichts mitnehmen kann. Deshalb die Frage: was würdest du, um dein Leben übersichtlicher und einfacher zu gestalten, im Fall von Gefahr etwa bei Feuer, Erdbebens oder bei Ueberschwemmung retten?

Mit «Aufräum-Tipps» gab der Referent seinem Publikum weitere Empfehlungen an die Hand: für alles Wichtige in der Wohnung «Parkplätze» definieren, Einkaufsmanipulationen widerstehen, Aufgaben sofort erledigen und nicht auf die lange Bank schieben, ungeliebte Geschenke nicht endlos konservieren und bei allen Gegenständen nur das Beste behalten. Denn Weniger sei immer Mehr.