



Einrichten

Wohntrend Minimalismus: So gut tut es der Seele, wenn weniger mehr ist

Sira Huwiler-Flamm 30. Juli 2020

Der Wunsch, bewusst zu leben, prägt den Lifestyle einer ganzen Generation – auch in der Inneneinrichtung ist der minimalistische Stil angesagt. Was dahinter steckt und warum auch ein bisschen Pomp, Glitzer und Maximalismus Freude machen können.

Minimalismus – Was ist das eigentlich?

Auf unserer Website verwenden wir Cookies und Analyse Tools um die Nutzerfreundlichkeit auf der Website stetig zu verbessern, damit wir Ihnen einen optimalen Service bieten können und die Werbung für Sie auf unserer Website und Werbepartner zu personalisieren. Durch die Nutzung der Website stimmen Sie der Verwendung von Cookies zu. Nähere Bestimmungen können Sie unserer [Datenschutz-erklärung](#) entnehmen.

OK

Minimalismus und Maximalismus im Einklang

Fazit: Wohlfühlort – ganz individuell

Minimalismus – Was ist das eigentlich?

Weisse Wände, blanke Flächen, gedeckte Farben – das gilt im Volksmund als minimalistisch. Beton, Metall, Glas und Holz, wenig Kuschelstimmung und Krimskrams, dafür ein klares Farb- und Gestaltungskonzept. Der Trend, der nicht nur den Einrichtungsstil, sondern den gesamten Lifestyle vieler Menschen prägt, muss nicht unbedingt steril und langweilig sein. Er beschränkt sich aber auf das Wesentliche.

Eine Studie im Auftrag des WWF Schweiz zeigt: Neun von zehn Schweizerinnen und Schweizern wollen weniger konsumieren und dabei nicht nur Geld sparen, sondern auch die Umwelt schonen, Ballast loswerden und lieber mehr Zeit statt mehr Dinge haben. Der Grundgedanke, der diesen Sehnsüchten zugrunde liegt: achtsamer leben.



Anzeige

Für Sie entworfen: eine Hypothek, die sich Ihrem Leben anpasst, nicht umgekehrt.

Die Online-Hypothek mit extra langer Laufzeit.

Jetzt key4 entdecken

Bewusst einrichten

Zahlreiche Bücher, Blogger und Influencer widmen sich zurzeit diesem Thema. Eine von ihnen ist die Schweizerin Nicole Montemari. Mit ihrem Blog "**Bewusst glücklich**" und auf ihren Social-Media-Kanälen erreicht die Influencerin Tausende Leserinnen und Leser. Rund 12 000 Menschen folgen ihr auf Facebook und hören auf ihre Ratschläge, wie man mit kleinen bewussten Dingen, ganz im Sinne des Minimalismus, mehr Glück in den Alltag bringt.

Ihr Tipp, um das Zuhause in eine wahre Glücksoase zu verzaubern: "Positive Gedanken auslösen", und zwar mit der bewussten Wahl der Einrichtungsgegenstände und Dekoelemente. Oft werde unterschätzt, welche Kraft beispielsweise Bilder besitzen: "Sie lösen beim Betrachter Emotionen aus und beeinflussen (wenn auch unbewusst) unsere Stimmung", so die Influencerin.

Steht man also vor der Wahl eines Bildes für die **Wohnzimmerwand**, soll man den Preis und die renommierten Künsternamen ignorieren und sich besser fragen: "Passt es in meine Wohnung? Trägt das Bild eine Botschaft, die mir wichtig ist? Unterstreicht es meinen Charakter und meine Denkweise?", so Nicole Monte-



© Getty Images

Mit Liebe ausgewählte Wandbilder schaffen eine Wohlfühlatmosphäre in den eigenen vier Wänden.

Glücksprinzip aus Japan

Ähnlich sieht das Ordnung-Superstar Marie Kondō. Mit ihrer Aufräum- und Ausmismethode KonMari, unzähligen Ratgeberbüchern und der dazugehörigen Netflix-Dokuserie "Aufräumen mit Marie Kondō" erreicht sie Millionen von Menschen weltweit. Minimalismus und bewusstes Besitzen sind die Grundsätze dabei. Ihre Methode: Sich Raum für Raum jedes einzelne Teil zur Hand nehmen, fühlen, was es in einem auslöst und sich schliesslich von allen Dingen trennen, die weder gebraucht werden, noch wahre Freude bereiten.

Empfehlung unserer Redaktion

Zur Ergänzung des Artikels hat die Redaktion einen passenden Inhalt von Instagram herausgesucht. Sie können ihn sich

Ich stimme zu, dass externe Inhalte geladen werden. Damit können personenbezogene Daten an Dritte übermittelt werden. Wir haben keinen Einfluss auf den Umfang der Datenverarbeitung durch Dritte. (Weitere Infos in der [Datenschutzerklärung](#))

Schweizer Minimalismus-Pionier

Ähnlich denkt der Schweizer **Selim Tolga**. Bereits vor über zehn Jahren, also schon vor dem KonMari-Trend, begann er damit, seine Dienste als Aufräum- und Minimalismuscoach im Grossraum Zürich anzubieten. Seither hat er vielen Menschen dabei geholfen, minimalistischer und damit bewusster zu leben.

"Minimalismus beschränkt sich auf die Dinge, die regelmässig gebraucht und geliebt werden", weiss Tolga. "Selten gebrauchte Dinge sind eher im Keller oder auf dem Dachboden verstaut, damit es im Wohnbereich minimalistisch und leicht bleibt." Krempel muss weg. Was innerhalb eines Jahres nicht gebraucht wurde, uns ablenkt, negative Gefühle vermittelt sowie "Vielleicht-brauche-ich-es-noch-Objekte" können laut Tolga ohne schlechtes Gewissen verkauft, verschenkt oder weggeworfen werden.

Durch Ordnung und klare Strukturen spare man Zeit und Energieressourcen beim Suchen, Aufräumen und Putzen. "Dadurch schaffen Minimalisten weniger Ablenkung und mehr Fokus, machen ihr Leben einfacher und leichter", sagt der Aufräumexperte und ergänzt: "Nur von den wirklich wichtigen Dingen umgeben zu sein, hat zudem eine positive Wirkung auf unser Gemüt und damit auf unsere Gesundheit."

Gegentrend: Maximalismus

Aber: Jeder Trend verwandelt sich irgendwann ins Gegenteil. In der Mode werden Miniröcke zu Maxiröcken und Schlaghosen zu Skinny-Jeans. Im Einrichtungsstil lautet die Gegenbewegung zum Minimalismus deshalb Maximalismus – und die-

chern die Farbpalette breit. Auffällige haptische Materialien wie Samt und Kunstpelze oder bestickte Kissen sorgen für eine Wohlfühlatmosphäre. Und auch die Dekoration ist nichts für Puristen: Extravagante Einzelteile werden zum Hingucker, Muster, Formen und Kontrastfarben kombiniert, Bücher gestapelt und glanzvolle Kerzengläser in Gruppen arrangiert.



© Getty Images

Ob spektakuläres Urlaubsmitbringsel oder knalliges Einzelstück, beim Maximalismus geht es vor allem um aussergewöhnliche Blickfänger.

Minimalismus und Maximalismus im Einklang

Doch auch wenn sich die Grundsätze des Maximalismus auf den ersten Blick nach Überladenheit anhören, haben sie vieles gemeinsam mit dem Achtsamkeitsgedanken des Minimalismus. Denn auch hier gilt es, mit Liebe ausgesuchte Einzelteile bewusst zu platzieren, statt Geld für viel Krimskrams auszugeben. Ur-



© Getty Images

Hier lenkt nichts ab: Die Sofas und die Wandfarbe sind aufeinander abgestimmt. Antike Möbel sorgen für ein gemütliche Stimmung.

Fazit: Wohlfühlort – ganz individuell

Erlaubt ist, was gefällt. Sowohl beim Minimalismus als auch beim Maximalismus gilt: Lassen Sie Ihre eigene Persönlichkeit mit einfließen. Bloggerin Nicole Montemari bringt den Zweck der eigenen vier Wände auf den Punkt: «Ein Zuhause ist der Ort, wo du dich voll und ganz entfalten und DU selbst sein kannst.»

Mehr lesen über

[Dekotipps](#)[Designklassiker](#)[Designtrends](#)[Einrichtungstipps](#)[Homestyling](#)

War dieser Artikel hilfreich?

1

0

Artikel teilen

Als Nächstes lesen

Einrichten



Aufgeräumt: 10 Ideen für mehr Ordnung im Wohnzimmer

Ulrich Safferling 04. Aug 2020



Boho-Stil: lebensfrohes Wohndesign mit Chic in 9 Schritten

Susanne Loacker 03. Aug 2020

Anzeige



Hypothekarzinsen: Was gilt es zu beachten?

Leben



Vom Klavier bis zur Badewanne: 10 kreative Hochbeete

Sira Huwiler-Flamm 02. Aug 2020

Einrichten



Beleuchtung auf dem Balkon

Ulrich Safferling 31. Jul 2020

Bauen und Kaufen



Abgefahren: Wenn das Auto mit ins Haus kommt

Ulrich Safferling 24. Jul 2020

[Über The Better Life](#)

[Impressum](#)

[Datenschutz](#)

