

Chaos war gestern - jetzt ist Zeit für Ordnung

Ordnungsfex Antje Lohrer macht Ihr Leben leichter.

Viele Menschen fühlen sich nicht mehr wohl in ihrem Umfeld, fühlen sich belastet durch zu viele Dinge, durch Unordnung. Das Leben fühlt sich schwer an. Der Wunsch nach Ordnung ist da, doch im Alltag ist meist etwas anderes wichtiger.

Jetzt bewusst JA sagen

Gerade im Alltag würde mehr Ordnung jedoch helfen. Verbringen Sie zu viel Zeit mit suchen? Ärgern Sie sich über sich selbst, wenn Sie erst Sachen wegräumen müssen, um an etwas anderes heranzukommen? Sie bekommen etwas Schönes geschenkt und können sich nicht so recht freuen, weil Sie keinen Platz dafür haben?

Haben Sie generell mehr Dinge als Platz? Dann geht es Ihnen wie den meisten Menschen. Dann ist jetzt Zeit, JA zu sagen zu mehr Ordnung und Übersicht in Ihrem Leben.

Dinge loslassen - aber wie?

Es wird viel übers Loslassen geredet. Theoretisch hört sich das einfach an, doch in der Praxis steht man dann vor vielen lieb gewonnenen Dingen und Dingen, die man später noch brauchen könnte und so ist der Vorsatz zu entrümpeln schnell vergessen. Beginnen Sie mit kleinen Schritten. Nehmen Sie sich am Anfang nicht zu viel vor, sondern suchen Sie sich zum Beispiel Dinge aus, die Ihnen noch nie gefallen haben, die kaputt sind oder die Sie nicht mehr benutzen. Gut wäre es, sich von solchen Sachen zu trennen, die Sie immer wieder stören oder negative Gefühle in Ihnen auslösen. Wenn die Sachen nicht mehr da sind, sind auch die Störungen weg.



● Antje Lohrer gibt regelmäßige Ordnungstipps.

Ordnung befreit und steigert die Lebensqualität

Und hier noch ein spezieller Tipp: Suchen Sie sich eine bestimmte Fläche aus, z. B. einen Teil der Küchenarbeitsplatte, die Oberseite des Kühlschranks oder den Esstisch und räumen Sie diesen Platz frei. Sorgen Sie dafür, dass dieser Platz leer bleibt. Der Anblick dieser freien Fläche wird Sie motivieren, weitere solcher Flächen zu schaffen. Sie werden schnell spüren, wie befreiend Ordnung wirkt.

Weitere Informationen, regelmäßige Ordnungstipps und professionelle Unterstützung gibt es bei Antje Lohrer unter Tel. +43 680 3070306, www.ordnungsfex.at

-Anzeige-



Foto: Fotolia, Alexei Sycoev