



Endlich aufgeräumt - der Newsletter

[Endlich aufgeräumt - die Website](#)

Dezember 2010

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Interessierte,

willkommen zum Newsletter im Dezember.

Bevor ich zum Thema des Monats komme, möchte ich noch mal Bezug nehmen auf den Newsletter vom November und eine Buchempfehlung zum Thema „Downsizing“ aussprechen. Everett Bogue, einer der Vorreiter der Minimalisten-Bewegung, hat mehrere Bücher geschrieben, die er völlig verlagsunabhängig selber über seine Website als ebooks anbietet. Ich kann Ihnen [The art of being minimalist](#) sehr empfehlen. Sie bekommen dort einige sehr spannende Gedankenansätze und Ideen auf eine freundliche Art präsentiert.

Und nun zum

Thema des Monats

Vorgärten & Massenmörder!

Vielleicht wundern Sie sich ein wenig über das Thema des Monats. Massenmörder an sich sind ja ein wenig erquickliches Thema und in Verbindung mit Vorgärten ergeben sich ggfs. weitere unschöne Assoziationen. Aber keine Bange! Es geht wie immer im weitesten Sinne ums Aufräumen und um Persönlichkeitsentwicklung. Die Grundidee zum Thema hatte die sehr geschätzte Kollegin [Katharina Burkhardt](#). Wir unterhielten uns neulich darüber, dass das äußere Chaos oft ein Abbild des inneren Chaos sei. Soweit, so gut, denn das ist eine gängige Aussage von Menschen, die sich mit Ordnung und Unordnung beschäftigen. Dann aber sagte Katharina sinngemäß, dass ja mancher Massenmörder, obwohl vermutlich mit einem ordentlichen Chaos im Kopf versehen, doch den ordentlichsten Vorgarten in der ganzen Siedlung gehabt habe. Diese Bemerkung finde ich deswegen interessant, weil es sich auch hier mal wieder zeigt, dass es einfache „So ist dieses und deswegen ist jenes auch so“-Wahrheiten im Bereich der menschlichen Psyche kaum gibt. Einfache Rückschlüsse können vielleicht kurz für Erleichterung sorgen, weil sie eine vermeintliche Klarheit ins Kopf- und Gefühlschaos bringen, aber sie müssen nicht unbedingt als allgemeingültige Wahrheiten zutreffen. Genauso, wie jemand, der scheinbar strukturiert und aufgeräumt lebt, innerlich ein totales Chaos empfinden kann, kann jemand, der äußerlich chaotisch zu sein scheint, innerlich aufgeräumt und glücklich sein. Dieses als möglich anzunehmen bedeutet, sich gegen Stigmatisierungen schützen zu können, aber auch, andere nicht stigmatisieren zu müssen. Letztendlich kommt es nur darauf an, wie Sie sich fühlen und was Sie wollen. Verwechseln Sie nicht die Meinungen und Sichtweisen anderer mit Ihren eigenen Gefühlen und Wahrnehmungen und drücken Sie niemandem Ihre Wahrnehmungen als Wahrheiten auf. Es lohnt sich immer, genau hinzuschauen und ggfs. einfach mal nachzufragen. Sowohl bei anderen als auch bei sich selbst. Nur wenn wir genau hinschauen und unsere Gefühle und Empfindungen wahr- und ernstnehmen, können wir zu Lösungen für unsere Probleme kommen, die wirklich wirksam sind. Wenn wir mit Klischees arbeiten, werden wir uns selbst nicht gerecht, pressen uns selbst in ein Schema, in das wir nicht passen und gehen eventuell den falschen Weg. Gönnen wir es uns und schauen wir genau hin. Nur dann wird es uns möglich sein, sowohl für das Innen als auch für das Außen den richtigen Weg zu finden. Manchmal ist es derselbe Weg, aber nicht zwangsläufig immer. Wer innerlich chaotisch ist, sollte sich mit dem Innen beschäftigen und sich fragen, wie er dahin kommt, wo er hinmöchte. Wer äußerlich chaotisch ist, sollte sich dieselbe Frage stellen – aber beide Fragen sollten wir uns unabhängig voneinander stellen. Wenn das Innen und das Außen bei uns persönlich etwas miteinander zu tun haben, dann werden die Antworten eventuell ähnlich ausfallen. Wenn Innen und Außen aber unterschiedliche Maßnahmen brauchen, dann können wir dem auf diese Weise gerecht werden und geraten nicht in die Gefahr,

Zustände und Maßnahmen zu verwechseln. Der Vorgarten des Massenmörders kann etwas über seinen inneren Zustand aussagen, muss es aber nicht – wenn Sie mir diesen unschönen Vergleich nochmals gestatten wollen...

Ich wünsche Ihnen ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Übergang nach 2011!

Beste Grüße,

Ihr

Thomas Ritter

PS: Sie erhalten diesen Newsletter, weil Sie sich auf der Endlich aufgeräumt-Website dafür eingetragen haben. Sollten Sie kein Interesse mehr haben, klicken Sie einfach [hier](#).

