



Endlich aufgeräumt - der Newsletter

[Endlich aufgeräumt - die Website](#)

Mai 2010

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Interessierte,

willkommen zum Newsletter im Mai.

Bevor ich zum Thema des Monats komme, möchte ich noch mal darauf hinweisen, dass „Endlich aufgeräumt“ auch bei facebook und twitter vertreten ist. Dort gibt es wöchentlich kurze Neuigkeiten.

<http://www.facebook.com/Endlichaufgeraeumt>

<http://www.twitter.com/aufgeraeumt>

Und nun auf zum Thema des Monats!

Thema des Monats

Der große Trugschluss des Loslassens und welche Alternativen es gibt

Kennen Sie das? Sie können sich nicht für oder gegen etwas entscheiden und kaum, dass Sie das im Ansatz geäußert haben, kommt bildlich jemand um die Ecke geschossen und ruft, den Zeigefinger hoch erhoben: „Du musst lernen, loszulassen!“. Na gut, das Bild ist vielleicht etwas scharf gezeichnet, aber die Essenz bleibt: wir haben eine Konjunktur der „Du musst nur lernen, loszulassen.“–Prediger. Loszulassen ist ein wenig zum esoterischen Hobby geworden. Mittlerweile fangen auch andere Gesellschaftsteile an, dem Allheilmittel des Loslassens glauben zu schenken. Jedoch, ein Satz wird nicht deswegen wahrer, weil er mehr und lauter wiederholt wird. Denn die Kunst, loszulassen ist für sich alleine genommen nichts wert. Grundsätzlich bin ich ja ein Vertreter der Meinung, dass Menschen, die mir erzählen, was ich muss, sowieso mit Skepsis betrachtet werden sollten. Wenn jemand käme und sagte: „Also, mein Tipp an Dich: beschäftige Dich mal damit, ob es nützlich für Dich sein könnte, das Loslassen zu lernen.“, dann würde ich vielleicht sagen: „Hm, interessant. Wie kommst Du drauf und wie kann ich Deinem Tipp folgen?“. Wenn aber jemand kommt, und von mir verlangt, dass ich einfach nur loslassen lernen muss (und meine Probleme seien gelöst), dann staune ich im besten Falle, gehe aber meistens instinktiv in eine Abwehrhaltung. „Warum?“ habe ich mich gefragt. Meine Erkenntnis: erstens lasse ich mir ungern von anderen ihre Lebenswelt als richtig aufhängen. Ich kann gut selber entscheiden, was ich für mich als richtig empfinde. Und zweitens ist einseitiges Ausbilden von Fähigkeiten sinnlos. Wer nämlich nur loslässt, wird haltlos. Es kommt immer auf die jeweilige Situation an. Ein Freeclimber sollte tunlichst lernen, festzuhalten. Ansonsten hat sich seine Leidenschaft für ihn schnell erledigt. Erst, wenn er richtig gut festhalten kann, sollte er lernen, im richtigen Moment loszulassen, sonst hängt er ewig an der selben Stelle. Wer nämlich nur festhalten kann, muss zwangsläufig erstarren. Genauso ist es auch mit dem Aufräumen, Wegwerfen und Behalten. Die Mischung aus Festhalten und Loslassen macht den Erfolg aus. Die „Lass los“-Adepten sind meistens so begeistert vom Wegwerfen, dass sie blind werden für die Dinge, die jemand lieber behalten möchte. Ihr gutgemeinter Rat erreicht dann genau das Gegenteil des beabsichtigten. Wer auch immer sich mit dem Thema Ordnung und Aufräumen beschäftigt, der braucht die Fähigkeit, sich in der Waage zwischen Festhalten und Loslassen zu bewegen. Dazu gehört ein Wertesystem, aber auch ein klarer Blick für Missverständnisse und Ersatzhandlungen. Wer die Postkarte *aus* dem Urlaub verwechselt mit der Erinnerung *an* den Urlaub, behält vielleicht die Postkarte, obwohl er sie für die Erinnerung nicht bräuchte. Wer allerdings sagt: „Ich möchte die Postkarte behalten, weil sie mir hilft, mich zu erinnern.“, der hat eine klare Motivation und sollte die Postkarte behalten. Oft hilft in solchen Fällen auch die Frage „Wenn ich die Postkarte wegwerfe, was hilft mir, mich an

den Urlaub zu erinnern? Gibt es etwas besseres als die Postkarte?“ – möglich, dass man dann etwas loslassen kann, was man vorher festhaltenswert fand. Wenn also jemand auf Sie zugestürmt kommt und die Lösung Ihrer Probleme damit verbindet, dass Sie etwas müssen sollen, dann lohnt es sich, herauszufinden, was die zweite Seite derselben Medaille ist und wie Sie beide Seiten in die Waage bringen. Bedenken Sie: Festhalten alleine macht starr, loslassen alleine macht haltlos. Das bewusste Gleichgewicht beider Fähigkeiten wird Sie in die Lage versetzen, Ihre Ordnungs- und Aufräumziele zu erreichen.

Soviel für den Monat Mai. Bis zum Juni alles Gute für Sie!

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](#).

