

14.01.2022 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Judith Vonderau,

Autorin bei "Kirche im hr", Bad Orb

## Ein Feiertag fürs Aufräumen

Heute ist der Schaff-Ordnung-in-Deiner-Wohnung-Tag. Ordnung schaffen, aufräumen. Das scheint doch etwas so Alltägliches, dass wir dafür keinen besonderen Tag brauchen. Ich vermute, dass die meisten Menschen ständig Ordnung schaffen – und das den ganzen Tag über immer wieder: Betten machen, Frühstücksgeschirr wegräumen, Müll rausbringen. Das gehört einfach dazu und passiert teilweise nebenbei, ohne dass wir groß darüber nachdenken, dass wir gerade Ordnung schaffen.

Und trotzdem gibt es diesen besonderen Tag zum Aufräumen. Ich glaube, dass es mit dem Ordnung-Schaffen mehr auf sich hat. Es geht nicht nur darum, dass das schmutzige Geschirr nicht mehr im Weg steht. Es geht auch nicht nur darum, dass wir nicht im Chaos versinken.

Ich glaube, dass ein gewisses Maß an Ordnung Menschen gut tut. Das sind die ganz praktischen Folgen des Aufräumens: Wir finden unsere Sachen wieder und stolpern nicht ständig über herumliegende Dinge.

Aber es ist auch mehr: Die äußere Ordnung macht etwas mit unserem Inneren. Das, was um uns herum ist, kann unseren inneren Zustand widerspiegeln. Und die innere Unordnung kann dabei viel größer sein als die äußerliche. Da ist vielleicht ein Streit,

bei dem die Versöhnung noch aussteht oder eine Unklarheit bezüglich meiner Zukunftsplanung.

Wenn ich in meiner Wohnung Ordnung schaffe, kann ich das zum Anlass nehmen, über meine innere Ordnung nachzudenken. Bei monotonen Tätigkeiten wie Wäsche aufhängen oder Spülmaschine einräumen sind meine Hände beschäftigt und ich habe den Kopf frei zum Nachdenken. Und so können diese Arbeiten in meinem Alltag auch gleichzeitig der Anlass sein, in meinem Innern Ordnung zu schaffen. Ich kann mir Gedanken machen, wo in meinem Innern mal wieder aufgeräumt werden sollte.

Wo möchten Sie als Nächstes aufräumen?