



# Der perfekte Kleiderschrank

Frischer Wind fürs Wohlfühl: Jetzt ist die richtige Zeit, seine Garderobe auf Vordermann zu bringen.

Liebe Leserinnen, liebe Leser, wir alle kennen es: Der Schrank ist voll und doch haben wir nichts zum Anziehen. Ein Luxusproblem, das uns regelmäßig Zeit, Nerven und Kraft raubt. Besonders berufstätige Frauen und Männer haben nicht immer die Muße, sich lange mit Kleidung aufzuhalten. Da muss die Garderobe schnell das richtige Outfit für den Arbeitstag oder wichtigen Termin hergeben. Vor allem sollte für jede Gelegenheit ausreichend passende und kombinationsfähige Kleidung vorhanden sein – am besten: jedes Teil ein Lieblingsstück.

Doch die Realität sieht anders aus. Der Schrank steckt voller Kleidung, die bis zu 80 Prozent nicht getragen wird. Darunter sind viele „Sorgen- und Waisenkinder“: Kleidung, die nicht mehr oder noch nicht passt und möglicherweise nie passen wird; teure und unkombinierbare Einzelteile, zu denen sich einfach nichts finden lässt. Manchmal hängt sogar das Preisschild noch daran und wir können gar nicht so genau erklären, warum wir das Teil nicht tragen oder warum wir es überhaupt gekauft haben. Der Wechsel in die neue Saison ist ein idealer Zeitpunkt, die Garderobe wieder auf Vordermann zu bringen. Doch warum fällt es uns „Ausmisten“ oft so schwer? An der Kleidung, unserer zweiten Haut, hängt unser Leben. Sie trägt die Erinnerung an all unserer schönen und weniger schönen Erfahrungen, unsere Vorstellungen und Träume. Mit dem Inhalt unseres Schanks begegnen wir unserer Vergangenheit und uns selbst.

Sich von Altem zu trennen, gelingt am besten, wenn wir Gefühl und Verstand einsetzen. Unser Bauch sagt uns

zuverlässig, ob wir uns in einer Farbe, einem Stoff, Schnitt oder Stil zuhause fühlen oder nicht. Der Kopf hilft uns bei der Frage, wie wahrscheinlich es ist, dass wir irgendwann wieder in ein Kleidungsstück hineinpassen werden. Und bei der Entscheidung, ob wir uns wirklich täglich mit dem Frust konfrontieren möchten, dass viele schöne Sachen kostspielige Fehlinvestitionen waren. Loslassen befreit. Verabschieden wir uns von allem Überflüssigen, das seinen Glanz verloren hat, das nicht mehr zu uns und in unser Leben passt. Seien es Kleidungsstücke und Accessoires oder unrealistische Wunschvorstellungen über uns selbst bzw. unsere Figur. Verabschieden wir uns mit Wertschätzung von allem, was uns gut gedient hat, was wir jetzt aber nicht mehr benötigen, einschließlich aller weniger guten Erfahrungen und alter Lebensabschnitte.

Ausräumen befreit, schafft Platz für Neues und Besseres. Sagen wir mutig „Ja!“ zu dem Menschen, der wir jetzt sind, zu unserer individuellen Schönheit, die von Modeidealen abweichen mag, zu unserem Leben, wie es jetzt ist. Das ist eine wichtige Voraussetzung für den perfekten Kleiderschrank. Haben wir im Lauf der Jahre unser wahres Selbst, unser höchstpersönliches Farb- und Stilpotential gefunden und entfaltet, kennen wir unsere Bedürfnisse, gehören teure Fehlkäufe und morgendlicher Frust der Vergangenheit an. Der Traum vom Schrank voller Lieblingsstücke wird wahr. Und der macht so richtig Lust auf Anziehen! ■

Herzlich, Ihre

*Annette Sax*



Annette Sax

In ihrem Studio in Roden-Ansbach berät die Stilberaterin Frauen und Männer in Bezug auf Selbst- und Stilfindung sowie authentische Außenwirkung in Beruf und Privatleben. Für Firmenschulungen ist sie deutschlandweit unterwegs. Ihre Arbeitsweisen sind in Europa einzigartig. Die Persönlichkeit eines jeden Menschen liebevoll zum Strahlen zu bringen ist ihr eine Herzensangelegenheit.