

Inhalt

| | | |
|----------|---|------------|
| | Vorwort zur 4. Auflage | 9 |
| | Vorwort | II |
| 1 | Der Beginn – Vom Putzen und Pflegen | 15 |
| | Von Südafrika in die Schweiz | 16 |
| | Putzfirma und Krise | 18 |
| | Drei Fragen | 23 |
| | Putzen und Pflegen | 28 |
| | Hinterm Mond? | 32 |
| 2 | Der Mensch, sein Haus und seine Helfer | 39 |
| | Geduld, Weisheit, Frömmigkeit, Lebenssicherheit | 40 |
| | Der Bau des Menschen | 43 |
| | Das Haus als Organismus | 45 |
| | Die vier Elemente | 51 |
| | Die Helfer – Von Wesen umgeben | 61 |
| | Kommunikation | 66 |
| | Elementarwesen | 72 |
| | Die einzelnen Elementarwesen – eine Einführung | 81 |
| | Die Wesen, die wir als Menschen schaffen, wirken im Sozialen | 92 |
| 3 | Der Reinigungsprozess als Grundlage | 107 |
| | Pflegen | 109 |
| | Freude am Putzen | 112 |
| | Kunst im Alltag | 114 |
| | Vernachlässigung | 119 |
| | Hausarbeit in früheren Zeiten | 120 |
| | Hausarbeit heute | 126 |
| | Reinigen als Beruf | 128 |
| | Schönheit wecken | 135 |
| | Heil- und Sozialpädagogik | 138 |
| | Reinigung und Heilung | 146 |

- 4 Spiritualität im Alltag 163**
Religiosität im Alltag 165
Druck 172
Innere Ruhe und Ausgeglichenheit 179
- 5 Ordnung 187**
Unordnung ist nicht gleich Chaos 188
Überforderung 192
Von den Schwierigkeiten beim Ordnung-Schaffen 197
Wie entsteht Unordnung? 200
Wo beginne ich mit dem Ordnung-Schaffen? 201
Vernachlässigung, Schmutz und Staub 208
- 6 Vom Umgang mit den Dingen 215**
Nimm Abschied und gesunde 225
Das Gold des Interesses 231
- 7 Einiges zum Messie-Phänomen 239**
Nicht jeder, der unordentlich ist, ist gleich ein Messie! 240
Wann ist die Schwelle überschritten? 243
Unordnung und ihre Ursachen beim Messie-Syndrom 246
Lösungsansätze 249
Menschenkundliche Aspekte zum Messie-Syndrom 258
- 8 Rhythmus 269**
Ernährung 273
Bekleidung 275
Ordnen und Putzen 277
Unterhalt 286
Lebensgewohnheiten 287

- 9 Erziehung und Selbsterziehung 293**
Sich nicht unter Druck setzen 294
Nachahmung 299
Rhythmus, Kultur und Verabredungen 304
Förderung der Eigenverantwortung 309
Wegen Umbau geschlossen – Pubertät 312
Sinnvoll arbeiten 318
- 10 Die Schulhausreinigung 325**
Projekt: Reinigung durch Schüler 327
Mögliche Einwände 331
Schulung 333
Die Schule – ein lebendiger Organismus 336
- 11 Praktischer Teil 347**
Wo fange ich an? 348
Gedanken zur Umwelt 364
Reinigungsmittel und ihre Anwendungsbereiche 368
Umweltgerechte Reinigung 376
Wäsche und Fleckentfernung 379
- Schlusswort 394
Anmerkungen 398
Bildnachweis 404
Literatur 405