



MARTINA GOERNEMANN

WOHNEN  
FÜR DIE SEELE



GLÜCKLICHER LEBEN HELL UND PUR





WOHNEN  
FÜR DIE SEELE



FÜR TIM







MARTINA GOERNEMANN

WOHNEN  
FÜR DIE SEELE



GLÜCKLICHER LEBEN HELL UND PUR

Fotos von Sonia Folkmann

CALLWEY



**6 Vorwort****8 Die 10 Gebote des Wohnens****10 FREUDE**

- Schön und brauchbar!
- Eine Freudenliste
- Nutze den Tag
- Farben bringen Freude
- Sahnehäubchen für die gute Laune
- Wie aus jedem Bad ein Badezimmer wird

**24 BESCHEIDENHEIT**

- Herzstücke
- Ehrliche Komplimente
- Küche 0.2 statt 2.0
- Einfach Leinen

**34 ORDNUNG**

- Flaschentausch
- Loslassen
- Ordnung braucht Behälter
- Total Regal
- Innere Werte

**46 MUT**

- Mut ist ein Muskel
- Große Effekte
- Alles ist machbar
- Schrank weg!

**56 KLUGHEIT**

- Patent auf Bettlaken
- Obsttage für die Töpfe
- Schnelle Helfer
- Feine Farben
- Wichtige Werkzeuge
- Flohmarktknigge

**70 STOLZ**

- Baumärkte
- Die Seele der Dinge bewahren
- Selbstgemacht

**78 SEHNSUCHT**

- Magie der Kindheit
- Sehnsuchtsorte
- Viele Jahre Sehnsucht
- Sehnsuchtsdinge

**88 LIEBE**

- Ab heute bin ich nett zu mir!
- Liebe geht durch die Küche
- Wenn das Leben Zitronen reicht
- Von Häusern und Palästen
- Ans Herz gewachsen

**100 EINFACHHEIT**

- Stimmungsmacher
- Weiße Magie
- Das Echte bleibt
- Einfach Wohnen
- Großer Respekt vor kleinen Dingen
- Lernziel: Stil

**114 EHRlichkeit**

- Herrlich unaufgeräumt
- Hingucker
- Kompromisse sind besser als allein frühstücken



## 122 ERINNERUNG

- Botschaften und Bilder
- Erinnerungen sammeln
- Spannendes Rahmenprogramm

## 130 HUMOR

- Jeder Topf findet seinen Deckel
- Süßes oder Saures
- Perfektion schüchtert ein

## 138 GEDULD

- Möbel mit Geschichte
- Mach' ich noch
- Zaudern und Zucker
- Grün bringt Frische
- Von schwierigen Ecken

## 150 VERTRAUEN

- Dem eigenen Geschmack vertrauen
- Von Nichtloslassern und Kaffeetrinkern
- Die richtige Idee

## 158 RUHE

- Das stillste Zimmer
- Kissenparade
- Ensembles schaffen
- Stille Örtchen
- Einrichten wie Noah
- Schön schlafen
- Gestohlene Zeit

## 174 Impressum und Dank







*Das Glück kommt oft durch eine  
"Fas", von der man nicht wusste, dass  
man sie offen gehalten hat.*

POSTERS

**FA|MI|LIE**, die; mehrköpfige Lebensgemeinschaft,  
in der jeder seinen eigenen Kopf hat.





„Sie sind etwas ganz Besonderes, also wohnen Sie gefälliger auch so!“

So lautete der Schlusssatz im Vorwort der ersten Auflage dieses Buches. Das ist ein paar Jahre her und heute muss ich schmunzeln, wenn ich an die aufgeregten Diskussionen denke, die diese elf Worte damals im Verlag auslösten. Es herrschte Besorgnis, weil der Satz möglicherweise zu frech sei. Menschen, die 29,90 Euro für ein Buch ausgeben, hätten es verdient, in einem höflicheren Ton angesprochen zu werden. Wir diskutierten endlos darüber, ob Sätze dieser Art zu Missverständnissen führen oder die Leserinnen sogar verärgern könnten...

Ich will ganz gewiss niemanden verärgern. Im Gegenteil, zufrieden und froh will ich Sie machen mit diesem Buch. Und mutig! Mutig genug um die Dinge zu ändern, die Sie schon ewig ändern wollten! Und Sie anspornen, sich wichtig zu nehmen! So wichtig, dass Sie endlich anfangen so schön zu wohnen, wie Sie es verdienen. Ohne Möbel die nerven und Kaffeetassen, die Sie nicht leiden können.

Kurz und gut, der Satz blieb drin und Sie haben meine Worte offensichtlich richtig verstanden.

„Wohnen für die Seele“ wurde zu einem der erfolgreichsten Wohnbücher der vergangenen Jahre. Die vielen Zuschriften, die wir bekamen, hatten nicht Verärgerung zum Anlass, sondern schilderten, dass dieses Buch die Sicht auf das Zuhause verändert hat. Und weit und breit keine Entrüstung darüber, dass für 29,99 Euro die Sprache stellenweise zu flapsig gewesen sei. Im Gegenteil: Als das Buch für kurze Zeit vergriffen war, wurden im Internet Preise bis weit über 100 Euro für gebrauchte Exemplare geboten. Aber mit Mondpreisen ist jetzt Schluss, denn „Wohnen für die Seele“ ist in neuer Auflage wieder für Sie da! Mit Geschichten vom Wohnen und Leben und brauchbaren Tipps für ein Zuhause, das Ihnen beim Heimkommen schon an der Tür zuruft: „Schön, dass du da bist!“ Dieser freundlichen Begrüßung kann ich mich nur sehr herzlich anschließen.

Ihre  
Martina Goernemann





# Die 10 Gebote des Wohnens

## **Erstes Gebot**

### **Du sollst nicht perfekt sein**

Lassen Sie auch mal etwas herumliegen.  
Allzu viel Perfektion schüchtert ein!

## **Zweites Gebot**

### **Widerstehe dem Drang zu dekorieren**

Deko ist ein schlimmes Wort! Keine Kantenhocker,  
kein Dekosand und keine Glitzersteinchen. Niemals!  
Alle Dinge, mit denen Sie sich umgeben, sollen eine  
Aufgabe haben.

## **Drittes Gebot**

### **Mach's wie Noah**

Schaffen Sie Ensembles aus vielen ähnlichen Sachen  
oder stellen Sie die Dinge paarweise auf. Das bringt  
Ruhe in die Einrichtung!

## **Viertes Gebot**

### **Die Farbe Weiß ist unschlagbar**

Weiß macht Räume größer und Möbel schlanker.  
Klingt paradox? Ist aber so!

## **Fünftes Gebot**

### **Bunt geht auch, aber dann richtig**

Wenn Sie Farbe lieben, dann treiben Sie es bitte wirklich  
bunt. Effekte stellen sich nur ein, wenn Sie nicht zaghaft  
sind.

## **Sechstes Gebot**

### **Hässliche Verpackungen sind Spaßverderber**

Geben Sie den Dingen Ihres täglichen Lebens schöne  
Behälter. Milch, Mundwasser, Geschirrspülmittel.  
Aber Vorsicht bei gefährlichen Flüssigkeiten.

## **Siebtes Gebot**

### **Sei mutig**

Was wollen Sie lieber? Ihr gewohntes Leben oder gelebtes  
Wohnen? Na bitte! Legen Sie los!

## **Achtes Gebot**

### **Vor den Erfolg hat der Herr ein „Moodboard“ gesetzt**

Farben, Tapeten- und Stoffmuster, die Ihnen gefallen,  
werden in Ihr eigenes Ideenbuch eingeklebt. Dazu Fotos  
von Möbeln und Einrichtungen, die Sie schön finden.  
Wenn Ihr eigenes Wohnbuch prall gefüllt ist, dann werden  
Sie es genau vor sich sehen: Ihr schönes, neues Zuhause.

## **Neuntes Gebot**

### **Nicht schön voll, sondern voll schön**

Die Abstände zwischen den Möbeln sind genauso wichtig  
wie die Möbel selbst. Stellen Sie die Räume nicht voll.  
Entrümpeln Sie lieber die Schubladen, dann brauchen Sie  
weniger Möbel.

## **Zehntes Gebot**

### **Wenn gar nichts hilft, helfen Hortensien**

An solchen Stellen im Haus, die sich gegen Verschö-  
nerungsmaßnahmen hartnäckig zu sträuben scheinen,  
platzieren Sie Hortensien. Je üppiger, desto besser.







FREUDE







Schön und brauchbar!

Eine Freudenliste

Nutze den Tag

Farben bringen Freude

Sahnehäubchen  
für die gute Laune

Wie aus jedem Bad ein  
ein BadeZimmer wird





## Schön und brauchbar!

„Alles Brauchbare muss schön sein“, sagte der Designpapst Wilhelm Wagenfeld. Aber „alles Schöne muss auch brauchbar sein“, das sage ich Ihnen. Quälen Sie sich nicht mit ollen Stühlen, von denen malerisch die Farbe abblättert. Das mag auf Fotos toll aussehen, aber auf Lacksplittern zu sitzen, ist auf Dauer gar nicht lustig. Die Dinge, mit denen Sie sich umgeben, sollen Ihr Herz erfreuen, aber sie sollen auch ihren Dienst tun.

*Ein altes Waschgitter.* Weiß gestrichen macht es Ihre Wanne zur Wellness-Kabine.

*Dickwandige, alte Milchflaschen.* Sie halten die Milch auf dem Tisch lange schön kühl und sind so viel hübscher als Tetrapak.

*Bett-Tabletts.* Wenn es sie nicht seit langem gäbe, müsste man sie sofort erfinden. Mein Bett-Tablett ist im ganzen Haus in Benutzung. Überall dort, wo es sich jemand so recht gemütlich machen will.





ALLES  
BRAUCHBARE  
MUSS SCHÖN  
SEIN.



„TU' DEINEM LEIB  
ETWAS GUTES,  
DAMIT DEINE SEELE  
LUST HAT, DARIN  
ZU WOHNEN.“  
TERESA VON ÁVILA





## Eine Freudenliste

*Gestern hab' ich mir mal wieder einen Sonntagmorgen selbst geschenkt ...*

Gleich wenn die Sonne aufgeht, reiße ich die Balkontür am Schlafzimmer auf. Mache mir einen Milchkaffee und trinke ihn im Bett aus einer Tasse, die so groß ist wie ein Goldfischglas. Die Vögel im Garten geben mir ein Sonntagskonzert und ich freu' mich wie verrückt, in einem schönen Haus zu wohnen.

Wenn ich eine Katze wäre, würde ich schnurren. Es gibt so viele Sachen, die ich in meinem Haus genieße. Leider nehme ich die kleinen, innerlichen Freuden sprünge viel zu oft viel zu selbstverständlich. Aber gestern morgen hab' ich mir ein Notizheft gesucht. Ich fand ein kleines Büchlein mit grünem Einband, viele Seiten dick. Auf den Deckel vorn habe ich ein Etikett geklebt und darauf geschrieben: „Ich-freu'-mich-Kladde!“ Und dann habe ich angefangen zu schreiben:

Ich freu' mich über ein Lesestündchen in der Nachmittagssonne und über Toast mit Butter im Bett.

Ich freu' mich, wenn Freunde mit mir Kuchen essen, und über Suppenterrinen mit Hortensien drin.

Ich freu' mich über selbstgemachtes Petersilienpesto und Sirup aus Holunderblüten.

Ich freu' mich über Brotscheiben, die dick geschnitten sind, und über weiße Kerzenleuchter.

Ich freu' mich, wenn das Feuer im Kamin bumpt und wenn es in der Küche nach Hefebrot riecht.

Ich freu' mich über weiße Tassen, Aluminiumtöpfe, Leinenkissen, Schränke mit vielen Schubladen, Wicken in Hellblau und Quittengelee in alten amerikanischen Einmachgläsern ...

Es wird mir nicht jeden Tag gelingen, ganz bewusst die vielen kleinen, täglichen Freuden zu spüren. Aber ich werde mich bessern und habe mir vorgenommen, meine kleine grüne Kladde eines Tages Satz für Satz gefüllt zu haben.



### Kräuterküche

Das einfachste Pesto der Welt geht mit jeder Kräutersorte.

- Ein üppiges Bündel fein hacken, in ein Gefäß geben, grobes Salz dazu und mit gutem Olivenöl angießen.
- Mit einem Holzstößel gut durchstampfen.
- Spaghetti kochen. Vom Kochwasser etwas zurückbehalten.
- Fertige Nudeln in eine (wirklich!) große Schüssel geben.
- Pesto mit dem zurückbehaltenen Kochwasser mischen und über die Nudeln gießen.
- Mit frisch geriebenem Parmesankäse bestreuen und gut vermengen.
- Eine helle Freude!





## Nutze den Tag

*Das Band, das die sechs Bettlaken zusammenhielt, war bestickt. „Nutze den Tag!“, stand in immer wiederkehrenden Sätzen auf der Borte.*

Ich fand das Bündel auf einem Münchner Flohmarkt. Achtlos in einen Pappkarton geworfen, zusammen mit einem Spätzlehobel und vier riesigen Flaschen Kölnisch Wasser. Handgewebtes, schweres Leinen, vor vielen Jahrzehnten für den Aussteuerschrank zusammengelegt, liebevoll zusammengebunden und nie benutzt.

Wie mag es der Frau ergangen sein, die das Lakenbündel einst geschnürt hat? „Nutze den Tag!“,





hat sie gestickt. Die herrlichen Leinentücher blieben ihr Leben lang sorgsam im Schrank verwahrt, nur der Spruch wird ihren Alltag geprägt haben. Vermutlich hat sie ihre Tage genutzt, um die Fenster zu putzen, Berge von Wäsche zu waschen und Unmengen von Marmeladengläsern zu füllen. Oder um das Silber zu putzen und das Porzellan mit Goldrand und den hübschen Veilchen zu pflegen, das nur sonntags auf den Tisch kam.

Ich habe die gestickte Borte der unbekanntes Hausfrau an meine Pinwand in der Küche gehängt. Sie erinnert mich daran, dass auch ein Käsebroten einen schönen Teller verdient hat und dass es wichtig ist, den Tag zu nutzen. Zum Beispiel für Dinge, die nicht immer praktisch sind, aber die das Herz berühren. Lassen Sie heute Abend mal die guten Gläser aus dem Schrank. Und ab morgen nutzen Sie den Tag! Aber richtig!

Dinge, die man liebt, sollte man um sich versammeln. Es stimmt natürlich, dass sie kaputtgehen können, wenn man sie oft benutzt. Aber dann haben sie doch wenigstens ein erfülltes Leben gehabt, oder?