

Alles in Ordnung?

Ihre Arbeit bringt oft mehr Klarheit als der Besuch bei einem Therapeuten. Gunda Borgeest hilft ihren Kunden, beim Aufräumen von der äußeren zur inneren Ordnung zu finden und einen **neuen Lebensplan** zu entfalten

TEXT: PETRA THORBRIETZ

Gunda Borgeest ist ein aufgeräumter Mensch. In ihrer Wohnung dominieren helle Farben und klare Linien, und als eine Fernsehredakteurin sie bat, für ein kurzes Filmporträt aus der Wohnung zu eilen und sich im Laufen den Mantel überzuziehen, blieb sie standfest: „Das würde ich nie tun!“ Auf ihrem Schreibtisch liegen verschiedenste To-do-Listen, auf weißem Papier handgeschrieben und mit sorgfältig untereinander sortierten Posten. Wer sich mit ihr verabredet und zehn Minuten nach dem verabredeten Zeitpunkt nicht erschienen ist, erhält eine freundliche SMS: „Sitze ich vielleicht falsch? Waren wir nicht...?“ Wir waren. Aber es ist nicht immer leicht, seinen Alltag pünktlich auf die Reihe zu bekommen.

Das Leben der meisten Menschen ist nämlich ziemlich unaufräumt, nicht nur, wenn es um Termine geht. „Stuffocation“ – eine Kreation aus „stuff“

(englisch für Zeug) und „suffocation“ (englisch für Ersticken) – nennt der britische Autor James Wallman in seinem Bestseller dieses Phänomen unserer Überflussgesellschaft: das Anwachsen von Dingen, die ihren Besitzern langsam aber sicher über den Kopf wachsen. Wer kennt das nicht? Im Schuhregal stehen mindestens vier Paar Schuhe, die

Das Leben der meisten Menschen ist ziemlich unaufräumt

„eigentlich“ drücken oder deren Reparatur immer wieder verschoben wird, weil die Kosten dafür ihren aktuellen Wert überschreiten. Aber trennen...? Jährlich nimmt man die über den Winter eingemottete Sommerhose für den Strand aus dem Koffer. Sie ist ein Mitbringsel



wurde, war ein Riesent Teddybär im Schlafzimmer sein einziger Freund. „Brauchen Sie ihn denn wirklich noch?“, fragte Gunda Borgeest. Die Antwort war nicht leicht – entsorgt werden sollte der Bär jedenfalls nicht, und der Dachboden erschien ein kalter Ort der Verbannung. Also schlug Gunda Borgeest als Kompromiss vor, den Bären eine Zeit lang aufs Wohnzimmersofa zu setzen und sich die Sache einfach noch einmal zu überlegen.

Beraubt seiner Intimität hinter der Schlafzimmertür sah der Bär auf dem Sofa plötzlich übergroß und irgendwie fehl am Platz aus. Zögernd setzte sich der Wohnungsbesitzer neben den Bären, um ihn dann, nach einer langen Pause, mit entschlossenem Ruck hochzuheben und zur Tür zu gehen. „Ah, jetzt kommt er wohl doch auf den Dachboden!“ fragte Gunda Borgeest lächelnd. Der Mann und der Bär blickten sich kurz und ernst um: „Sagen Sie jetzt nichts...“ Und sie verschwanden nach oben. „Viele Menschen glauben, dass man sich mit den Dingen auch von Erinnerungen trennen muss“, sagt Gunda Borgeest, „aber das stimmt nicht! Wenn meine Kunden das erst einmal im Gespräch

Man trennt sich von Dingen, nicht von den Erinnerungen

realisieren, dann tun sie sich viel leichter loszulassen.“ Zum Beispiel eine 82-jährige Witwe. Zwölf Jahre lang hatte sie die Sachen ihres Mannes nach dessen Tod nicht anrühren wollen, die vielen kleinen persönlichen Gegenstände, die er täglich berührt, die Notizen, die seine Hand geschrieben hatte. Nun aber hatte sie Gunda Borgeest gebucht, um auch hier Ordnung zu schaffen. Stück für Stück wurde mit deren Hilfe der Nachlass aufgelöst, verbrannt, ver-



ALTE LIEBE
Die Fliege des verstorbenen Gatten findet als Anhänger einen Sinn

schenkt, archiviert – bis auf eine Kleinigkeit, von der sich die Witwe einfach nicht trennen wollte, sein Markenzeichen: „Wenn ich mich an sein Gesicht erinnere, sehe ich immer auch die Fliege darunter.“ Was aber sollte es nützen, sie einfach wieder in die Schublade zu legen? Nach langen Gesprächen mit Gunda Borgeest hatte die alte Dame

Aufräumen ist auch immer ein Stück weit Biografie-Arbeit

eine Idee: Sie suchte die drei schönsten Stücke heraus und verwandelte sie in Anhänger, die sie um die Schlüssel ihrer wertvollen antiken Schränke band. Auf diese Weise hatte sie ihren Mann täglich vor Augen.

Biografie-Arbeit lautet der Fachbegriff für den Umgang mit Erinnerungen – wenn es darum geht, innerlich Abschied zu nehmen, um für Neues Platz zu machen. Gunda Borgeest hat Erfahrung damit, weil sie neben ihrer Arbeit ehrenamtlich im Münchner Christophorus-Hospiz arbeitet. „Am Ende eines Lebens geht es um das Wesentliche“, sagt sie, „alles Überflüssige fällt dann ab, und man kommt an den Kern der Dinge.“ Zum Beispiel an die Frage, warum man mehr als ein halbes Leben lang mit sich gekämpft hatte, eine Doktorarbeit zu schreiben, obwohl man schon früh erfolgreicher Geschäftsführer eines großen Unternehmens wurde. Erst als seine Frau, eine Malerin, gestorben war und es darum ging, in einer neuen Woh-

Omas Erbe
Oft okkupiert das alte Teegeschirr nur die Küche ohne Sinn



AMBITIONEN
Die gescheiterte Doktorarbeit wanderte erst zum Altpapier, als ihr Schreiber 75 war

nung die Bildersammlung aufzuhängen, konnte ein 75-jähriger Kunde mit den Promotionsunterlagen seine Ambitionen auf den Altpapierstapel legen. Endstation: Wertstoffhof.

„Es gibt drei Argumente, die Menschen immer wieder vorbringen, wenn sie Dinge nicht wegwerfen können“, sagt Gunda Borgeest. Ausrede 1: „Das hat mal sehr viel gekostet.“ Ausrede 2: „Das kann ich vielleicht noch mal brauchen.“ Ausrede 3: „Das habe ich geschenkt bekommen, das kann ich doch nicht einfach...“ In allen Fällen aber



Wann werde ich
mal wieder
herausgeholt?

werden die Objekte, um die es geht, nicht mehr verwendet, sondern gestapelt, hin- und hergeschoben, manchmal sogar gehasst. Fast schamanische Macht hängt Dingen an, die mit der Familie zu tun haben – zum Beispiel das angeschlagene Teegeschirr, das von der Großmutter vererbt wurde und nun den Schrank okkupiert, obwohl die Enkelin sich ihr und ihm in keiner Weise verbunden fühlt. Oder die Tupperware, mit der die Eltern in kolonialem Eifer die Küche ihrer schon lange verheirateten, über 40-jährigen Tochter besetzten, außerdem mit feuerfesten Kunststoff-Kochutensilien und diversen Gewürzbehäl-

tern und Spezialschneidern. „Stellen Sie doch mal alles in die Mitte auf einen Haufen“, empfahl Gunda Borgeest. Das Ergebnis bezeichnete die Kundin als „heilsamen Schock“. Sie werde nun den

Manchmal braucht es
einfach nur einen
„heilsamen Schock“

Eltern klarmachen, dass der Haushalt längst komplett sei.

Niemand ist vor der magischen Kraft gefeit, die manche Dinge entwickeln können – auch nicht das junge Paar in der Hauptstadt Berlin, das sich bei Gunda Borgeest Hilfe holt,



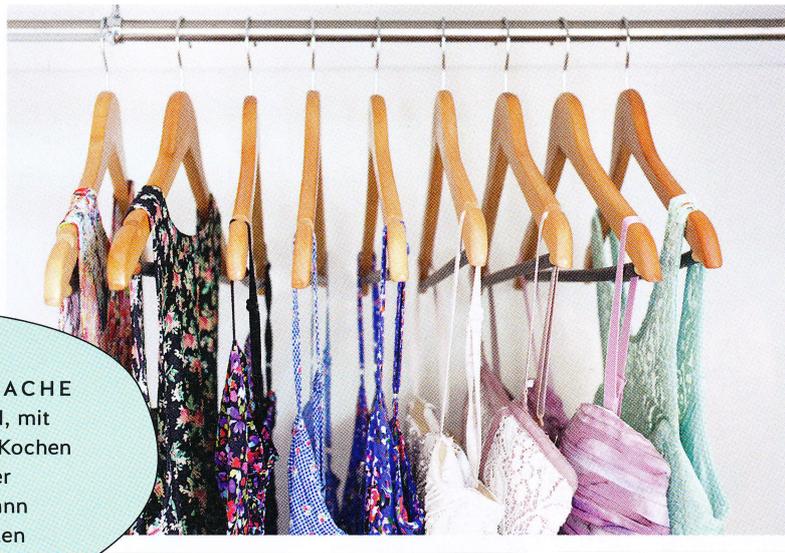
Die Chaos-Theorie

Unordnung hat nichts mit Faulheit zu tun. Chaotische Menschen sind kreativ, ideenreich und wagemutig. Zu diesem Ergebnis kamen jetzt diverse Studien.

Dem Chaos ausgeliefert. Ein echtes Messie-Dasein beginnt in der Jugend, verläuft chronisch und bessert sich nicht von allein. 80 Prozent der Messies fühlen sich mit der Unordnung überfordert.

Angeboren? Ordnungssinn ist eine Tugend und nicht vererbbar. Die Fähigkeit ordentlich zu sein, ist uns aber allen in die Wiege gelegt.

Alte Klamotten
Warum horten wir
Kleidung, die
wir längst nicht mehr
tragen mögen?



FAMILIENSACHE
Der Kochlöffel, mit
dem man das Kochen
von der Mutter
gelernt hat, kann
die Ehe belasten



um seinen Umzug aus einer Vierzimmerwohnung in ein eigenes Haus im Umland zu bewältigen, trotz zweier zeitraubender Jobs. In allem waren sie sich einig, bis sich ein abgenutzter Kochlöffel der Harmonie in den Weg legte. „Der kann doch längst weg“, sagte sie und war schon dabei, das Stück Holz in den Abfallsack zu stecken. „Bist du verrückt – mit nichts anderem kann man so gut Risotto zubereiten!“, sagte er und war verletzt. Denn mit diesem Löffel hatte seine persische Mutter ihm das Kochen beigebracht.

Unser Gewissen macht uns zu Sammlern wider Willen

Hunderte gebrauchte Briefumschläge, Dutzende von Bleistiftstummeln, eine Batterie von Glasknöpfen – ist es das schlechte Gewissen der Konsumgesellschaft, das uns zu Sammlern wider Willen macht? Während wir auf der einen Seite jedem Schnäppchen nachjagen, unbedingt das haben wollen, was uns noch nicht gehört, horten wir auf der anderen Seite jenes, was wir schon längst nicht mehr wollen. Mit dem Ergebnis, dass unsere Wohnungen und

Schränke überquellen. Viele der Kunden von Gunda Borgeest haben zusätzlich zu ihrem Krimskrams auch noch einen Berg von Aufräum-Ratgebern, „die ihnen aber nicht geholfen haben, weil das Ordnungschaffen ein höchst individueller Prozess ist“, sagt sie. Erst im Gespräch schälte sich Lösungen für jede Lebenslage heraus. Eine Kundin sagte zu ihr: „Mein Chaos fühlte sich an wie die Eigernordwand. Ich wusste noch nicht mal, wie ich zum Basislager komme. Aber Sie sind dann mit mir ganz nach oben gegangen!“

Vielen fällt es übrigens leichter, sich von Gegenständen zu trennen, wenn sie das Gefühl haben, dass diese noch jemand anderer verwenden kann. Ein wichtiger Teil von Gunda Borgeests Arbeit besteht deshalb darin herauszufinden, welchen Sinn die Dinge noch haben könnten – sei es bei Charity-Organisationen wie Oxfam, auf Flohmärkten oder als Wertstoff. „Das ist eine Seite, die beim derzeitigen Boom der Aufräum-Literatur völlig übersehen wird“, sagt sie. „Dass es den Menschen nicht egal ist, was aus ihren Sachen wird. Weil sie immer eine Geschichte erzählen, die zu unserem Leben gehört.“

Petra Thorbrietz findet, dass Ordnung wirklich schön ist, aber nicht, wenn man sie selbst halten muss. Sie selbst hat zu Hause ein „teilstrukturiertes Chaos“: Ihre Welt ist in halbwegs geordnete Häufchen sortiert, gesucht werden muss aber trotzdem.

Wollt ihr
ein neues
Zuhause?

Sinnsuche

KLEIDUNG

Gute, aber nicht mehr passende Kleidung wird gerne von lokalen Charity-Organisationen angenommen. Auch das Deutsche Rote Kreuz hat Kleiderkammern.
DRK.DE

SPIELZEUG

Wenn Kuschtiere längst von den Kindern verbannt worden sind, freuen sich andere über sie. Die Organisation Laughing Hearts hat es sich zum Ziel gemacht, so Kindern ein Lächeln aufs Gesicht zu zaubern. **LAUGHING-HEARTS.DE**

MÖBEL

Bei Umzügen können Dinge, die man nicht mehr mitnehmen möchte, einen neuen Platz finden. Der Verband Caritas unterhält mehrere Sozial-Kaufhäuser, die Möbel auch abholen.
CARITAS.DE