



## Nr. 3/10 - 9. September

<b>Aktuelles</b>	<b>Agenda, Kurse für Selbsthilfegruppen</b>
<b>Pressespiegel</b>	<b>Aeschbachers Sommerjob und ein Messie-Blog aus Deutschland</b>
<b>Interview</b>	<b>Mit Sandra Rusch über Humor</b>
<b>Buchbesprechung</b>	<b>„Das Leben einsammeln – Olga A., die Geschichte einer Messie – Die Abgründe einer Seele“ von Herrad Schenk</b>
<b>Rätsel</b>	<b>Auflösung</b>

Liebe Messies und Nicht-Messies

Fleissige Mitarbeiter halfen dieses LessMess-Info mit interessanten Berichten und Artikeln zu gestalten: Thomas kommentiert die Sendung „Aeschbachers Sommerjob“, in der Kurt Aeschbacher einer Frau beim Ausräumen der Wohnung einer verstorbenen Messie hilft. Johannes hat ein spannendes Buch gelesen und seine Eindrücke für euch nieder geschrieben. Das Interview mit Sandra Rusch über Humor soll zeigen, dass wir alle Stress, Schwierigkeiten, Peinlichkeiten und Schwächen mit Humor besser überwinden können. Das Echo auf die Rätsel, die Thomas jeweils gesucht und umschrieben hat, wurde immer kleiner und zuletzt beantwortete gar niemand mehr die Frage. Deshalb wird es kein Rätsel mehr geben. In diesem Info nur noch die Auflösung des letzten Rätsels. LessMess wünscht allen Lesern und Leserinnen einige spannende und vergnügliche Stunden mit dem neuesten LessMess-Info.

Eine wichtige Vorinformation: Der Vorstand von LessMess hat beschlossen die Mitgliederversammlung 2011 am gleichen Tag und Ort wie das Sommerfest (welches aus organisatorischen Gründen eh zum "Maifest" mutiert...) durchzuführen: am Samstag, 28. Mai 2011. Näheres folgt.

LessMess

## Aktuelles

Rückblick auf das Sommerfest

Am 10. Juli 2010 trafen sich rund zwanzig Gäste und zehn Helfer zum schon traditionellen Sommerfest. Das hochsommerliche Wetter versprach ein lauschiges Fest im Garten des Kirchgemeindehauses Wallisellen unter schattenspendenden Bäumen. Beim Apéro begrüßte Thomas die Gäste, die von nah und fern gekommen sind, herzlich. Dann tischte „unser“ Chefkoch Röbi die köstlichen Grilladen auf, die alle zusammen an den ansprechend geschmückten Tischen genossen. Gerade als sich Elmira und Johannes anschickten, über ihre Erfahrungen bei der Presse und bei Informationsveranstaltungen über Messies zu berichten, zogen dunkle Wolken auf, Windböen bliesen Servietten über den Rasen und bevor der Regen niederprasselte, halfen alle zusammen alles abzuräumen und die Tische und Stühle ins Haus zu tragen. Als Dankeschön für die spontane Aufräumhilfe wurde allen eine Runde Holunderblütensirup spendiert. Im Trockenen erzählten dann Johannes und Elmira von ihren Erfahrungen, bei denen sie auf viel Interesse und auch Wohlwollen trafen. Es entwickelte sich eine angeregte Diskussion im Saal, die schliesslich durch das Dessertbuffet beendet wurde. Mit einem herzlichen Applaus an die Organisatoren Claudia und Röbi für das gelungene Sommerfest bedankten sich alle Gäste!

---

## 4. Österreichische Messie Tagung an der Sigmund Freud PrivatUniversität

Vierte Deutschsprachige Messie Tagung -

"Veränderungen – was muss sich ändern und was muss bleiben, wie es ist?"

Datum: Samstag, 13.11.2010, 9 - 17 Uhr

Mehr Infos bei Johannes von Arx, Murwiesenstrasse 31, 8057 Zürich, 044 310 77 10

---

## Kurs für Selbsthilfegruppen der Stiftung KOSCH:

„Umgang mit herausfordernden Situationen in der Gruppe“ am 3. November 2010 in Bern. Auskunft und Anmeldung: Stiftung KOSCH, Geschäftsstelle, Laufenstrasse 12, 4053 Basel, Tel. 061 – 333 86 01, E-Mail: [gs@kosch.ch](mailto:gs@kosch.ch)

---

## Selbsthilfegruppen für Angehörige von Messies:

Das angekündigte Flugblatt für die Angehörigengruppe in Basel ist jetzt fertig:

### **Selbsthilfegruppe für Angehörige von Messies**

*Wir Angehörige sind gefordert im Zusammenleben, da Messies keine Ordnung halten und nichts wegwerfen können.*

*In unserer Gruppe geht es darum, unsere Erfahrungen mit Ohnmacht, Wut, Erschöpfung oder Verunsicherung auszutauschen. Was können wir uns selbst zumuten, und wo sind unsere Grenzen? Wir möchten uns gegenseitig stärken. Sind Sie Partner oder Geschwister von Messies? Haben Sie Töchter oder Söhne, die Messies sind?*

*Wenn Sie sich angesprochen fühlen, melden Sie sich unter:*

**Zentrum Selbsthilfe, Feldbergstr. 55, 4057 Basel, Tel: 061 689 90 90**

[mail@zentrumselbsthilfe.ch](mailto:mail@zentrumselbsthilfe.ch)

**Korrigenda:** Die im letzten LM-Info erwähnte Angehörigengruppe in der Klinik Herisau (Region St.Gallen) ist nicht spezifisch für Messiebetreffene, sondern im Rahmen psychisch kranker Menschen

„Humor ist, wenn man trotzdem lacht“?

## **Interview mit Sandra Rusch**

### **LessMess**

*Herzliche Gratulation zu deinem erfolgreichen Abschluss des Psychologie-Studiums im März. Welche Schwerpunkte und Vertiefungen hast du bei deinem Studium gewählt?*

### **Sandra**

Den Schwerpunkt legte ich auf „positive Psychologie und Humor“ mit der Vertiefung in Persönlichkeitspsychologie und Diagnostik bei Prof. Dr. Ruch. Die „positive Psychologie“ ist ein sehr junges Gebiet der Psychologie, die selber auch eine junge Wissenschaft ist verglichen z.B. mit Philosophie. Die Wurzeln der positiven Psychologie liegen in Amerika. Seligman war der Vorreiter. Zusammen mit Petersen und Park begründete er das Gebiet der positiven Psychologie. Sie kreierten den Grundsatz: „Fix what is wrong, but build what is strong“, d.h. Repariere, korrigiere, was falsch ist, aber stärke die persönlichen Ressourcen, fördere die Charakterstärken, stärke deine Stärken! In einigen Studien unter anderem auch an einer Studie der Universität Zürich von Prof. Dr. Ruch konnte gezeigt werden, dass verschiedene Charakterstärken zur Erhöhung der Lebenszufriedenheit beitragen. Da zu gehört neben Neugier und Dankbarkeit auch der Humor.

Paul McGhee ein bekannter Humorforscher hat in Amerika ein 8-stufiges Humortraining entwickelt. Dies wurde von Heidi Stolz und mir für unsere Lizentiatsarbeit „Ist Humor lernbar?“ auf den deutschen Sprachraum adaptiert und in Form eines Trainings an der Universität Zürich am Lehrstuhl von Herrn Prof. Dr. Ruch angeboten. Das Ziel ist, Humor zu fördern, denn Humor kann trainiert werden. Humor fördert die Heiterkeit und die schlechte Laune geht zurück. Der Ernst im Leben ging zwar auch zurück. Aber Ernst und Heiterkeit sind keine Gegensätze, denn wir können mit Ernsthaftigkeit arbeiten, aber dabei auch Humor einbringen. Bei Arbeiten, die man nicht gerne macht, kann eine Pause mit humorvollen Gedanken oder mit humorvollen Merksätzen hilfreich sein, um die Arbeit fertig zu stellen.

### **LessMess**

*Welche Personen machen ein Humortraining und wie ist der Inhalt der acht Stufen?*

### **Sandra**

In einem Humortraining treffen sich ganz verschiedene Leuten aus verschiedensten Berufen und auch Pensionierte. Wir führen auch Kurse für bestimmte Berufsgruppen durch, z.B. Lehrer, Bankangestellte, Verwaltungsangestellte und Krankenschwestern. Bei diesen speziellen Gruppen berücksichtigen wir das Arbeitsumfeld.

- Stufe 1      Arten von Humor: Die Kursteilnehmer (TN) lernen verschiedenste Arten von Humor kennen und sollen herausfinden, welche Art von Humor sie mögen und was ihnen daran gut tut.
- Stufe 2      Spielen: Die TN lernen Spiele kennen. Zunächst sind einige TN skeptisch und zurückhaltend. Aber beim Spielen ist man im „Hier und Jetzt“ und vergisst für einige Zeit seine Probleme, man vertieft sich in eine andere
- Stufe 3      Öfters lachen, den Optimismus bewahren und öfters Witze erzählen. Den TN wird ein Einblick in die Welt des Lachens und seinen positiven Auswirkungen gegeben.

- Stufe 3 Öfters lachen, den Optimismus bewahren und öfters Witze erzählen. Den TN wird ein Einblick in die Welt des Lachens und seinen positiven Auswirkungen gegeben.
- Stufe 4 Verbaler Humor. TN erforschen, wie sie die Sprache humorvoll brauchen können. Wortspielereien in allen Variationen werden geübt.
- Stufe 5 Humor im Alltag finden. TN beobachten alltägliche Begebenheiten, peinliche Situationen und schauen sie aus einer anderen humorvollen Perspektive nochmals an, setzen sich z.B. auf den Boden oder stehen auf oder versuchen sich, in eine andere Person zu versetzen.
- Stufe 6 Über sich selber lachen können. Wie gehen TN mit peinlichen Situationen um? Vielleicht hat ja gar niemand etwas Peinliches bemerkt! Oder man lernt eine Schwäche zu akzeptieren, wenn man sie nicht ändern kann. Oder man kann mit einer vertrauten Person darüber sprechen, die vielleicht das Problem auch kennt!
- Stufe 7 Humor im Stress finden. Dies ist die schwierigste Stufe. TN spielen eine Theaterszene für eine schlechte und für eine gute Problemlösung. Aber es gibt kein Allheilmittel, kein sicheres Rezept! Das Üben in einer stressfreien Situation kann helfen, Distanz in einer stressigen, peinlichen Situation zu finden.
- Stufe 8 Zusammenfügen aller Stufen. Was hilft mir als TN am besten? Damit sagen wir auch, dass nicht jede Art von Humor jedermann zusagt und dass nicht alle Stufen gleich intensiv studiert werden müssen.

Der logische Aufbau der Stufen zeigt, dass man nicht einige Stufen herauspicken kann. Der Kurs verlangt sehr viel Mitdenken, Engagement und Selbstreflexion. Dafür gibt es sehr viel Material, das für eine Beschäftigung mit den persönlichen Humorressourcen weitere Hinweise liefern. Eigeninitiative ist sehr wichtig, denn der Kurs allein kann nicht als Allheilmittel für jede Lebenslage angesehen werden. Wir (Heidi Stolz und Sandra Rusch) bieten den Kurs während 8 Wochen einmal wöchentlich zu zwei Stunden an. Eine Evaluation hat aber gezeigt, dass grössere zeitliche Abstände für die Auseinandersetzung mit dem Thema erwünscht sind. Stärken suchen und Selbstreflexion sind nicht immer lustig, sondern anstrengend. Die TN müssen selbst herausfinden, ob es für sie stimmt und es ihnen etwas bringt. Sie müssen Lösungsmöglichkeiten selbst ausprobieren. Wir bieten Informationsabende an und führen ganztägige Workshops durch für diejenigen Interessierten, die wissen wollen, worin der Inhalt des Humortrainings besteht. Für bestimmte TN-Gruppen passen wir den Kurs auf Wunsch an.

### **LessMess**

*Kannst du das Humortraining auch Messies empfehlen?*

Sandra

Ja sicher, auch Messies können ein Humortraining machen. Ein Kursteilnehmer bezeichnete sich als Sammler und er wollte mit dem Training Distanz zu seiner Problematik gewinnen.

Da das Messie-Phänomen vielschichtig und oft ein Symptom für verschiedene psychische Probleme ist, kann das Humortraining sicher kein Ersatz für eine Therapie sein. Humor kann aber eine Stütze fürs Leben sein.

### **LessMess**

*Was empfiehlst du bei der Betreuung von Messies?*

## **Sandra**

Bei längerfristigen Einsätzen bei Messies müssen sich beide Seiten zuerst kennen lernen.

Dabei spüre ich, wie sie mit gewissen Situationen umgehen, welche Art von Humor sie haben, denn es gibt natürlich auch humorvolle Messies! Wenn die Beziehung stimmt, kann aus der Situation heraus eine Entscheidung, etwas wegzuwerfen, mit Humor gefällt werden. Aber es gibt Kunden und Kundinnen, bei denen funktioniert Humor nicht und man muss andere Gründe für Entscheidungen finden. Wichtig ist, dass beide authentisch bleiben, sonst stimmt es für den Kunden/die Kundin und/oder für mich nicht. Allgemein ist zu beachten, dass Humor missverstanden werden könnte, es darf kein Auslachen sein.

## **LessMess**

*„Humor ist, wenn man trotzdem lacht“. Was sagst du dazu?*

## **Sandra**

Dies ist eine alte Volksweisheit und hat sicher Wahres an sich.

Humor und Lachen liegen nah beieinander. Beim Lachen heben wir die Mundwinkel, was im Hirn die Ausschüttung von Endorphinen (Glückshormonen) auslöst, die uns erwiesenermaßen besser fühlen lassen. Beim Lachen sind viele Gesichtsmuskeln aktiv, dies führt zu einer Entspannung nach dem Lachen.

Es soll ein wohlwollendes Lachen, kein Lachen über sich selber als Person sein, sondern über die Situation. Dabei kontrolliert man, wie man sich fühlt.

Bei zu grosser Ernsthaftigkeit ist man angespannt und zu stark fokussiert. Mit Humor kann man manchmal einen Gedankenstopp einbauen, in dem man z.B. in einem Witzbuch blättert oder im Internet Witzseiten anschaut oder sich etwas Lustiges anhört. Es ist nicht nötig, dass man schallend lacht, aber ein Wechsel der Perspektive führt oft zu einem weiteren Lösungsschritt.

Für Messies ist es wichtig, dass sie beim Aufräumen oder bei einer Räumung den Humor nicht verlieren. Im Alltag kann eine humorvolle Struktur, spielerisches Aufräumen entspannend wirken.

Die Arbeit mit Messies führt manchmal zu schwierigen oder nicht befriedigenden Situationen. Dann suche ich für mich eine humorvolle Erklärung oder baue zur Entspannung eine Humoroase ein, indem ich ein lustiges Buch lese. Dabei finde ich Distanz und neue Energie.

Ich finde bei Messies oft sehr viel Humor, was viel Spass macht. Er lässt Stärken entdecken und Energie regenerieren.

## **LessMess**

*Sandra, ich danke dir vielmals für das interessante Gespräch.*

Das Interview hat Annemarie geführt.

# Pressespiegel

## TV-Programm 24. Juli 2010

### Aeschbachers Sommerjob - (3) mit Wohnungsräumerin Erika Lörtscher

"Lifere statt lafere"

PFUI AESCHBACHER

Aeschbachers Auftritt in seinem Sommerjob als Aufräumhelfer darf hier nicht unkommentiert bleiben.

Einmal mehr vermittelt eine Fernsehsendung in einem doch recht populären Gefäss mit einem doch recht populären Moderator ein völlig verfehltes Bild von Messies. Da entsetzt sich der gepflegte Moderator Kurt Aeschbacher über den hinterlassenen Schmutz und die deutlichen Zeichen von Vernachlässigung einer alten, in ihrer Wohnung verstorbenen Dame, deren Nachlass notariell entsorgt werden muss. Die 73-jährige Entrümplerin Erika Lörtscher zeigt sich da wesentlich abgebrühter und erzählt bereits zum Morgenkaffee einleitende Schauergeschichten über bei ähnlichen Aufträgen aufgefundene Leichenteile...

Aeschbis Job besteht darin, mit mehr oder weniger Erfolg fröhlich Möbel zu zerdeppern ("das macht irgendwie noch Spass...") und Gläser zu verschlagen - man glaubt sich in einem billigen Remake von Haemmerlis persönlicher Familienabrechnung (7 Mulden und eine Leiche).

Bald mal ekelt sich Aeschbacher und gerät schier an den Anschlag ab schmutziger Bettwäsche, überstellter Küche und unbenutzter Dusche - vielleicht wäre mal ein Sightseeing in einer Favela angesagt (na ja, ein Slum im benachbarten Lyon oder die Banlieue von Paris reichen wohl schon).

Aeschbi: "Es ist einfach irgendwie erschreckend, wie so etwas verkommen kann und ein Mensch da drin lebt".

Loertscher: "Aber das ist kein Einzelfall, es gibt Tausende von solchen".

Der soziale Hintergrund wird hier keine Sekunde hinterfragt - natürlich beurteilt man eine solches Desaster als rein selbstverschuldet. Diese kurzsichtige Ansicht wird bestätigt durch Aeschbis Schlusssatz: "...wenn man so etwas hinterlässt, dann ist das für niemanden eine Freude". Wen wundert's, dass bei derart diskriminierenden und verurteilenden Worten manche Messies sich restlos schämen und es nicht wagen, rechtzeitig Hilfe zu suchen.

Auch über die komplexe Messieproblematik wird kein einziges Wort verloren.

Die spärlichen Hintergrundinformationen muss man der geschriebenen Presse entnehmen, wie etwa einer Vorschau zur Sendung in der Schweizerfamilie. Da wird der Verstorbenen zumindest eine gebildete Belesenheit zugebilligt und im Film zeugt der kurze Einblick in Dokumentenmappen von feinfühligem Interesse an Familie, Vergangenheit und Reisen - alles peinlichst geordnet! Im Pressebericht erfährt man auch, dass die verstorbene über 95 Jahre alt war und noch alleine wohnte. Als aber Aeschbi ein Buch über Selbstheilung findet kann er auf eine geschmacklose Bemerkung ("..hat auch nichts mehr genützt..") nicht verzichten.

Im übrigen ist die Sendung quasi eine Wiederholung des Auftrittes von Frau Lörtscher in der Sendung "Aeschbacher" vom 24. September 09 (ca. ab minute 30:25)- gleiche Fragen, gleiche Antworten, gleiche "Pointen" - ach ist das peinlich & billig!

Wie hätte sich der Report wohl angesehen, wenn man die Wohnung einer gutbürgerlichen Nicht-Messie entsorgt hätte?

Hätte man da auch mit dem Fäustel (der wird in der Presse natürlich gleich zum Vorschlaghammer hochstylisiert...) die sauber geputzten Pfister-Möbel zerdeppert,

das Rösslerporzellan zerschlagen, die dann vermutlich ungelesenen Bücher zum Altpapier geworfen und all die gefundenen Fotoalben, Muranokugeln und LaCoste-Leibchen in die Mulde geschmissen? Eine solche Sendung wäre vermutlich wohl bald als Skandal kommentiert worden - wenn man es aber bei einem Messie macht, dann darf geklatscht werden. Aber eben: Menschen in "geordneten Verhältnissen" vereinsamen kaum, sie müssen sich ja nicht schämen, werden nicht öffentlich angeprangert und verhöhnt (wie eben in genau dieser kritisierten Sendung hier). "Geordnete" Menschen sind sozial ja kaum isoliert und haben dann meist Erben oder Bekannte, die sich um den Nachlass kümmern.

Erika Lörtscher: "... vielleicht habe ich das Problem, dass ich einfach Ordnung machen will überall.. "

Ja aber Hallo - alles wegschmeissen, dem sagt man dann Ordnung?? Aus den Augen - aus dem Sinn, dann stimmt die Welt wieder! Mein Gott, soll Sie doch mal das ganze Universum wegschmeissen mit seinem immensen Chaos in vermutlich wohl über 10hoch50 Grössenordnungen und allem subatomaren und intergalaktischen Müll! Das ist ja genau das Problem der Messies: Sie scheitern permanent am Ordnung machen, weil es Ihnen wirklich um wirkliche Ordnung geht ! - und Ordnung ist etwas so vieldimensionales, komplexes und anspruchsvolles, dass man bei angestrebter Perfektion ständig daran scheitert - und dies umso mehr, je erfahrener, gebildeter und strukturierter man ist. Denkt man all diese Gedanken konsequent zu Ende, so kommt man zum Schluss, dass eigentlich nur das Chaos die einzig perfekte Ordnungsstruktur sein kann - und man befindet sich wieder am Ursprung der Dinge. Aber ich schweife ab - um solche Dimensionen ging es im Report ja nun ganz offensichtlich überhaupt nicht.

Und auch noch: Messies sind eigentlich ständig bedacht auf den sorgsamen Umgang mit Ressourcen - Recycling, Sparsamkeit und Achtsamkeit werden seit jeher stets ganz gross geschrieben. Mit Fantasie und eigenen Ideen sehen Messies in fast allen Gegenständen weitere nützliche Verwendungen. Aber eben: alles weg und alles neu ist angesagt - die ganze Energie- und Ressourcenverschleuderung geschieht ja schön versteckt und weit weg bei Tagelöhner in China oder Kinder in Pakistan, im Regenwald von Brasilien oder am schönen Strand im Golf von Mexiko.

Und überhaupt: man mache mal eine ganz einfache Milchbüchleinrechnung: Die Familie Sauber&Ordentlich hat eine schöne Wohnung und wirft alles in ihren Augen Unbrauchbare fortlaufend weg - wohlverstanden, ich rede jetzt nur von "Unbrauchbarem", nicht von täglich anfallendem, verderblichem Hausmüll. Ich bin bescheiden und sage mal, dieser Anteil beträgt 20 Liter pro Woche = ca. 1000 Liter pro Jahr. Das entspricht dann etwa jährlich einem Kubikmeter - einem Würfel von einem Meter Kantenlänge - das kann man sich doch gut vorstellen und ist über ein Jahr gerechnet wohl auch kaum übertrieben, oder? In 'unbrauchbar' inbegriffen sind etwa alle veralteten Zeitungen und Bücher, alles technische, sogenannte 'veraltete' Material, alle nicht mehr modischen Kleider, Schuhe und Einrichtungsgegenstände, Möbel, Pfannen, Besen, Leitern, usf. usf. sowie Verpackungsmaterial, Einkaufstaschen, Transportkisten und ähnliches.

Die alleinstehende Person Messie hingegen entsorgt aber das sogenannte "Unbrauchbare" nicht sogleich, sondern hortet es, weil sie an Wiederverwendung denkt oder vielleicht später mal aus dem Material noch etwas machen zu können (in Deutschland heisst 'Abfall' ja 'Wertstoff'). Folglich wird der Wohn- und Stauraum jährlich zusätzlich mit einem Kubikmeter Material belastet. Nehmen wir mal gnädig an, die Frau im Report habe erst nach ihrer Pensionierung mit der Hortung von Material begonnen.

Dann hätte sie - rein rechnerisch und ohne jeglichen Anflug von Messietum - quasi 'Anrecht' auf über 30 Kubikmeter unentsorgtes Material. Das entspricht einem

Volumen von etwa 5 Mulden (die im Report gezeigte Mulde hat ein Fassungsvermögen von 6 Kubikmeter) - so what ?? Wir haben einem Report zugeschaut über die zeitliche Versetzung von Erledigungen - statt kontinuierlich dann halt en bloc. Wer fühlt sich jetzt betroffen, belastet, betrogen? Doch wohl kaum ein routinierter Moderator, der in seinem bog zur Sendung einen einzigen Kommentar persönlich beantwortet: die völlig zusammenhanglose Frage über den Ausstrahlungstermin einer angekündigten Sendung...

Fazit:

Aeschbacher hat einen ganz schlechten Job geliefert: mit einer achtlosen Billigstproduktion (die wacklige Kamera, der miese Ton, die peinliche genre-Musik und der 0815-Schnitt sind haarsträubend) hat er gängige Vorurteile abgesegnet, weiter zementiert und richtig reisserisch à la RTL & Co nach möglichst widerlichen Sensationen gesucht um dann seinen sauberen Moralfinger schwenken zu können. Und wie verletzt müssen sich wohl erst Messies fühlen, wenn sie daran denken, dass mit ihrem sorgsam gesammelten Material einst auch so verfahren wird?

Kurz gerührt ist Aeschbi dennoch: "...wahnsinnig, irgendwie ein Leben, das da so in diesen Ablagemäppchen liegt und alles ist nichts mehr wert...". Drum schnell fort damit und ja nichts anschauen oder gar lesen - der einzig wirkliche Wert ist ja vermutlich das Honorar, das man dann für diesen jämmerlichen Schnellschuss einstreichen kann.

Zum Glück gibt es aber auch noch behutsame Aufräumer(innen), die geschult sind und mit Verständnis hilfeschende Messies unterstützen und Ihnen zu mehr Lebensqualität verhelfen können. Denn so einfach wie Frau Lörtscher das sieht, ist es kaum: auf die Feststellung von Aeschbacher, dass in der Wohnung ja kein einziger Stuhl frei ist, meint sie: "...die Frau wollte wohl auch nicht sitzen..". Hungernde Kinder wollen wohl auch nichts essen - gell Frau Lörtscher!

Im Vergleich zu dem gesammelten Gedanken- und Empfindungsmüll, der in dieser Sendung zum Ausdruck kommt, ist das gezeigte Messie-material direkt sauber, geordnet und wohltuend!

Thomas

---

## Zum Stöbern:

Dieser Beitrag ist nur im Internet erreichbar:

Ein ‚**Blog**‘ ist ein Kunstwort aus we**B-LOG**buch, also einem öffentlichen, übers Internet einsehbaren Tagebuch, in dem mindestens eine Person, der **Web-Logger**, kurz **Blogger**, Aufzeichnungen führt, Sachverhalte protokolliert oder Gedanken niederschreibt.

Susi hat einen Messie-Blog aufgespürt, der sich kurz "Bund Deutscher Messies" nennt und auch so daher kommt mit Beiträgen über das Messiephänomen aus allen Sparten & Zeiten...

Eine Fundgrube, wenn mans findet... (Den Blog gibt's seit Juni 10)

### Tipp

#### **Entsorgt eure leeren Flaschen im Glascontainer**

und hört mit befriedigendem Gefühl dem Klang der zerspringenden Gläser innerlich jubilierend zu, wie es Hansjürgen Bulkowski in seinem Buch „Liebe zur Sache“ (Die Dinge, mit denen wir leben) beschrieben hat.



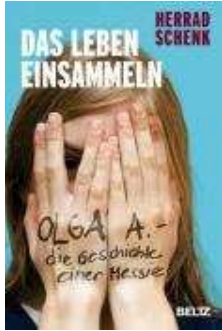


## BUCHBESPRECHUNG

### **„Das Leben einsammeln – Olga A., die Geschichte einer Messie“, Die Abgründe einer Seele von Herrad Schenk**

Olga – die Romanfigur, hinter der zwei reale Messieschicksale stehen – haust (von wohnen kann keine Rede sein) mit steigender Zahl an Katzen und zunehmender Einsamkeit in einem Mehrfamilienhaus in einem eher unwirtlichen Quartier einer Grossstadt. Auf 175 Seiten nehmen wir Anteil am Abwehren neugieriger Blicke böser Nachbarn, an verzweifelten Räumungs- und Reinigungsaktionen vor dem Besuch des Sanitär-Installateurs, an der hoffnungslosen Budgetplanung für den Rest des Monats, am vergeblichen Ringen, den Termin im Sozialamt pflichtbewusst (oder notgedrungen) einzuhalten, vor allem aber an den Beziehungen zu ihren Angehörigen, welche sie fast ausschliesslich in ihren Gedanken pflegt. Doch ich muss gleich korrigieren: Der Ausdruck „nehmen wir Anteil“ ist stark untertrieben. Die süddeutsche Autorin Herrad Schenk begleitet Olga nicht wie eine analysierende Beobachterin, sondern spürt ihr bis in den kleinsten, zögernden Handgriff und die Gedanken, welche sich darum herum spinnen nach. Anfänglich können Leser dem Text vielleicht noch in der üblichen Distanz folgen, doch je länger je mehr fühlt man sich förmlich in die Hirnwindungen der Protagonistin hineingezogen und lebt, nein, leidet, bangt mit. Das dürfte vorab für Messies zutreffen, doch kein Buch, wie wir es bis anhin an dieser Stelle besprochen haben, schafft es wie dieses auch Nicht-Messies, den Gedankengängen, Hoffnungen, Phantasien, Illusionen so hautnah zu folgen. Bis zur letzten Seite gibt es kein Entrinnen aus diesem Knäuel an Gefühlen von Angst, Panik, Minderwertigkeit, diffusem Groll, Hoffnung, Scham. Nun, die Autorin macht es den Lesenden nicht immer einfach (genau so wenig wie es Messies haben, einem gefassten Vorsatz konsequent zu folgen): Wir erleben alle Gedankensprünge 1:1 mit, tauchen mit ein in die Erinnerungen an eine schwierige Kindheit, die überfordernde Pflege ihrer Mutter im Spital, in den Kriegshorror ihrer Grosseltern, ihre Träume, Wunschvorstellungen. Wir sammeln mit ihr als Rückblende in ihre Kindheit Steine, welche sie nun sorgsam hütet, weil sie damit einen Halt im Leben findet, den ihr sonst niemand geben kann. Wir leiden mit an der Einsamkeit, wenn sie die Besuche ihres Sohnes und dessen Familie bei ihr zu Hause abwehren muss. Noch unerträglicher ist die ganze Szene um die Beerdigung eines ihrer Ex-Ehemänner und der Vater ihrer Kinder, Uwe. Wir machen alle Manöver mit, welche Olga ersinnt, um ja dies und das zu erreichen oder vor allem zu vermeiden. Ein spannenderes Messie-Buch als dieses hat wohl noch niemand geschrieben. Dramaturgisch spannend aufgebaut wie ein Krimi. Zwar kommt kein Verbrechen vor, die Verheimlichung eines kleinen Vermögens vor dem Sozialamt unter dem Bett ist allenfalls eine nachvollziehbare Sünde. Aber in einer Hinsicht gibt es eine Parallele zum Kriminalroman: Während dieser in die Abgründe einer verirrten Seele leuchtet, leuchtet Herrad Schenks Buch in die Abgründe einer Messie-Seele – und schont uns dabei nicht. Und wenn ausnahmsweise einmal ein guter Hauch diese Seele anrührt, ist es nicht ein Erfolgserlebnis, sondern die Genugtuung, dass der Herr Polizist – ja, zum gewaltsamen Eindringen der Behörden ist es inzwischen gekommen – ohne es zu merken mit einem seiner gänzend geputzten Schuhe in der Katzenscheisse steht. Den Schluss der Geschichte preiszugeben wäre wie den Mörder im Krimi zu verraten. Nur so viel: Ein Happy-End hat sie nicht.

Johannes von Arx, im August 2010



ISBN-10: 3-407-85885-X  
Veröffentlichungsdatum: Februar 2009  
Verlag: [Beltz](#)  
Einband: gebunden  
Sprache: Deutsch  
Seiten: 176  
Gewicht: 346 g  
Preis: CHF 27.50

Rätsel



### **Auflösung** des Sommerfest-Kreuzworträtsels:

Das Lösungswort lautet: "SAMMELFIEBER"

Wir haben über ein dutzend richtige Lösungen erhalten - merci! Die Gewinner sind:

1. Preis Rückvergütung des Festbeitrages: Anne-Regula  
leider ist Sie nicht zum Fest erschienen. Sie hat nächstes Jahr freien Eintritt.
2. Preis Ein Messie-buch Dagmar -  
sie konnte das Buch persönlich in Empfang nehmen
3. Preis 1 Stunde Aufräumhilfe / homeManagement: Bea  
sie wird sich bei homeManagement melden.

Wir gratulieren herzlich!

Wer eine detaillierte Lösung sucht schreibt eine Postkarte an:

LessMess, Mitteldorfweg 31, 8915 Hausen a.A.

Das war - wie angekündigt - vorderhand das letzte Rätsel...

**LessMess Beratungstelefon: 079 304 10 97**

Montag 18.00 - 20.00 // Donnerstag 10.00 - 12.00

Wir danken herzlich für eventuelle Spenden an: PC 85-555 738-2, LessMess, Zürich

Redaktion dieser Ausgabe: Annemarie.

Layout und Gestaltung: Thomas.