

Unsere Hoffnung [...] ruht im Auf-  
stand, der sich der Herrschaft der  
Gemütlichkeit entgegenstellt.

*Ernst Jünger*



**Liebe Leserinnen, liebe Leser,**

Gemütlichkeit kann ja sehr anheimelnd und wohltuend klingen – oder nach 50er-Jahre-Spießerglück.

Wer über Gemütlichkeit sogleich die Nase rümpft, kann sich nebenbei fragen, warum in den Livestyle-Katalogen neben weißen Lackoberflächen und grauem Leinengewebe so viele flauschige Fließdecken zu finden sind.

Neulich schrieb ein Forscher, es gäbe immer noch nichts, was der Mensch gemütlicher finde, als nach der Jagd vor dem Höhleneingang in der Sonne zu sitzen. Zum Glück beginnt bald wieder die Zeit im Jahr, in der sich das realisieren lässt.

Mit herzlichen Grüßen

*Petra Sonne-Neubacher &  
Marc Neubacher*

## Gemütlichkeit

### Aufräumen

Mit der Ordnung ist es wie mit so vielem: Das rechte Maß davon will gefunden sein. Irgendwo zwischen Puppenstube und Hempels Sofa, zwischen leerer Tischplatte und Papierbergen auf dem Fußboden liegt das, was von den meisten Menschen als gemütlich empfunden wird. Bei Zimmern nennt sich dieser Zustand gern „bewohnt“. Leider erhält er sich, ebenso wie die Ordnung an sich, nicht von selbst. Man muss also gegensteuern.

Nun weiß ich ja nicht, wie es Ihnen damit geht. Aber wir kennen persönlich so gut wie niemanden (uns eingeschlossen), der nicht mindestens eine Ecke sein eigen nennt, die er dringend aufräumen will, das aber nicht erst seit kurzem, sondern bereits seit mehreren Jahren.

Und wenn man sich ein Weilchen darüber unterhält, stellt man auch fest, dass diese „Kruschelecke“ (nein, nicht Kuschelecke), wie ein Bekannter das nennt, die empfundene Gemütlichkeit erheblich mindert. Und zwar nicht nur die des Dachbodens, Kellers, Arbeitszimmers oder so, sondern auf geheimnisvolle Weise die der gesamten Wohnung. Vermutlich eine Art Fernwirkung des schlechten Gewissens.

Dieses Phänomen trifft aber keineswegs speziell Leute, die auch sonst nicht viel auf die Reihe bekommen, sondern genauso solche, deren Ausdauer und Willenskraft eigentlich über jeden Zweifel erhaben sind. Die

Ursache muss folglich anderswo liegen.

Vier Versuche dazu:

1. Unordnung nervt nicht nur, sie kann auch einen verborgenen Zweck erfüllen. So kann ein völlig überfüllter Schreibtisch als sichtbares Zeichen der eigenen Aktivität gedeutet werden und den Stolz seines Besitzers darüber repräsentieren, wie viele Bälle er in der Luft hat, oder er kann im Gegenteil ein indirekter Hilferuf sein, die Bitte um Verschonung von weiteren Aufgaben.

2. Unordnung kann einen inneren Zustand ausdrücken. Persönliche Ziellosigkeit und innere Unruhe beispielsweise. Oder gerade im Gegenteil eine verborgene Angst vor Leere oder Einsamkeit.

3. Man kann auch einen Blick auf das werfen, woraus die Unordnung besteht. Wer beispielsweise vieles aufhebt, verbindet vielleicht mit den einzelnen Gegenständen etwas Bestimmtes. Die exotischen Reiseandenken erinnern einen daran, dass man mal jung und abenteuerlustig war, anderes steht für frühere Erfolge, für Zuneigung, Nähe und Vertrautheit, für erfüllte Zeit oder für die eigene Lebensgeschichte. Die Frage ist nur: Würden wir unseren besten Freund wirklich vergessen, nur weil wir endlich den ultrahässlichen Bierseidel wegwerfen, den wir damals gemeinsam haben mitgehen lassen???

4. Unordnung kann auch – im Grunde banal – Ausdruck der eigenen Prioritätensetzung sein. Wenn ich aufräume, habe ich keine Zeit für Anderes, das mir eben wichtiger ist.

Wer sich aber nicht um sich selbst kümmern darf – ergo für sich selbst auch weder Ordnung noch Gemütlichkeit schafft, weil er eine tiefe innere Verpflichtung fühlt, immer und zuerst für andere da zu sein –, für den kann das mit der Zeit zur Belastung werden.

*Falls es auch bei Ihnen unordentliche Ecken gibt, auf die Sie gut verzichten könnten, haben Sie vielleicht Lust, einmal für Sich zu überlegen:*

*Was ist der Nutzen der Unordnung?*

*Wofür ist meine Unordnung Ausdruck?*

*Wofür steht, was ich aufhebe?*

*Und:*

*Wenn es bei mir ordentlich wäre, was wäre dann anders?*

---

## Keine Sorge!

Gemütlichkeit ist die Anwesenheit von etwas, das sich nur schwer in Worte fassen lässt. Der eigentliche Kern der Gemütlichkeit aber besteht in der Abwesenheit von etwas, nämlich von dringend anstehenden Aufgaben, Stress und Hektik, Sorgen und Nöten. Letzteres ist zwar keine hinreichende, aber eine notwendige Bedingung. Da mag das Kaminfeuer noch so lustig prasseln und der Lesesessel noch so weich sein; wenn die Gedanken ständig mit zukünftigen Erledigungen beschäftigt sind oder mit der Lösung (oder eben Nicht-Lösung) eines drängenden Problems, geht die Gemütlichkeit zum Teufel. Hinreichende Bedingung ist dann allerdings weiterhin das Kaminfeuer. Die Decke auf der Sommerwiese. Der Steg im See in der Sonne. Was einem persönlich eben gefällt.

Seit Beginn der Philosophie und dem Nachdenken darüber, was ein gelingendes Leben ausmacht, wird unter anderem darüber nachgedacht, wie man die notwendigen Bedingungen erfüllen kann (allerdings nicht mit dem erklärten Ziel der Gemütlichkeit, zugegeben). Sie können sich sicher vorstellen, dass es darauf keine einfa-

che Antwort gibt – sonst gäbe es vermutlich das Problem nicht.

Zu den genannten Abhilfen gehört beispielsweise, sich um die Erfordernisse des Alltags in ausreichendem Maß zu kümmern und, falls die Summe der notwendigen Tätigkeiten die vorhandenen Möglichkeiten übersteigt, sich von dem zu trennen, das man nicht bewältigen kann. Leider beißt sich hier die moderne Philosophie mit der Glücksforschung, die uns erklärt, dass „erhaltende Tätigkeiten“ unzufrieden machen. Aber das gilt natürlich nur, solange man regelmäßig abwäscht, den Müll rausträgt oder Unkraut jätet. Falls man es bleiben lässt, wirkt sich der resultierende Zustand auf die Dauer auch nicht positiv auf unser Wohlbefinden aus.

Und die Sorgen?

Einerseits gibt es die, derer man sich entledigen kann, indem man sie angeht. Es bringt also nichts, in der Pseudogemütlichkeit zu verharren und zu versuchen, das Problem zu ignorieren. Stattdessen steckt man zuerst Zeit und Energie in eine Lösung und kann sich dann anschließend entspannt erholen.

Andererseits gibt es die, die einem bleiben.

Beispielsweise, weil man sich bewusst für eine Sorge entscheidet. Das Kind auf dem Gymnasium lässt, obwohl es gerade schwer zu kämpfen hat. Den Job nicht wechselt, obwohl es gerade superstressig ist. Das liebgewonnene Häuschen nicht verkauft, obwohl es gerade finanziell eng ist. Das kann funktionieren, wenn man Licht am Ende des Tunnels sieht (oder zumindest erhoffen darf) und wenn man seine Entscheidung bewusst trifft, die Konsequenzen in Kauf nimmt und am besten sogar über einen Plan B verfügt *und* einen Plan dafür, wann man auf ihn wechseln will.

Beispielsweise die totale Überlastung, die sich im Beruf und im Privatleben eingeschlichen hat und für viele zur Lebenswirklichkeit gehört. Sei es durch ständig wachsende Anforder-

ungen durch andere und – machen wir uns nichts vor – auch durch uns selbst. Durch die Forderung nach ununterbrochener Erreichbarkeit. Oder durch die ungebremst zunehmende Komplexität. Vorbei die Zeit, in der es drei Fernsehprogramme gab und zu den meisten Uhrzeiten gar keines, in der man seinen Telefonanschluss bei der Deutschen Bundespost hatte oder eben gar keinen. Und so weiter. Das lässt sich für die meisten nicht so ohne Weiteres abstellen. Man kann nur radikal sein Leben ändern. Den 14-Stunden-Job mit Dauererreichbarkeit den anderen überlassen. Wenn ihn denn noch einer will. Nur geht das nicht von heute auf morgen. Oder man kann darauf hoffen, dass in Zukunft so viele das Spiel nicht mehr mitmachen, dass sich die Regeln wieder ändern. Aber das kann noch dauern.

Und dann gibt es da noch die Sorgen, die ernsthaft ungemütlich sind. Die Sorge, alt und krank zu werden beispielsweise. Philosophieren heißt sterben lernen, sagt man so schön. Nein, niemand behauptet, dass das leicht sei. Aber so richtig wirklich gemütlich kann man es sich vielleicht nur machen, wenn man die ungemütlichen Tatsachen des Lebens nicht verdrängt, sondern lernt, sie zu akzeptieren und *mit* ihnen gut zu leben.

Wie waren wir jetzt gleich wieder darauf gekommen? Ach ja, vom Kaminfeuer.

---

## Zitat

Beatus ille, qui procul negotiis (Glücklich der, der fern von Geschäften ist)

Horaz

---

## Muße

Leider hat ja auch die Muße kürzlich ihre Unschuld verloren. Da nämlich, als die Hirnforschung sich ihrer annahm und feststellte, dass sie wesentlich ist für die sogenannte Ich-Integrität, also für das Gefühl, über die Zeit hinweg derselbe Mensch

geblieben zu sein, und für die Übertragung von Gelerntem ins Langzeitgedächtnis.

Jetzt gilt es also dem, der viel lernen und leistungsfähig bleiben will, gefälligst ausreichend Muße einzuplanen. Und zwar *pronto*.

---

### Zitat

Wer nicht genießt, wird ungenießbar.

Konstantin Wecker

---

### Anregungen

### Sachbuch

Tania Konnerth

#### Montag ist erst übermorgen

Ursprünglich geht es in diesem Longseller darum, sich selbst – beispielsweise am Wochenende, denn darauf hebt der Titel ab – etwas Gutes zu tun. In der langen Reihe der Vorschläge findet sich für beinahe jedes Interesse und jede Stimmungslage ein passender Vorschlag. Gleichzeitig lässt sich diese Aufzählung von Möglichkeiten aber auch umdeuten in eine Liste all der Fälle, in denen wir uns üblicherweise die Gemütlichkeit versagen, um noch ein bisschen was wegzuschaffen.

---

### Buchtipps

Hermann Hesse

#### Die Nürnberger Reise

Aus Hesses Sicht ist an der Lesereise, die er 1925 durch Süddeutschland unternimmt und die in diesem schmalen Band aufgezeichnet ist, nichts Gemütliches. Wenn er geahnt hätte, wie flink man heute auf dem Ulmer Bahnhof von Gleis zu Gleis hechten muss, um seine Anschlusszüge zu bekommen, wäre ihm, was aus heutiger Sicht nach massiver Entschleunigung klingt, vielleicht nicht gar so unerträglich gewesen. Aber ganz gleich, ob die äußeren Umstände nun widrig oder aus-

nahmsweise angenehm sind, das Spannende ist und bleibt bei Hesse ohnehin das Innenleben.

---

### Filmtipp

Woody Allen

#### Hannah und ihre Schwestern

Für die Protagonisten dieses Films, der vielen Kritikern als *Allens* gelungenster gilt, ist das Leben alles andere als gemütlich. Da enden langjährige Beziehungen, berufliche Träume und Kinderwünsche erfüllen sich nicht oder nicht so, wie erhofft. Aber so, wie sich die Geschichte in einzelnen Episoden für den Zuschauer entspinnt, untermalt von Unterhaltungsmusik und streckenweise aus dem Off erzählt und kommentiert, kann man sich genüsslich zurücklehnen und miterleben, wie sich ganz langsam und gemütlich alles zum Besseren wendet.

---

### Musiktipps

Terry Gilkyson

#### Probier's mal mit Gemütlichkeit

Der deutsche Text des Songs zum Disney-Film "Das Dschungelbuch" macht im Wesentlichen gute Laune. Sicher wäre interessant, wie der Übersetzer damals auf die Gemütlichkeit gekommen ist, denn im englischen Original geht es um ein hochaktuelles Thema: das Weglassen. Die *bare necessities* – also, was ein Bär (Wortspiel!) zum Leben braucht – schließen gerade die ständige Sorge um das eigene Fortkommen und das Streben nach mehr aus, das gerade unter zwei Aspekten diskutiert wird: Der wachsenden Zahl von Burnout-Fällen und der Idee einer Wirtschaft ohne Konsum und ohne Wachstum. Aber andererseits: Sind derart tief-schürfende Gedanken nicht auch schon wieder des Guten zu viel?

*Look for the bare necessities*

*The simple bare necessities*

*Forget about your worries and your strife*

*I mean the bare necessities  
Old Mother Nature's recipes  
That brings the bare necessities of life*

---

### Verwaltung & Impressum

#### Nächste Ausgabe

Der nächste Newsletter erscheint am 1.6.2014.

Newsletter abonnieren oder abbestellen unter

<http://www.psn-wirtschaftsberatung.de/newsletter/>

#### Redaktion:

Dr. Petra Sonne-Neubacher

Dr. Marc Neubacher

#### Verantwortlich im Sinne des Presse-rechts:

Dr. Petra Sonne-Neubacher

Thomas-Mann-Str. 7-9

24211 Preetz

[www.psn-wirtschaftsberatung.de](http://www.psn-wirtschaftsberatung.de)

© PSN Wirtschaftsberatung GbR – Gern dürfen Sie aus unseren Texten zitieren, wenn Sie dabei die Quelle angeben. Danke

Alle Angaben ohne Gewähr.