

„Wort zur Woche“ in der Augsburger Allgemeinen Zeitung am 20.02.2010

Lachen überwindet, Lächeln verbindet

Haben wir nichts mehr zu lachen? „Am Aschermittwoch ist alles vorbei“ - so heißt es. Für manche Menschen scheint jeden Tag Aschermittwoch zu sein. „Alles, was schief gehen kann, wird auch schief gehen“, so wird das berühmte Gesetz Murphys zitiert. Klar, dass einem da das Lachen vergehen kann, wenn man Murphy glaubt.

Dabei ist Lachen gesund. Das hat längst die Wissenschaft belegt und sich zunutze gemacht. Vor 15 Jahren kam die Idee des US-amerikanischen Arzt Patch Adams nach Deutschland, Clowns in Krankenhäuser zu bringen. Sie muntern kleine und große Patienten in Krankenhäusern auf und stärken Lebensmut. Therapeutisches Lachen, Humor in der Medizin! Humor leugnet keinesfalls den Ernst einer Situation, sondern lehrt uns, ihr ohne Furcht zu begegnen.

Aber was ist eigentlich Humor? Im Allgemeinen wird im Deutschen unter Humor verstanden, wenn man in einer bestimmten Situation "trotzdem lacht", eine dem deutschen Journalisten und Schriftsteller, Otto Julius Bierbaum, zugeschriebene Formulierung. Humor verbindet Schwäche und Stärke. Ein Lachen ist nur dann Humor, wenn es in einer Situation der Gefahr oder des Scheiterns auftritt, aber doch eine kleine Hoffnung auf die Überwindung der Krise vermittelt.

Und wenn sich Lachen nicht gegen Dritte richtet ! Denn Spaß hört da auf, wo er andere verletzt. Dass man sich nicht auf anderer Leute Kosten amüsiert, lernen eigentlich schon Kindergartenkinder. Warum es aber selbst ernannten „Spaßvögeln“ nicht gelingt, Grenzen von Privatsphäre und Regeln des guten Geschmacks zu beachten, ist eine berechtigte Frage. Beleidigen ist nicht lustig, und Humor ist nicht über andere, sondern über sich selbst zu lachen. Das Wort "Lachen" kommt auch in der Bibel vor, über vierzig Mal: Der Frevler weidet sich am Unglück anderer. Gott lacht über die Überheblichkeit der Menschen. Und er lacht eben zuletzt!

Das Osterlachen (risus paschalis) bezeichnet den Brauch, in der Predigt an Ostern die Gottesdienstgemeinde zum Lachen zu bringen. Der Grundgedanke des Osterlachens war, die Osterfreude zum Ausdruck zu bringen. Gleichzeitig symbolisiert das Osterlachen den Sieg Christi über den Tod.

Der „kleine Bruder“ des Lachens ist das Lächeln. Verhaltensforscher unterscheiden 18 verschiedene Arten von Lächeln. Es ist keine erlernbare Reaktion, sondern wird dem Menschen von Geburt an mitgegeben. Einem Lächeln kann sich kaum jemand entziehen, wenn das Lächeln ehrlich ist. Ein Lächeln ist ansteckend, wunderschön und manchmal ein Weg zur Versöhnung. Wenn Sie heute nichts zu lachen haben, dann lächeln Sie wenigstens. Denn: „Wir werden nie wissen, wie viel Gutes ein Lächeln bewirken kann“, sagte Mutter Teresa.

Vera Novelli