

Humor in dieser, Freude in der kommenden Welt

Irrational, Verlust des Verstandes auf Zeit, Ignoranz gegenüber der Ernsthaftigkeit der Welt, Aggressionsverhalten gar? Oder ist der Humor doch ein Zeichen innerer Freiheit, ein Resilienzfaktor, eine Begabung, eine Tugend vielleicht? Eine humorvolle Fachtagung auf der Suche nach ernstesten Antworten
VON STEPHAN BAIER

„Gott will, dass der Mensch seinen Spaß hat“, soll die heilige Teresa von Avila gesagt haben. Zitiert wurde die Kirchenlehrerin zwar nicht, doch just am Festtag der kraft- und humorvollen spanischen Mystikerin fand im Kaisersaal des traditionsreichen Zisterzienserklosters Heiligenkreuz eine interdisziplinäre Fachtagung über „Gott und Humor“ statt. Wieviel Humor Judentum und Christentum hervorgebracht haben, zeigte sich bereits in den einleitenden Worten von Pater Karl Wallner, der als Rektor der „Philosophisch-Theologischen Hochschule Benedikt XVI. Heiligenkreuz“ Mitveranstalter der Tagung des Wiener „Instituts für Religiosität in Psychiatrie und Psychotherapie“ (RPP) war.

Er selbst sei als junger Mann mit dem Vorurteil nach Heiligenkreuz gekommen, dass das Kloster ein humorloser Ort sei, „wo Mönche in Särgen schlafen“. Dann aber habe er ein opulentes Festmahl voller Klosterwitze erlebt, so Pater Karl Wallner, der – selbst eine Frohnatur – schon mal eine „katholische Dogmatik anhand von guten Witzen“ plante. „Nirgendwo wird mehr gelacht als unter unseren Novizen.“

Mit einem Witz über Jesuiten und Zisterzienser vor der Himmelstür (letztlich, vielleicht dem Genius loci geschuldet, auf Kosten der Jesuiten) stieg Pater Johannes M. Schwarz ins Thema ein. Der Priester, promovierte Dogmatiker, Medienschaffende und aktuelle „Teilzeit-Einsiedler im Piemont“ referierte aber auch die Geistesgeschichte der Humor-Skepsis: Schon Pythagoras habe gewarnt, sich nicht ungezügelter Heiterkeit hinzugeben, und auch Platon stand dem Lachen offenbar äußerst kritisch gegenüber: Schon des gewöhnlichen Menschen sei das Lachen unwürdig, erst Recht der Götterwelt. Als unvernünftig oder gar Ausdruck von Spott habe die griechische Antike das Lachen angesehen. Im biblisch belegten Lachen Saras schwingt ihr Unglaube mit. Im Alten Testament lacht Gott die Mächtigen dieser Welt aus. Die Evangelisten bezeugen zwar, dass Jesus über Jerusalem geweint habe, an keiner Stelle aber ein Lachen Jesu. Entsprechend hätten auch viele Kirchenväter das Lachen eher mit Missmut gesehen: Nach Johannes Chrysostomos führt das Lachen zu unordentlichen Taten, laut Ephraim dem Syrer beleidigt es den Geist und entehrt den Leib. Der Mönchsvater Benedikt riet wenigstens nur noch zum Vermeiden des rückhaltlosen Lachens.

Es geht, wie Pater Schwarz zeigte, noch trister – etwa bei den Puritanern, bei Thomas Hobbes, der das Lachen dem Urzustand des vorstaatlichen Menschen zuwies, oder bei Buddha, der maximal gelächelt habe, „ohne jemals die Zähne zu zeigen“. Die immer wiederkehrenden Vorwürfe sehen das Lachen als Irrationalität, als „Verlust der Vernunft auf Zeit“, als Bruch der Konventionen durch Mehrdeutigkeit und Unwahrheit, als eine Haltung, die die Ernsthaftigkeit des Lebens verkennt oder sogar – beim Auslachen etwa – als Ausdruck von Aggression und Entwertung eines anderen.

Der Referent verwies aber auch auf andere Sichtweisen, denn gelacht werde nicht nur im Spott, sondern auch in Spiel und Freude. Die Freude münde mitunter in lachenden Jubel. „Ein Mensch ohne Lächeln

und Lachen ist eine tragische Existenz“, meinte Johannes Schwarz und verwies auf Heilige wie Don Bosco, Johannes XXIII. und Mutter Teresa. Die Vorstellung eines freudlosen Herzens sei „eine Unmöglichkeit, ja eine Häresie“. Aristoteles habe in der Heiterkeit eine Tugend gesehen. Thomas von Aquin habe die Humorlosigkeit, die den Menschen anderen zur Last macht, als Sünde bezeichnet. Schwarz' Synthese lautete wenig überraschend, der Humor brauche jedenfalls einen Rahmen, in dem er verstanden werden kann. Der Referent unterschied zwischen Freude und Spaß, meinte aber auch, dass Ängste jeden echten Humor verunmöglichen.

Praxisorientiert waren die Ausführungen von Roman Grinberg, der als Sänger, Darsteller, Komponist und Pianist sowie als Leiter des „Wiener Jüdischen Chors“ eine Größe der internationalen jüdischen Kunstszene ist. Statt zu theoretisieren, erheiterte er das Publikum mit höchst unterschiedlichen jüdischen Witzen. Vielleicht um zu zeigen, dass der jüdische Witz „härter, bitterer ist als andere“, sicher aber, um den Witz als Spiegel des alltäglichen Lebens eines seit vielen Jahrhunderten verfolgten

Ruch, Ordinarius für Persönlichkeitspsychologie und Diagnostik an der Universität Zürich. Als führendes Mitglied der „Internationalen Gesellschaft für Humor-Studien“ und Koordinator der „Internationalen Sonderschule über Humor und Lachen“ präsentierte er ein eher trauriges Forschungsergebnis: Zum Humor gibt es bis heute weder eine gemeinsame Sprache noch eine einheitliche Phänomenologie, sondern unterschiedliche Traditionen, Bezugssysteme und Definitionen.

Er selbst rechnet ihn der Ästhetik zu: Diese beschäftigt sich mit dem Schönen, Tragischen, Harmonischen, aber eben auch mit dem Komischen. Und zu diesem wiederum gehöre der Humor, der Spaß, der Nonsense, der Witz, die Ironie, die Satire, der Spott und der Sarkasmus. Ohne einen Anflug von Lächeln meinte Ruch: „Seit 1976 gibt es internationale Kongresse über Humor. Es ist ganz klar: Die Leute verstehen sich da nicht.“ Der Begriff sei eben vieldeutig.

Als Anhänger der „Positiven Psychologie“, die nicht nur bloß auf die Ängste und

zu einem „Humor-Tagebuch“, in dem sie jeden Tag mindestens drei lustige Begebenheiten notieren. Am vergangenen Samstag in Heiligenkreuz wären sie wohl auf ihre Wochenration gekommen.

Die Neurologin und Psychiaterin Barbara Wild mahnte, Humor dürfe in der Psychotherapie allenfalls durch die erfahrensten Therapeuten eingesetzt werden. Wann welcher Witz passt, das zu erkennen erfordere großes Einfühlungsvermögen. Es bestehe die Gefahr, dass der Patient sich nicht ernst genommen fühle und der Therapeut unprofessionell wirke. Umgekehrt könne Humor aber auch einen

Perspektivenwechsel ermöglichen: „Wenn es den Patienten gelingt, sich selbst mit Humor zu betrachten, sind sie schon ein Stück weiter.“ Die Distanzierung, die eine Komponente des Humors ist, sei ein Zeichen innerer Freiheit. Auch könne durch das Lachen des Patienten eine emotionale Bewegung entstehen, und Nähe zwischen Patient und Therapeut. Wild definierte Humor als Fähigkeit, sich und andere mit Heiterkeit zu betrachten. So vergrößere Humor

und dann anderen Gutes zu wollen, also „den inneren Narzissten zurück zu stellen“. Im guten Humor wachse der Mensch also über sich hinaus. Bonelli markierte aber auch Grenzen des Humoristischen: „Das Heilige ist nicht lustig. Vor dem Heiligen braucht man Respekt, Ehrfurcht. Fehl am Platz ist der Pfarrer, der während der heiligen Handlung Witze erzählt.“ Bonelli nannte dies „angebrachte Humorlosigkeit“. Unangebrachte Humorlosigkeit sei im Gegensatz dazu, „dass man etwas für heilig hält, was nicht heilig ist“. Der Depressive oder der angsthaft um sich selbst kreisende Perfektionist könne nicht lachen, der Narzisst nur auf Kosten anderer.

„Die Götter der Griechen können lachen“, so die mittlerweile auch an der Hochschule Heiligenkreuz lehrende Philosophin und Religionswissenschaftlerin Hanna-Barbara Gerl-Falkovitz mit Blick auf das „homerische Gelächter“. Allerdings: „Die Götter sind nicht die Mehrzahl von Gott, sondern Naturkräfte, Gegenspieler, einer ein Spott des anderen.“

Humor setze das Kleine und Alltägliche in Bezug zum Großen und Idealen – eine Diskrepanz, die es in Gott selbstredend

„Das Heilige ist nicht lustig“



Welche oder welcher Prominente sich hinter den jeweiligen Zähnen verbirgt...



... mag für den einen oder anderen vielleicht leicht erkennbar sein.



Dahinter steht jedoch weder ein politisches, noch ein dentistisches Interesse.



Hier geht es ausschließlich um den Humor, um Erheiterungsfähigkeit und Erheiterbarkeit.



Und zwar in psychotherapeutischer, psychologischer und sogar...



... in theologischer Hinsicht.

Fotos: dpa

und ausgegrenzten Volkes zu offenbaren. „Es gibt keine neuen jüdischen Witze“, meinte Grinberg, der Schmerz und Leid sowie die Fähigkeit, über die Schwächen des eigenen Volkes zu lachen, zu den Grundlagen des typisch jüdischen Witzes zählt. Im Gegensatz zum (oft antisemitischen) Judenwitz sei der jüdische Witz stets von Juden erdacht und sei „nie Witz um des Witzes willen“, sondern beinhalte religiöse, politische, philosophische oder soziale Kritik.

Den theoretischen Unterbau der Tagung lieferte der Humorforscher Willibald

Probleme von Menschen, sondern auf deren Stärken und Fähigkeiten fokussiert, sieht Ruch Humor als kognitiv-emotionale Haltung der heiteren Gelassenheit, als „Puffer gegen Widrigkeiten“, als Möglichkeit, Stress abzubauen und insgesamt resilienter zu werden. Erheiterung lasse sich durchaus auch körperlich nachweisen, in Kreislauf, Blutdruck und natürlich auch in der Mimik. Grundsätzlich sei die Erheiterbarkeit im Naturell des Menschen verankert, doch lasse sich Humor – „und damit Lebensfähigkeit“ – auch trainieren. Der Humorforscher rät seinen Patienten etwa

den Handlungsspielraum des Patienten, so Wild, die in Stuttgart tätige Chefärztin.

Der Wiener Psychiater, Neurologe, Bestsellerautor und RPP-Gründer Raphael Bonelli sieht Humor als Begabung des Menschen, mit heiterer Gelassenheit zu reagieren. Wenn eine gute Beziehung zwischen Therapeut und Patient bestehe, sei Humor in der Psychotherapie eine „extrem effiziente und angenehme Art zu kommunizieren“, meinte Bonelli. Das gemeinsame Lachen ermögliche Begegnung auf Augenhöhe. Der „Humor des Herzens“ sei die innere Haltung, über sich selbst lachen zu können

nicht gibt. Gerl-Falkovitz zeigte die Grundlagen des jüdischen Witzes im Alten Testament und Elemente „spielerischer göttlicher Heiterkeit“ im Neuen Testament, aber auch Originelles und Witziges in der Schöpfung. Das befreite Lachen – etwa die Tradition des Osterlachens – sei aber mehr als Humor. Schon der Psalmist verspreche ein Lachen aus der Tiefe, aus der Befreiung. „Anstelle des Humors ist uns Freude versprochen“, so die Philosophin. Die Offenbarung stelle den Glaubenden in eine Bewegung der Freude. Humor sei nur ein irdischer Vorläufer: „Im Ziel aufleuchtend heißt es dann: göttliche Freude!“