

Gästeabend 14.09.2017

„Humor“ – und alles was dazu gehört

Die „Blaue Jungfer“ gab mir zum Schreiben den Kick!-

Das Leben ist bunt, wie auch die Blaue Jungfer, eine wunderschöne Libellenart, die in leuchtendem Blau auf meinem weißen Papier schimmerte.- so liebe ich das Leben, denn es ist bunt.- Besonders liebe ich auch Menschen, die humorvoll, witzig und geistreich sind, und demnach das Leben lieben müssen- das behaupte ich jetzt so.

Konkret reizte mich dieses Thema, als ich das Buch „Freimaurerei in der Karikatur“ in die Hände bekam und dachte: Die Freimaurerei mit ihren Mitgliedern ist wohl doch nicht so ernst und dogmatisch, wie ich anfangs empfunden hatte: Bei meinen ersten Tempelerlebnissen schienen die Brüder und Schwestern manchmal wie „Mumien“, ernst, dunkel, versteinert, in sich gekehrt oder in Meditation versunken – oder auch schnarchend.- Ich rede hier nicht unbedingt von meiner Loge!- Aber die Freimaurer sind doch tolerant, also habe ich mir gedacht, dass sie außerhalb des Tempels, im freien Leben, wohl umgänglicher, lebendiger und empfänglicher für das Gegenüber und die Umgebung sein werden. Dies hatte sich für mich dann auch bestätigt, da ich meine Schwestern zuerst schon anders kennengelernt hatte.

„Ernst ist das Leben- heiter die Kunst“ hat schon Schiller gesagt. In einem Vorwort zum dem Buch mit den Karikaturen schreibt Jens Oberheide, Vorsitzender von PEGASUS, dem Freimaurerischen Verein für Kunst, Kultur und Kommunikation, in übertragendem Sinn: Die Karikatur in der Freimaurerei ist eine Kunst – Kunst im Leben- die sogenannte „königliche Kunst“? - Lebenskunst? Diese Wortspielerei beinhaltet für mich ein hohes Ziel, nämlich das Ernste und das Heitere, wie auf einer Waage, in einer Ebene zu halten.

Ein hohes Ziel und ein langer Weg.

Etymologisch, also herkunftsmäßig, kommt der Begriff aus dem Griechischen: Flüssigkeit, Feuchtigkeit. Im Plural: Humors, dort besteht ein Bezug zu den Körpersäften, wie sie der griechische Arzt und Anatom Galen in seiner 4-Säftelehre oder auch Temperamentlehre beschrieben hat. Für ihn gibt es, auch heute noch in der Anthroposophie gültig, die gelbe Galle, die einen Choleriker ausmacht, wenn sie im Überfluss vorhanden ist. Ebenso die schwarze Galle für einen Melancholiker, der oft traurig dreinschaut; den Schleim für einen Phlegmatiker, der passiv und schwerfällig ist und das Blut für den Sanguiniker, der aktiv und temperamentvoll ist. Eine Erkrankung im Sinne einer Verschiebung dieser 4 Flüssigkeiten im Körper nannte Galen eine Dyskrasie.

Laut Wikipedia gibt es keine eindeutige Definition für Humor. Eine Auffassung ist: Humor ist die Begabung eines Menschen, den alltäglichen Schwierigkeiten und Missgeschicken mit heiterer Gelassenheit zu begegnen. Ein Sprichwort von Otto Julius Bierbaum (1865-1919) hat sich eingebürgert: „Humor ist, wenn man trotzdem lacht!“

Bei uns Deutschen ist humorvolles Lachen oft an Situationen geknüpft, in denen wir selbst Fehler machen, diese oder auch eine Gefahr oder Angst erkennen und sie dann zu überwinden wissen und aus einer Schwäche Stärke wird. Als Beispiel gilt hier die Clownsfigur im Zirkus.

Sigmund Freud beschreibt das so: „Die humoristische Einstellung sich selbst oder anderen gegenüber beruht darauf, dass die Person des Humoristen den psychischen Akzent von ihrem Ich abgezogen und auf ihr Über-Ich verlegt hat. Diesem so geschwellten Über-Ich kann nun das Ich winzig klein erscheinen. Der Humor ist ein Beitrag zur Komik durch Vermittlung des Über-Ichs.“(Zitatende)

In wissenschaftlicher, sozialer und kultureller Hinsicht sind sich die Forscher heute nicht einig, warum und worüber man lacht, wer Lachen wie auslöst und wie es im sozialen Geschehen wirkt. - Und, ob wir die einzigen Lebewesen sind, die lachen können!!?

Im Hamburger Abendblatt vom 29.06.2017 war zu lesen:

In einer Studie haben US-Forscher jedoch z. B. die Stellung der Mundwinkel, die Breite des Lächelns untersucht und wie stark die Zähne sichtbar sind. In der Verhaltensforschung hat Irenäus Eibl-Eibesfeldt postuliert, dass Zähne zeigen Aggression und Macht oder auch Angstverhalten und Drohung bedeutet. (Beispiel: Zähne fletschen eines Hundes). Der US-Forscher der genannten Studie, Prof. Helwig von der Uni Minnesota, schreibt: "Die Fähigkeit, emotionale Zustände über den Gesichtsausdruck zu vermitteln, sei ein fundamentaler Aspekt sozialer Interaktion und nonverbaler Kommunikation".- Meine Frage dazu: Sollten wir im digitalen Zeitalter wohl vor allem über Video-Botschaften telefonieren und kommunizieren?-Die Subtilität ist wichtig für das Gespräch. Im Callcenter z. B. gibt es keine Mimik und kein Gegenüber, man weiß gar nicht, mit wem man es zu tun hat. Hier muss die Stimme halt auch Mimik und Gestik übertragen!!!

Die US-Studenten jedenfalls haben anhand von Fotos das Lachen und Lächeln von Personen auf sich wirken lassen und analysiert: Ein gelungenes Lächeln ergaben nach oben gezogene Mundwinkel und ästhetisch sichtbare Zähne. Ein leicht asymmetrisches Lächeln galt als besonders sympathisch. Diese Studie war maßgeblich für die plastische Chirurgie, die diese Ergebnisse berücksichtigen wird.- Wahrscheinlich, weil zu viel Harmonie unnatürlich wirkt!

Bei meinen Recherchen über dieses Thema kam ich aus dem Lachen, Schmunzeln und Staunen oft gar nicht weiter, weil es so spannend war!

So gab es im Deutschlandfunk eine Reportage von 2017 mit dem Titel: „Lach doch mal - Heiterkeit in ernsthaften Zeiten“. Dort wurde unter anderem über das Ur-Lachen berichtet.

Das Ur-Lachen bei einem Säugling erwacht erst, wenn die innige Mutter-Kind-Beziehung die ersten Trennungen von der Brust beim Abstillen erfährt. Die Mutter versucht dann, durch ihre Stimme, durch Sprechen, Singen oder Spaßen den Säugling von der Brust zu bekommen und ihm damit ein positives Erlebnis zu vermitteln.- Mutter und Kind lachen sich an – das Ur-Lachen!

Medizinisch gesehen wirken die hochgezogenen, breiten Mundwinkel auf unser Gehirn, auf das Unterbewusstsein, das im Laufe der Zeit die positiven Erlebnisse speichert. Dabei werden dann Katecholamine, sog. Endorphine = „Glückshormone“, ausgeschüttet, die wie körpereigenes Morphin wirken. Die Endorphine werden über den Lymphfluss im Körper verteilt, Gesichtsmuskeln, Schulter- und Brustmuskulatur, sowie vor allem das Zwerchfell werden aktiviert und das Immunsystem gestärkt.

Zu dieser Erkenntnis ist die Schulmedizin mittlerweile auch schon gekommen. In der Kinderklinik, sowie in der Geriatrie werden vereinzelt Klinik-Clowns engagiert, da sie die Heilung zu fördern scheinen. Bestes Beispiel gibt, glaube ich, Eckart v. Hirschhausen, der schon früh diese Therapiemöglichkeit postuliert hat.

Wir haben schon oft erlebt, dass Lachen ansteckend ist, genauso, wie das Gähnen, durch sog. Spiegelneurone. Diese sind Nervenzellen im Gehirn, die das „Betrachten“ eines Vorgangs speichern und spiegeln können und ein gleiches Aktivitätsmuster zeigen bei dessen „Ausführung“, also einer Bewegung, z. B. Lachen. In Kursen von Lachyoga und in der Humorthherapie kann man Lachen erlernen; es befreit, ist preiswert, auch schmerzlindernd und interaktiv. Es nützt der Verständigung verschiedener Kulturen und schafft Freundschaften, auch wenn man sich durch die unterschiedliche Sprache nicht versteht.

Lachen und Humor gehören begrifflich zusammen -so die Psychologin Vera Birkenbiehl. Beides ist abhängig von der aktuellen Stimmung, ebenso vom Hormonlevel, von der Umgebung und eigenen Gewohnheiten und Neigungen.

Wenn man eine Messlatte benutzen würde, kann man in der Waagerechten dem Begriff Humor gewisses Einfühlungsvermögen, Rücksichtnahme, Verlässlichkeit auf Unverletzlichkeit und auch Ernsthaftigkeit zuordnen. In der Mitte würden wir neutrale Begriffe, wie Schlagfertigkeit, Witz, Komik, Karikatur, trockenen Humor, Kalauer, Aphorismen und Komödie finden. Und als Gegenpol käme dann die Übertreibung, Ironie, Schadenfreude, Spott bis zum Sarkasmus. Diese sind negative Eigenschaften, die andere verletzen und Gefühlskälte und Missmut spüren lassen.

Zu diesem „negativen Lächeln oder Lachen“ zählt auch das Dauerlächeln, das Grinsen, das man mit Dummheit assoziiert oder mit Überheblichkeit. Auch das Auslachen, als eine Form von Mobbing, überdeckt eigene Probleme, wenn derjenige annimmt, damit aus dem „Schneider“ zu sein, vielleicht etwas Besseres zu sein?

Manche benutzen ihr Lächeln auch als Mittel zum Zweck, um sich gewisse Vorteile zu verschaffen. Es ist dann gespielt und gefährlich, also unecht.

Aber es kann auch Selbstschutz sein, dann nämlich, wenn einer einem etwas Böses will und derjenige unsicher ist, wie stark das lachende Gegenüber wohl ist. Hier geht es dann um „ausgefeilte Spielchen“ in negativem Sinne.

Darüber hinaus wird in manchen Unternehmen von Mitarbeitern verlangt, dass sie dem Kunden gegenüber stets freundlich und verbindlich zu erscheinen haben. So wird man als Dienstleister dazu verpflichtet und wird auf gutes Aussehen, Freundlichkeit und Lächeln trainiert (Berufslächeln). Ein Beispiel: Stewardessen leiden sehr unter dieser Vorgabe; sie müssen auf alle Wünsche eingehen, werden dazu oft noch unverschämt behandelt, angepöbelt, angefasst und noch mehr... Auf den Flügen müssen Stewardessen ihr Gesicht wahren, auch wenn ihnen nicht danach zumute ist. In dieser Branche gibt es keinen Rückzugsort und keine Zeit mit diesem Problem umzugehen. Es gibt viele Fälle von Burnout.

Andererseits gibt es Unternehmen, die viel Wert auf die Zufriedenheit ihrer Mitarbeiter legen und ihnen positive Möglichkeiten für humorigen Geist und –Seele bieten. Diese haben erkannt, dass „Lachende Unternehmen“ erfolgreicher sind.

Wie sieht es nun „im Land des Lächelns“ aus? - Asiaten scheinen stets zu lächeln - aber ist ihnen immer danach? So wurden Chinesinnen im Reisanbau befragt, als sie barfuß und durchnässt bei Unwettern in den Feldern standen –und trotzdem: lachten! Die Reporter waren erstaunt über die Antwort: Für die Arbeiterinnen ist Lachen ein Neuanfang aus der Not. Sie sind froh, dass sie Arbeit haben und dass sie leben, dies ist für sie das höchste Glücksgefühl!

Wie sehen Sie das, liebe Gäste, liebe Schwestern, lieber Bruder?

Wie ich vorgestellt habe, gibt es viele Möglichkeiten des Lachens, des Humors im positiven, wie auch im negativen Sinn. Hierbei habe ich die verschiedenen Möglichkeiten der Untergruppen, wie ich sie nennen möchte, noch gar nicht erwähnt.

So gibt es viele Variationen des Witzes, kulturell unterschiedlich, des Comics, der Witzblätter, der Bildergeschichten, Karikaturen, Sketche, des Kabarett, der Filme und Komödien.

Jetzt möchte ich auf die Freimaurerei zurückkommen. Sie ist im Grunde nicht komisch, sondern ein wichtiger Lebensbegleiter auf unserem Weg zum Ziel. Aber durch Witz (kommt von Wissen!) und Karikatur kann man auch manche Dinge in Frage stellen und sich bewusst machen. So sind in dem oben erwähnten Buch Karikaturen auch über den Tod, der anklopft, oder über Fehltritte und Missgeschicke in den Ritualen festgehalten, die in Wort und Bild sehr amüsant sind. Es werden Dinge aufs Korn genommen, die man vorher noch nicht so gesehen hat und die nicht böse sind.

Ich finde es schön, dass wir darüber lachen dürfen, es gab ja auch Zeiten, in denen man zum Lachen in den Keller gehen musste, abhängig von der Religion.

Ich schließe mit dem Satz eines Unbekannten: „Ein Witz kann eine Idee unter der Tür durchschieben, während die Ernsthaftigkeit noch dagegen hämmert.“

Fragen:

Was amüsiert Sie/Euch?

Ist Humor lebenswichtig?-

In der Freimaurerei auch?- gibt es ihn dort?

Wie fühlt man sich allein damit und mit anderen zusammen?

Ist es ein Konsumieren oder kann man selber dafür etwas tun – und wie?

Humor bedient sich der indirekten Sprache – Wie gestaltet er sich in Gesellschaften, in denen immer direkt kommuniziert wird?