

ZUM SONNTAG

Sinn für Humor



„Bitte bewahre Dir Deinen Humor auch weiterhin!“

schreibt die Kindergärtnerin dem sechsjährigen Peter in sein Kindergartenpoesie-

album. Irgendwie war dieser Wunsch sehr nachhaltig. Denn jetzt, an seinem 18. Geburtstag, erinnert sich Peter an diesen Wunsch aus längst vergangenen Tagen.

Oh ja, den eigenen Humor bewahren, kultivieren und entwickeln, das ist eine gar nicht so leichte Aufgabe und doch so wichtig.

Stell Dir vor, viele Deiner Lehrer sind humorvoll!

Stell Dir vor, die häusliche Pflegerin ist humorvoll!

Stell Dir vor, der Mensch in der Schlange am Supermarkt vor Dir oder hinter Dir ist humorvoll!

Stell Dir vor, Du bist humorvoll!

Ja, das geht natürlich nicht auf Knopfdruck, denn dann wäre es gekünstelt und nicht echt. Guter Humor freilich ist immer ehrlich, kommt sozusagen von innen, von einer inneren Einstellung. „Humor ist das Lächeln der Seele“, entdeckt der Psychoanalytiker Georg Friedrich. Darunter ist zu verstehen, dass der feine Sinn für Humor eine Haltung ist. Diese Haltung relativiert das viele scheinbar so Düstere und Schwierige und wendet es zu einer gewissen Leichtigkeit. Für unser menschliches Leben im Allgemeinen und auch für unsere Gottesdienste im kirchlichen Bereich würde ich mir manchmal mehr

Humor, mehr Lebensfreundlichkeit und ein sanftes Lächeln wünschen. So hat der jüdische Philosoph Martin Buber schon entdeckt, dass „der Humor der Bruder des Glaubens ist“. Beide können der Seele gut tun. Humorvolle Menschen haben immer etwas zum Schmunzeln oder Lächeln. Dabei schüttet das Gehirn Glückshormone aus, die Muskeln entspannen sich und alles fühlt sich leichter an. So hellt sich die Stimmung auf und schenkt glücklichere Menschen. Auch der Glaube trägt dazu bei, dass Menschen ihr Leben als glücklicher, sinnvoller und erfreulicher wahrnehmen als ihre Zeitgenossen ohne Glauben. Zu diesem Ergebnis kommen jedenfalls Befragungen, die von französischen Forschern durchgeführt wurden. Glaube und Humor nehmen uns heraus aus der Ecke der Enge, aus der Ecke der Angst und der Ecke der düsteren Prognosen und führen in eine gewisse Weite und neue Freiheit. Ein guter Sinn für Humor kann also ein Baustein sein für eine Veränderung der pessimistischen Lebensgefühle, die sich wie schleichendes Gift auf unser Immunsystem auswirken. Dem Humor entspringt ein Optimismus, der sich im befreienden Lachen zeigt, mit seiner Kraft den ganzen Körper durchdringt und dessen Selbstheilungskräfte hervorlockt. Humor ist das Lächeln der Seele. Versuchen wir doch, dass wir unsere Seele öfter lächeln lassen. Mit einem Zweisatzgebet von Thomas Morus wünsche ich Ihnen, lieber Leser, liebe Leserin, ein schönes Passauer Dultwochenende und humorvolle Begegnungen. „Herr, schenke mir einen guten Sinn für feinen Humor. Gib mir die Gnade, einen guten Scherz zu verstehen, damit ich ein wenig Glück kenne im Leben und dieses Glück mit anderen teile.“

*Thomas Plesch
Evangelischer Pfarrer
in Tiefenbach und Tittling*