

# Witz und Humor – ein Annäherungsversuch an zwei kreativ-komische und befreiende Gesellen oder:

Die Bedeutung von Humor und Witz für Psychohygiene, Psychotherapie und Lebenskunst

Wit and humor – approaches to two creative, comic and liberating phenomena.

The importance of humor and wit for creativity, psychotherapy and the art of living

## Alfred Kirchmayr

„Seit es Menschen gibt, hat der Mensch sich zu wenig gefreut: Das allein, meine Brüder, ist unsere Erbsünde! Und lernen wir besser uns freuen, so verlernen wir am besten, anderen wehe zu tun und Wehes auszudenken.“

Friedrich Nietzsche

„Es ist leicht, das Leben schwer zu nehmen. Und es ist schwer, das Leben leicht zu nehmen.“

Erich Kästner

„Als ich jung war, habe ich vergessen zu lachen. Erst später, als ich meine Augen öffnete und die Wirklichkeit erblickte, begann ich zu lachen und habe seither nicht mehr aufgehört.“

Sören Kierkegaard

## Zusammenfassung

*Die essayistischen Annäherungsversuche an die kreativen, befreienden und komischen Gesellen Witz und Humor nehmen die folgenden Phänomene kurz und nicht witzlos unter die Lupe: das Leben als ernst-heiteres Spiel; die Kindlichkeit und ihre kreative Potenz; den Witz, der Probleme zum Ausdruck bringt und manchmal über sie lachen lehrt; die Wiederentdeckung des therapeutischen Humors; den Clown als Symbolfigur des Humors; Psychotherapie als Förderung clownesker Kindlichkeit; das vielschichtige Reich des Komischen und schließlich den großen Humor als Ausdruck der Versöhnung mit den Schattenseiten und Widersprüchen des Lebens. Der Verfasser ist Psychoanalytiker mit adlerianischem Akzent und nebenberuflicher „Witzlandschaftspfleger“, der zur Bewusstseins-erweiterung und -erweiterung beitragen, und dadurch zur Aufklärung des Wahnsinns der Normalität ermutigen möchte.*

## Abstract

*The following essay is an approach to the creative, comic, and liberating phenomena of wit and humor. It intends to rouse interest for these witty and healing crea-*

*tions of human culture: human living as a tragicomic play; childhood innocence and its creativity; wit and jokes in expressing and lightening problems; the rediscovery of therapeutic humor; the clown as a symbol of humor; the importance of childhood innocence in psychotherapy; the multi-faceted phenomenon of fine humor and the comic as an essence of knowledge of life and the art of living. The main interest of the author, psychoanalyst with Adlerian accent, lies in overcoming the madness of normality and the deadly seriousness in rather unwitty times. He wants to promote the releasing laughter and enlightenment of wit and humor. Real humor is a child of the love of life and “heavenly eros” (S. Freud).*

## 1. Das Leben – ein ernst-heiteres Spiel

Nicht nur das antike Theater hat das menschliche Leben als Tragödie und Komödie aufgefasst und dargestellt, als ernst-heiteres Spiel. Denn all die vielen Probleme des Zusammenlebens, die Liebes- und Hassprobleme, die Macht- und Geltungsprobleme, die Idealisierungs- und Entwertungsprobleme sind zum Weinen – und zum Lachen. Deshalb gibt es wohl seit Urzeiten in den religiösen und weltlichen Festen, Ritualen, Feiern und Spielen clowneske Figuren, die viel mit Kindlichkeit, mit Spiel und Protest gegen den „Wahnsinn der Normalität“ (Gruen 1989) zu tun haben. Der Clown als Gegenspieler des Perfekten, Heiligen und des offiziellen Rollenspiels des Lebens ist so alt wie die Menschheit. Er trat und tritt in vielerlei Gestalt auf: als Satyrspieler im antiken Griechenland, als Hofnarr, Hanswurst und Till Eulenspiegel im Mittelalter, als Harlekin, Tollpatsch und Zirkusclown in neuerer Zeit.

Der Clown, der immer das Gegenteil dessen tut, was richtig ist, reizt zum Lachen: durch seine Ungeschicklichkeit, durch das offene Aussprechen von verbotenen Wahrheiten und verpönten und unterdrückten Wirklichkeiten, durch die Verhöhnung der Obrigkeit, durch sein kindliches Stauen über Selbstverständlichkeiten. Er bewirkt Aufklärung über Verhältnisse, die dem Bewusstsein oft entzogen werden, über Kräfte, die offiziell verdrängt werden. Er trägt daher zur Bewusstseins-erweiterung durch Bewusstseins-erweiterung bei. (Galli 1999)