



# Moment

SONDERBEILAGE DER TIROLER TAGESZEITUNG

Nr. 103 – Juli 2013

Lachen als kräftigste  
Ausdrucksform des Hu-  
mors. Foto: Thinkstock/Stockbyte

Liebe Leserin!  
Lieber Leser!

*Es ist fröhlich, herzlich, ohne jede Künstlichkeit – das Kinderlachen, das trotz des geschlossenen Fensters ins Büro dringt. Es lässt mich kurz innehalten und unvermittelt schmunzeln, rückt aber auch einen Gedanken in den Vordergrund: einfach wie ein Kind lachen zu können! Erwachsene scheinen das im Laufe der Jahre oft verlernt zu haben. In dieser Ausgabe des Moment befassen wir uns mit Lachen und Humor. Fragen, wie beides mit dem Glauben zusammenpasst, ob in anderen Ländern anders gelacht wird und warum wir lachen sollten, um mit den Widrigkeiten des Lebens besser umgehen zu können.*

Christa Hofer

## Humor – Bruder des Glaubens

**Humor und Glaube sind keine Gegensätze. Im Gegenteil: Das Gute, die Wahrheit lässt sich eher mit Humor als mit Verbissenheit finden.**

Sechs Jahre alt war ich. Ich saß mit meinem Cousin in der ersten Bank der kleinen Dorfkirche von Hollbruck in Osttirol. Wir brauchten uns nur anzuschauen und lachten, dass die ganze Holzbank wackelte. Je mehr wir es zu unterdrücken versuchten, umso mehr lachten wir. Vorne erteteten wir den ersten Blick des Pfarrers, hinten den bösen Blick der Erwachsenen.

Jahre vergingen. Ich studierte inzwischen Theologie in Innsbruck. Eine Aussage in der Vorlesung von Heinrich Schmidinger, dem jetzigen Rektor der Universität Salzburg, machte mich stutzig. Im Humanismus ist das Lachen in der Kirche – nach einer wechselvollen Geschichte zwischen Duldung und Verpönung – wieder salonfähig. Ich, der ich so gerne lache, suchte nach dem Lachen in der Theologie und landete beim Humor, der lacht, aber nicht des Lachens bedarf. „Humor als Lebenshaltung“ war schließlich der Titel der theologischen Abschlussarbeit. Beim Schrei-

ben verlor ich selbst den Humor. Dieser lässt sich nämlich nicht wissenschaftlich greifen. Und nicht alles, was als Humor verkauft wird, ist tatsächlich Humor. Ergebnis der Diplomarbeit ist: Humor und Glaube sind keine Gegensätze. Im Gegenteil: Das Gute, die Wahrheit lässt sich eher mit Humor als mit Verbissenheit finden.

**Hat Gott, Jesus Humor?**

Den Begriff „Humor“ im Sinn einer Gabe oder Haltung gibt es erst seit dem 17. Jahrhundert. Kennzeichen ist, dass er ungekünstelt aus dem Herzen kommt und nach Wahrheit strebt. Ein Haschen nach schnellem,

**„Der Mensch hat gegenüber den Widrigkeiten des Lebens drei Dinge zum Schutz: die Hoffnung, den Schlaf und das Lachen.“**

Immanuel Kant

oberflächlichem Witz ist nicht seine Sache. Von seinem lateinischen Wort „humor“ bedeutet er Feuchtigkeit, Flüssigkeit, Saft. Er ist verwandt mit dem Wort „humus“. Wo Humor ist, geht es nicht spröde, trocken, sondern bodenständig, feucht zu. Ausgehend davon finden sich in der Bibel einige Spurenelemente des Humors. Das Wunder der Hochzeit

von Kana etwa. Jesus verwandelt fades Wasser in den besten Wein. Er gönnt den Menschen ein feuchtfröhliches Fest. Am Ende lässt er den besten Wein servieren.

Das Lachen ist zweifelsohne seine kräftigste Ausdrucksform. Viel wird in der Bibel gelacht. Das Buch Genesis erzählt von „Isaak“, was wörtlich übersetzt heißt: „Gott lacht“. Menschen werden verlacht: die Armen, die vom Unglück Verfolgten, die Propheten, Jesus selbst unterm Kreuz. Hier pervertiert das Lachen zu einem Gelächter über andere. Dies widerspricht echtem Humor. Unüberhörbar klingt in der Bibel aber die Verheißung durch, dass Gott letztlich das Unglück wendet und der Mensch lachen werde: „Da war unser Mund voll Lachen und unsere Zunge voll Jubel“ (Ps 122). Den jetzt Weinenden verspricht Jesus: „Ihr werdet lachen.“

Das Lachen des Menschen bedeutet, schon jetzt Anteil zu nehmen am erlösten Leben. Es ist ein „Signal der Transzendenz“, so Peter L. Berger. Die Gottesdienstbesucher des Mittelalters probten das Lachen, wenn sie an Ostern nach der Verkündigung der Osterbotschaft, gesteigert durch Späße und Witze der Priester, in schallendes Gelächter ausbrachen. Infolge von Ausartungen wurde das Osterlachen später verboten.



**Christian Sint**  
ist Seelsorger an der Hospiz- und Palliativstation Innsbruck.

Die „Frohe Botschaft“ hat im Laufe der Geschichte viele Christinnen und Christen zu einer humorvollen Haltung angeleitet. Theresa von Avila soll viele Widerstände mit Humor überwunden haben. Sie lebte – für humorvolle Menschen typisch – aus einer gesunden Spannung von Weltbejahung und Distanz. Als sie einmal mit sichtlichem Appetit ihr Leibgericht verspeiste, machte jemand eine abfällige Bemerkung. Schlagfertig erwiderte sie: „Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn, wenn Buße, dann Buße.“

Papst Johannes XXIII. soll mit seiner humorvoll gelösten Lebensart viele seiner Skeptiker gewonnen haben. „Heiliger Vater, warum

dieses gefährliche Konzil?“, fragten ihn die Kardinäle. Johannes ging, ließ durchs geöffnete Fenster frische Luft herein und lachte: „Darum.“ Humor vertreibt Ängste und hilft, nicht fanatisch, verbissen zu werden. Wo Ideologie herrscht, wird er gefürchtet. Den Ernst einer Botschaft stellt er nicht in Frage. Vielmehr erhellt er sie.

Worin wurzelt christlicher Humor? Für Johannes XXIII. in „Heiterkeit, die von Gott kommt, innere Ruhe und Hingabe an Gott. Wer glaubt, der zittert nicht.“ Martin Buber hat einmal den Humor als Bruder des Glaubens bezeichnet.

**Wichtiger Verbündeter**

Am Hospiz, wo ich arbeite, wird trotz widrigster Umstände viel gelacht. Hier begegne ich ihm als unverzichtbarem Verbündeten. Frau Maria: „Alles wurde mir genommen. Der Humor, Gott sei Dank, wieder zurückgegeben.“ Altbischof Reinhold Stecher besuchte uns öfters am Hospiz. Noch als 90-Jähriger feierte er auf der Station einen Gottesdienst. Während er das Messgewand anzog, wurde ihm scheinbar bewusst, wo er eigentlich ist. Zu mir gewandt sagte er: „Irgendwann wird es mich auch putzen.“ Lachend zogen wir in den Gottesdienst ein.

CHRISTIAN SINT

### FORSCHUNG

**Beste Medizin.** Menschen, die viel lachen, sind laut Wissenschaftern weniger krankheitsanfällig und werden schneller wieder gesund. **Seite 2**

### KULTUR

**Hilfsmittel.** Humor ist die Art und Weise, wie sich Menschen mit Mitmenschen und Umwelt zurechtfinden und Spannungen abbauen. **Seite 2**

### CLOWNERIE

**Hilfe.** Humor kann helfen, schwierige Situationen zu managen, wissen die Theologin Gisela Matthiae und Unternehmensberaterin Susanne Hölzl. **Seite 3**

### BLICKWEISE

**Schmunzeln.** Auf dem Museumsfriedhof in Kramsach befindet sich eine außergewöhnliche Sammlung mit Grabkreuzen und -steinen. **Seite 3**

### INTERVIEW

**Humorstrategie.** Wie wertvoll eine humorvolle Lebenseinstellung und das Vertrauen in eine höhere Macht sind, weiß Inge Patsch. **Seite 4**



## KULTURWISSENSCHAFT

## Humor ist Teil jeder Kultur

Elliott Oring hat es im Buch „Engaging Humor“ auf den Punkt gebracht: „Es gibt keine Völker auf der Erde, die nicht lachen und die keine Sprache oder kein Verhalten entwickeln, das Lachen hervorruft.“ Der deutsche Kulturwissenschaftler Rolf Brednich, Professor an der Universität Wellington in Neuseeland, ergänzt: „Humor ist die Art und Weise, wie sich Menschen mit den Mitmenschen und der Umwelt zurechtfinden, mit politischen, sozialen und kulturellen Umständen kritisch auseinandersetzen, sie aneignen und daraus resultierende Spannungen abbauen.“

In verschiedenen Ländern oder Kulturen sind die Rahmenbedingungen unterschiedlich. „Humor bedarf immer eines Objekts, eines Ziels. Gelacht wird stets über etwas Bestimmtes: über Gruppen oder Einzelne, insbesondere Prominente, Politiker etc. Die Vorbedingungen sind jeweils von Land zu Land verschieden, aber das Prinzip, sich lachend mit aktuellen Phänomenen auseinanderzusetzen, bleibt gleich“, erklärt Brednich.

Aber warum gibt es die Bezeichnung „britischer Humor“ und haben die Deutschen wirklich keinen Humor? – „Wer meint, das kleinste Buch der Welt sei das Buch über den Humor der Deutschen oder der englische Humor müsste in ein Buch mit schwarzem Einband und geschwärztem Papier gedruckt werden, der war noch nie an einem deutschen Stammtisch oder in einem englischen Pub und würde dann sicher feststellen, dass der Humor in beiden Ländern gar nicht so unterschiedlich ist, ja dass zum Teil über das Gleiche gelacht wird, zum Beispiel über Monica Lewinsky oder Berlusconi“, wendet Brednich ein. Wenn wir hier wie dort über das Gleiche lachen, bedeutet das, dass der Humor als Teil der populären Erzählkultur die Länder- und Sprachgrenzen überwindet und völkerverbindend wirkt. Seit dem Aufkommen des Internets und der Herausbildung einer speziellen Internet-Humorkultur finden durch E-Mails heute Humor und Witz in den verschiedensten textlichen und graphischen Gestaltungen weltweit Verbreitung.

Brednich weist darauf hin, dass das Bedürfnis nach Humor umso stärker ist, je trüber und spannungsreicher die Zeitepoche ist: „In der Nazi-Zeit gab es den ‚braunen‘ Humor, der an Dynamik gewann, je mehr die Zustände sich verschlimmerten und das Ende der NS-Herrschaft abzusehen war. Ähnliches ereignete sich im gesamten sozialistischen Osten einschließlich der ehemaligen DDR. Der Humor wirkte als Ventil. Ich kam in der Vor-Wendezeit oft nach Ungarn und erinnere mich, dass wir bei einer Bus-Exkursion in Budapest kaum im Bus saßen, als der Fahrer begann, sein Repertoire an politischen Witzen auszubreiten. Zehn Jahre später: gleiche Situation – Konferenz, Bus-Exkursion – gleicher Fahrer. Auf die Frage nach den neuesten Witzen: Schweigen. ‚Gibt es nicht mehr. Der Humor ist uns vergangen!‘ Wir Witzforscher erlebten mit dem Zusammenbruch des Sozialismus auch den Zusammenbruch einer blühenden und vielfältigen Witzkultur, der von heute auf morgen die Grundlage entzogen worden war“, so Brednich.

Auch interessant: Der Witz ist nicht nur männlich! „Nach meiner Erfahrung mit Humor-Netzwerken im Internet haben die Frauen längst Mittel und Wege gefunden, ‚zurückzuschlagen‘ und jeder frauenfeindlichen Witzwelle eine männerfeindliche entgegensetzen“, sagt Brednich lächelnd.

DANIELA PFENNIG  
daniela@pfennig.at



Lachen beansprucht das Gehirn und gibt weniger Platz für negative Emotionen frei.

Foto: thinkstockphotos

## Lachen stärkt und ist die beste Medizin

**Die Lachforschung, die Gelotologie, wurde in den 1960er-Jahren nur belächelt. Heute hat sie Belege gefunden, dass Menschen, die viel lachen, weniger krankheitsanfällig sind und schneller wieder gesund werden.**

Der Psychotherapeut und Wegbereiter des therapeutischen Humors in Deutschland, Michael Titze, weiß, warum und wie Lachen gesund ist. „Lachen setzt Selbstheilungskräfte frei. Außerdem werden die inneren Organe massiert. Im Blutkreislauf werden Stresshormone abgebaut und dafür solche Inhaltsstoffe ausgeschüttet, die die Immunabwehr steigern“, so beschreibt Michael Titze, was im Körper geschieht, wenn wir lachen. Lachen fördert nicht nur die Durchblutung und die Sauerstoffversorgung, sondern entspannt auch.

„Lachen lenkt ab“, meint Michael Titze, denn es beansprucht das Hirn und gibt weniger Platz für negative Emotionen frei. So werden durch Lachen auch Grübelattacken gestoppt und Angstzustände vermindert. Durch die Aktivierung von Endorphinen beim Lachen werden darüber hinaus Schmerzen gelindert. Deshalb lockern die Klinik-Clowns die oft triste Krankenhaus-Atmosphäre auf und möchten die Patienten zum Lachen bringen.

In der Psychotherapie setzt Titze das so genannte

### ZUR PERSON

Michael Titze ist psychologischer Psychotherapeut und Psychoanalytiker. Er hat zahlreiche Bücher über Lachen und Humor veröffentlicht und ist Gründungsvorsitzender von HumorCare Deutschland. Nähere Informationen unter [www.michael-titze.de](http://www.michael-titze.de)



Foto: Titze

Reflexlachen ein: „Der Reiz, in einer Lachrunde mitzulachen, baut soziale Ängste ab“, erklärt Titze. Er ist außerdem davon überzeugt, dass Lachen Schicksalsschlä-

**„Man wird nur glücklich, wenn man sich selbst auf den Arm nehmen kann.“**

Michael Titze

ge abfedern kann: „Probleme werden durch das Lachen relativiert, weil das Unvollkommene und Fehlerhafte im Leben aus einer neuen Perspektive bewertet wird.“

„Die Patienten sollen durch paradoxe und provokative Methoden lernen, ihren Ängsten ins Gesicht zu lachen“, erläutert Titze sein therapeutisches Konzept: „Ich spiele mit Menschen, die übersteigerte Ängste vor Scham haben, Situationen, die sie als blamabel empfunden haben, parodistisch überspitzt durch. Genau diese Grenzüberschreitung, die lockere Nichtbeachtung normativer

Schranken, macht eine Humorreaktion erst möglich.“

Titze ist davon überzeugt, dass man nur glücklich wird, wenn man sich selbst auf den Arm nehmen kann. Deshalb zeigt er seinen Patienten, dass ein humorbezogenes Vorgehen bei fast sämtlichen der schon bekannten psychotherapeutischen Verfahren eine sinnvolle Ergänzung darstellt. „Es geht nicht darum, den Patienten um jeden Preis zum Lachen zu bringen. Es soll vielmehr ein Prozess angeregt werden, der zu einer selbstbejahenden, mutigen Einstellung führt, die mit Heiterkeit und Lebensfreude einhergeht“, verdeutlicht Titze und fährt fort: „Es gibt die Möglichkeit, das reine Reflexlachen zum Beispiel zur Stärkung der Immunabwehr gezielt einzusetzen. Der Patient soll lernen, das Leben aus einer anderen, heiteren Perspektive anzupacken. Dass dieser Umstellungsprozess auch mit Lachen einhergeht, ist selbstverständlich.“

DANIELA PFENNIG  
daniela@pfennig.at

### WITZE

## Einfach zum Schmunzeln

„Die Zehn Gebote Gottes sind deswegen so klar verständlich, weil sie ohne das Mitwirken einer Sachverständigen-Kommission zustande gekommen sind!“

Charles de Gaulle

Holger besucht das Gymnasium. Aber Latein macht ihm schwer zu schaffen. Nach einer misslungenen Schularbeit fragt er den Lateinlehrer: „Ist Latein nicht eigentlich eine tote Sprache?“ Der Lehrer bejaht es. – „Warum begräbt man sie dann nicht endlich?“, stöhnt Holger.

Sieglinde, die längere Zeit erkrankt war, soll im Religionsunterricht dran-

kommen. „Wie lange hast du denn gefehlt?“ fragt die Lehrerin. – „Seit dem Kindermord von Bethlehem“, besinnt sich Sieglinde.

Aus einem Schulaufsatz: „Auf unserem Ausflug machten wir bei einer Kirche Rast. Der Pfarrer begrüßte uns freundlich und bot sich an, uns zu fotografieren. Unsere neue Lehrerin gab ihm sofort das Jawort.“

Brief eines Kindes an Gott: „Lieber Gott! Mein Vater versteht nichts vom Feueranmachen, er bringt's einfach nicht auf die Reihe. Könntest du nicht einen brennenden Dornbusch in unseren Garten setzen?“

Wie lautet die Telefonnummer von Gott? – 5015, denn im Psalm 50,15 steht: „Ruf mich an in der Not.“

„Ja, lieber Gott“, betet Gerhard, „bis jetzt habe ich mich heute sehr gut aufgeführt. Ich habe über niemanden getratscht und habe immer die Fassung bewahrt. Ich war zu keinem Menschen grob oder gemein, ich war absolut nicht egoistisch. Da bin ich wirklich froh. Aber in ein paar Minuten, Gott, brauche ich wirklich deine Hilfe, weil dann steh ich auf und mache Frühstück.“

Eine Frau betritt die Buchhandlung: „Ich suche

ein Buch für einen Kranken.“ „Etwas Religiöses?“ „Nein, nein, so schlimm ist es nicht!“

„Wenn ich Ihnen helfen soll, muss ich alles von Ihnen wissen“, sagt der Psychiater. „Bitte erzählen Sie, und fangen Sie bitte vorne an!“ Patient: „Am Anfang schuf ich Himmel und Erde...“

An der Kirche hängt ein Plakat: „Gott hat immer für dich Zeit.“ Darunter ist ein Schild befestigt: „Täglich geöffnet von 7 bis 20 Uhr.“

DANIEL FURXER  
daniel.furxer@dbk.at



DIÖZESE  
INNSBRUCK 26. Juli 2013 – Sonderbeilage

Moment



Gründungs-herausgeber: Komm.-Rat Joseph S. Moser, April 1993†; Herausgeber: Gesellschafterversammlung der Moser Holding AG; Medieninhaber (Verleger): Schlüsselverlag J. S. Moser GmbH.; Hersteller: Intergraphik Ges. m. b. H.; Sonderpublikationen, Leitung: Frank Tschoner; Redaktion: Karin Bauer, Heike Fink, Daniel Furxer, Christa Hofer, Walter Höbbling, Andrea Huttegger, Wolfgang Kumpfmüller, Daniela Pfennig, Christian Sint.

Diözese Innsbruck, Abteilung ÖA: Karin Bauer, Erzdiözese Salzburg, Amt für Kommunikation: Wolfgang Kumpfmüller.

Anschrift für alle: Brunecker Straße 3, 6020 Innsbruck, Postfach 578, Tel. 0 512/53 54-0, Fax 0 512/53 54-3577. moment@dbk.at



# Staunend und humorvoll die Welt (neu) entdecken

Humor kann helfen, schwierige Situationen zu managen, sind die Theologin Gisela Matthiae und Unternehmensberaterin Susanne Hölzl überzeugt.

Eine Gruppe von Menschen betritt die Kirche. Die Frauen und Männer verhalten sich irgendwie seltsam: Sie tragen rote Nasen, schneiden Grimassen. Es scheint, als wären sie das erste Mal in einem Gotteshaus. – So ähnlich wird eine „Unterrichtseinheit“ für die Teilnehmer am Lehrgang „Clownerie in Kirche und Gemeinde“, der im Herbst in St. Virgil Salzburg startet, ablaufen. „Wir entdecken den Kirchenraum neu“, sagt Gisela Matthiae. Die evangelische Theologin und ausgebildete Clownin wird den Lehrgang leiten. Zielgruppe sind Frauen und Männer, die Lust haben, sich mit ihrer Spiritualität sowie ihrem Gottesbild auseinanderzusetzen, und Spielfreude entwickeln wollen.

## Sprachwitz in der Bibel

„Es gibt viel Komik, Spott und Sprachwitz in der Bibel“, weiß Matthiae. So sei Jesus besonders schlagfertig. Und wenn Jona sich mit allen Mitteln wehrt, den Auftrag Gottes zu erfüllen, sei das gespickt mit Ironie. Die Lehrgangsteilnehmer werden Bibelstellen neu interpretieren, mit Hilfe einer humorvollen Haltung und der Clownerie. „Wir machen uns nicht lustig darüber, sondern entdecken andere Tiefen in den Erzählungen.“ Es werden auch Konzepte erarbeitet, wie Clownerie in der Seelsorge eingesetzt werden kann. Besonders Mitarbeiter im kirchlichen Bereich müssten sich immer wieder fragen: „Wie kann sich Lebendigkeit entfalten?“

„Clownerie ist kein Gag-Theater“, so Matthiae. Alltagssituationen würden mit



Gisela Matthiae in ihrer Rolle als Frau Kiebig-Stelz.

Foto: Anna Müller-Heidelberg

Ernst und Respekt behandelt. „Als Clownin trage ich das typisch Menschliche vor, auch das Scheitern. Ich muss nicht perfekt sein. Ich nehme mich als Mensch ernst, aber nicht zu ernst.“ „Clownerie und die Haltung des Humors sind der große Einspruch in den Druck zur Perfektion, der uns derzeit als Gesellschaft beherrscht“, ist die Theologin überzeugt. Humor vertragen sich nicht mit Fanatismus und Rechthaberei.

In diese Richtung steuern auch die Gedanken von Susanne Hölzl. Die Unternehmensberaterin absolviert gerade die Ausbildung zur Clownin und coacht Frauen und Männer aus verschiedenen Lebensbereichen. „Ich möchte Menschen dabei helfen, auch in unangenehmen Situationen etwas Positives zu finden.“ Das funktioniere am besten mit Humor: Sobald jemand lächle, bekomme der

Körper Luft und Spannungen würden sich lösen. Im Coaching sollten die Klienten lernen, gut mit ihren Problemen umzugehen, und dann auf Lösungen kommen. Der Blick des Clowns helfe dabei.

## Humor und Glaube

Mehr Humor in Kirchenräumen wünscht sich die Theologin Gisela Matthiae. Die Haltung des Humors sei sehr verwandt mit jener des Glaubens: Bei beiden gehe es darum, gnädig zu sein, sich und seine Situation anzunehmen und sich zu freuen,

## INFORMATION

Näheres unter [www.kirchenclownerie.de](http://www.kirchenclownerie.de), [www.clownin.de](http://www.clownin.de). Infos und Anmeldung zum Lehrgang „Clownerie in Kirche und Gemeinde“: [www.virgil.at](http://www.virgil.at), Tel.: 0662/65901-0. Susanne Hölzl: [www.zuendoelzl.at](http://www.zuendoelzl.at)

dass man da ist. In Gottesdiensten könnten Clowns auf eine besondere Weise den Gläubigen Themen näherbringen, die sie berühren und zum Nachdenken anregen. Die Theologin tritt zum Beispiel als Frau Kiebig-Stelz in dem Stück „Rette dich, wer kann!“ in Gottesdiensten auf. Die Protagonistin im Stück ist bei der letzten Sparwelle über Bord gegangen, ihr steht das Wasser bis zum Hals. Mit einem kreativ designten Kostüm stellt Matthiae das Bild aus der Bibel vom Meer, das sich teilt, dar. Eine wesentliche Rolle in dem Stück spielt die Hoffnung. „Die Menschen sind oft sehr berührt. Schließlich steht vielen das Wasser manchmal bis zum Hals“, erzählt die Clownin.

ANDREA HUTTEGGER  
andrea.huttegger@  
kommunikation.kirchen.net

## HUMOR, ETHIK UND MORAL

### Die Grenzen des guten Geschmacks

Filme wie „Das Leben des Brian“ haben viele Menschen zum Lachen gebracht, aber auch aufgebracht – im Empfinden, in ihren religiösen Gefühlen verletzt worden zu sein. Humor und Sarkasmus werden als Mittel der Kritik eingesetzt, machen Widersprüchlichkeiten oder Skurriles sichtbar. Witze zu religiösen Themen finden sich zuhauf.

Aber wo hört der Spaß auf, was ist ein schlecht geratener Witz und was Blasphemie? Ist Humor zwangsläufig Gotteslästerung und eine Verhöhnung des Glaubens? Darf Werbung religiöse Inhalte lustig verarbeiten? Sind Pfarrerrwitze Herabwürdigungen, eine Diskriminierung, oder steht die Redefreiheit höher als Beschränkungen zu öffentlichen Meinungsäußerungen?

Die österreichische Gesetzgebung regelt unmissverständlich im Diskriminierungsverbot: „Werbung darf niemanden mittelbar oder unmittelbar diskriminieren oder Diskriminierung fördern, insbesondere aus Gründen des Geschlechts, der ethnischen Zugehörigkeit, der Hautfarbe, der ethnischen oder sozialen Herkunft, der genetischen Merkmale, der Sprache, der Religion oder der Weltanschauung, der politischen oder sonstigen Anschauung, der Zugehörigkeit zu einer nationalen Minderheit, der Staatsbürgerschaft, des sozialen Status, einer Behinderung, des Alters, der sexuellen Orientierung oder sonstiger Gründe.“

Daneben hat sich die österreichische Werbewirtschaft freiwillig Selbstbeschränkungsrichtlinien auferlegt. Der Ethik-Kodex des Österreichischen Werberates beschreibt, wann eine Werbung als verletzend bzw. diskriminierend zu beurteilen ist. 160 Werberäte und Werberätinnen aus unterschiedlichsten Berufsgruppen und Interessenvertretungen wachen über diesen Kodex. „Bei der Gestaltung von Werbung muss verantwortungsbewusst auf Gefühle von Gruppen, aber auch Einzelnen Rücksicht genommen werden. Werbung darf nicht gegen die guten Sitten verstoßen und nicht die Würde von Menschen verletzen“, sagt Andrea Stoidl, Geschäftsführerin des Österreichischen Werberates. „Die Art der Darstellung darf nicht herabwürdigend sein“, beschreibt Stoidl die soziale Verantwortung, die Werbung durch die öffentliche Aufmerksamkeit hat.

Jenen Gebieten der Ethik und Moral, die einem gesellschaftlichen Entwicklungsprozess unterworfen sind, gilt heute im Besonderen die Aufmerksamkeit der Werbe-

selbstbeschränkung. Die Rolle der Kirche, das religiöse Leben und Empfinden der Menschen und die Vielfalt der



Werbung im Spannungsfeld von gesellschaftlichen Entwicklungsprozessen.

Foto: thinkstockphotos

Religionen in Österreich haben sich in den letzten Jahren verändert. Gesellschaftliche Entwicklungen bringen Veränderungen und damit unterliegen auch Fragen des guten Geschmacks, des tolerierten Witzes einem Wandel. Worüber heute geschmunzelt wird, dem folgte gestern noch ein Aufschrei der Empörung.

Und dennoch bzw. gerade deswegen: Der gesetzliche Rahmen lässt ein Spannungsfeld für Witz und Humor offen. Die Gleichheit aller Menschen vor dem Gesetz, Meinungsfreiheit und Redefreiheit sind so wie die Religionsfreiheit durch die Allgemeinen Menschenrechte und die österreichische Gesetzgebung geschützt. Situativ und subjektiv können sie in Konflikt geraten. Ein Witz kann Ausdruck der Redefreiheit sein und zugleich die religiösen Gefühle von Einzelpersonen oder Gruppen verletzen und als diskriminierend wahrgenommen werden – ein Spannungsfeld, das großer Sensibilität und eines Verantwortungsbewusstseins bedarf.

HEIKE FINK  
heike.fink@chello.at

## MUSEUMSFRIEDHOF IN KRAMSACH

# Friedhofssprüche der anderen Art

Historische Grabinschriften zwischen Erinnerung und Erheiterung.

Auf dem Museumsfriedhof in Kramsach befindet sich eine außergewöhnliche Sammlung mit Grabkreuzen und -steinen. Familie Guggenberger hat historische Grabinschriften zusammengetragen und restauriert. Kuriose Sprüche sorgen für eine Komik der besonderen Art.

In diesem „Friedhof ohne Tote“ kann der Besucher – unter Schmunzeln bis zum befreienden Lachen – über den Tod auf eine andere Weise nachdenken. Der Umgang

mit der Alltäglichkeit von Tod und Sterben vor über hundert Jahren wirkt aus heutiger Sicht aber auch befremdend und derb. Dabei bediente man sich Sprüchen, die im



Zwei Beispiele vom Museumsfriedhof.

Vertrauen auf Gott Menschen erheitern konnten, um besser mit dem unvorhersehbaren Tod nahestehender Menschen umgehen zu können. Das Spielerische ließ Distanz



Fotos: Pfennig

zum Geschehenen zu und wandelte die Trauer in eine humorvolle Erinnerung.

Komische Grabinschriften halfen durch ihre erheiternde Art, die Leiden des Todes zu vergessen. Sie erfüllten zugleich einerseits die Funktion des Erinnerns an den Unglücksfall und andererseits auch jene eines Mahnmals. Heute hingegen kann man sich einen derart kuriosen Umgang mit Tod und Unglück kaum mehr vorstellen und so hat sich auch die Funktion gewandelt: Der Museumsfriedhof in Kramsach ist ein beliebtes Ausflugsziel für Jung und Alt.

DANIELA PFENNIG  
daniela@pfennig.at





Inge Patsch über Humor, seine Bedeutung in unserer Gegenwart und ihr ganz persönliches Humor-Rezept.

Fotos: Pfennig

# Die Humorstrategie – Mit Humor und Gelassenheit lebt man besser

**Wie wertvoll eine humorvolle Lebenseinstellung, das Bewusstsein, nicht perfekt sein zu müssen, und das Vertrauen in eine höhere Macht sind, weiß Inge Patsch.**

*Was bedeutet für Sie Humor?*

**Inge Patsch:** Humor heißt, sich selbst nicht so wichtig zu nehmen und sich von den eigenen Vorstellungen verabschieden zu können. Konflikte entstehen meistens dann, wenn andere andere Vorstellungen haben als man selbst. Dann wäre es wichtig, über die eigenen Vorstellungen herzlich zu lachen und sich einzugestehen, dass es nicht so geht, wie man es sich selbst vorgestellt hat.

*Was hat sich für Sie verändert, seit Sie bewusst humorvoller leben?*

**Inge Patsch:** Ich habe gelernt, Vertrauen zu haben in eine höhere Macht, in deren Händen ich gut

aufgehoben bin. Ich weiß, dass ich bestimmte Dinge nicht verhindern kann. Mir ist auch bewusst, dass es in meinem Leben Wichtiges und Unwichtiges gibt. Im Alltag zu schimpfen und die eigenen Vorstellungen anderen aufzuzwingen, macht unglücklich. Fröhlicher lebt man, wenn man durch eine humorvolle Bemerkung sich selbst und anderen ein Lächeln entlockt – so geht vieles einfacher.

*Warum ist gerade in der Gegenwart Humor so wichtig?*

**Inge Patsch:** Es geht nur

## INFORMATION

**Inge Patsch**, geboren 1952, ist verheiratet und Mutter von zwei erwachsenen Kindern. Sie leitet das Tiroler Institut für Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl in Innsbruck und hält zahlreiche Vorträge und Seminare. Gemeinsam mit Michael Titze hat sie das Buch „Die Humorstrategie“ veröffentlicht. Weitere Infos unter: [www.ingepatsch.at](http://www.ingepatsch.at)

noch um Perfektionismus und ums Funktionieren. Fehler machen ist zu einem Tabu geworden. Wir werden von klein auf in ein Korsett gedrängt, das unser Umfeld vorgibt: Warum darf ein Kind nicht zwei verschiedenfarbige Socken anziehen, wenn es das will?

*Was fehlt uns heutzutage?*

**Inge Patsch:** Mut zur Unvollkommenheit. Das ist die Voraussetzung, das Einmalige eines jeden Menschen wahrzunehmen. Der Mut zur Unvollkommenheit schenkt uns Gelassenheit, damit wir

**Tipp:** „Das Wesentliche im Leben bekommt man geschenkt. Das kann man sich nicht kaufen“, ist Inge Patsch überzeugt. Deshalb gibt es von Oktober 2013 bis Juni 2014 im Haus der Begegnung in Innsbruck monatlich eine „Werkstatt der Lebensfreude“. Beginn: 14. Oktober 2013, Anmeldung erforderlich: Tel. 0512/587869-12 oder E-Mail an [hdb.kurse@dibk.at](mailto:hdb.kurse@dibk.at)

endlich aufhören, einen fanatischen Perfektionismus zu pflegen. Wir sollten zudem einsehen, dass alles, was wir tun, unvollkommen bleibt.

*Was bringt uns der Mut zur Unvollkommenheit?*

**Inge Patsch:** Vor allem schenkt uns dieser Mut eine realistische Sichtweise. Humor dient zur Versöhnung mit den Bruchstücken. Wir könnten „besser“ scheitern, wenn wir begreifen, dass nichts vollkommen ist. Es gehört viel Mut dazu, zu sagen, dass man sein Bestes gegeben hat, nur diesmal hat es nicht gereicht. In den Augen eines anderen kann es trotzdem zu wenig gewesen sein. Wesentlich ist, dass man vor sich selbst gradestehen kann.

*Wo liegt die Grenze zwischen Humor und Gleichgültigkeit?*

**Inge Patsch:** Wenn es mir egal ist, ob die Blumen gegessen werden oder nicht, ob es ein Mittagessen gibt oder nicht, so ist das Gleichgültigkeit. Wenn ich aber ehrlich bemüht bin, die Blumen zu gießen und sie trotzdem

eingehen, oder wenn mir der Kuchen nicht gelingt, brauche ich heitere Gelassenheit. Man soll am Abend auf den Tag zurückblicken und fragen: Was bin ich mir oder meinem Leben schuldig geblieben? Beschwichtigung bringt uns nicht weiter, denn irgendwann frisst sie uns auf. Aufrichtigkeit ist wichtiger als das „So-tun-als-Ob“. Wenn einem etwas gleichgültig ist, fehlt die Begeisterung. Gleichgültigkeit hat mit Humor nichts zu tun. Gleichgültigkeit kann uns auf die Palme bringen, weil etwas Wertvolles nicht gelebt wird.

*Wie sieht Ihr persönliches Humor-Rezept aus?*

**Inge Patsch:** Für Humor gibt es viele Zutaten, aber kein Rezept, weil man nicht weiß, wie es der andere aufnimmt. Man sollte alles so annehmen, wie es kommt, und mit sich selbst im Reinen sein. Die erste Zutat ist der Mut zur Unvollkommenheit. Dann braucht es Dankbarkeit und ein bewusstes Innehalten, um zu wissen, wo-

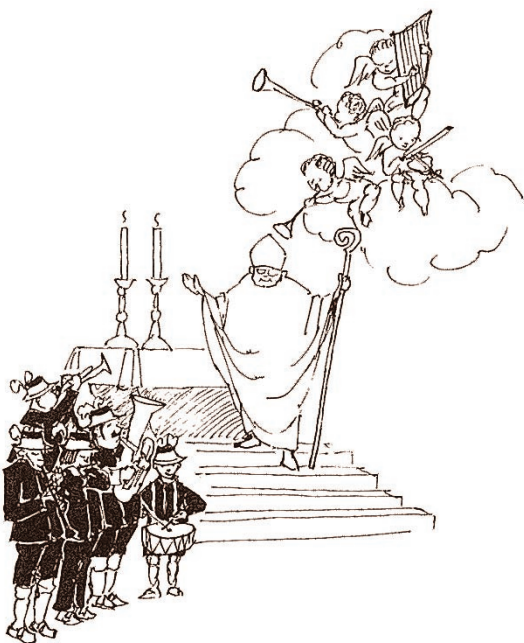
für man dankbar sein kann. Drittens darf man sich selbst nicht zu wichtig nehmen. Es braucht auch das Wissen, dass es im Leben auf und ab geht. Mit einer positiven Grundeinstellung hat man in schweren Zeiten mehr Kraft. Schließlich bedarf es eines Bewusstseins, dass es mehr als nur mich alleine gibt, eine höhere Macht, die alles zum Guten wendet.

*Ist Humor eine Altersfrage?*

**Inge Patsch:** Ich glaube, dass man mit dem Alter und der Erfahrung humorvoller wird. Ich habe den Humor für mich in einer Zeit, in der es mir gesundheitlich nicht gut ging, entdeckt. Er hat mich innerlich gestärkt. Heute weiß ich, dass derjenige, der sein Alltags- und Berufsleben mit Humor und Gelassenheit meistert, viel besser fährt als der, der seine Ziele verbissen verfolgt. Um das zu erkennen, muss man nicht unbedingt älter sein.

DAS INTERVIEW FÜHRTE  
Daniela Pfennig  
[daniela@pfennig.at](mailto:daniela@pfennig.at)

## Karikaturen von Bischof Reinhold Stecher



Irdischer und himmlischer Triumphmarsch.



Umfunktionierung.

Quelle: Bischof Johann Weber, Bei den Leuten – Erlebnisse und Gedanken eines Bischofs. Mit Zeichnungen von Reinhold Stecher. Styria Verlag 1993



Pfarrgemeinderatsmodelle.