

Lachen und Therapie

Rainer Adamaszek, Oldenburg

1. Das Lachen bei Freud und Bergson

Zu Beginn unseres Jahrhunderts haben sich Bergson und Freud gleichzeitig, aber unabhängig voneinander mit dem Lachen beschäftigt. Im Jahre 1900 schrieb Henri Bergson einleitend in seinem Schlüsselwerk, dem Essay „Das Lachen“ (1988, S. 13): „Seit Aristoteles haben sich die größten Denker in dieses kleine Problem vertieft, und doch entzieht es sich jedem, der es fassen will, es gleitet davon, verschwindet, taucht wieder auf: eine einzige spitzbübische Herausforderung an die philosophische Spekulation.“ Er warnt vor den Versuchungen einer abstrakten Definition des „Komischen“, die nur geeignet wäre, es in einen Käfig zu zwängen, und verlangt, es „mit dem Respekt zu behandeln, der dem Leben gebührt“. Es sei lohnend, „zuzusehen, wie es wächst und sich entfaltet“, um „unmerklich von einer Form in die andere übergehend, vor unseren Augen die seltsamsten Metamorphosen (zu) durchleben“. Da das Komische „aus dem wirklichen Leben hervorgegangen und mit der Kunst verwandt“ sei, habe es „in Sachen Kunst und Leben ... auch ein Wörtchen mitzureden“. Es phänomenologisch zu untersuchen, ermögliche eine „nützliche Erfahrung“ und verspreche Aufschluß „über die menschliche Phantasie überhaupt“, „insbesondere über die Art, wie die soziale, kollektive, volkstümliche Phantasie arbeitet“. Denn die „kornische Phantasie“ sei „vernünftig noch in ihren größten Sprüngen, methodisch bei allem Unsinn, traumähnlich vielleicht, doch im Traum Bilder heraufbeschwörend, die von einer ganzen Gesellschaft sogleich akzeptiert und verstanden werden“.

Ebenfalls im Jahre 1900 veröffentlichte Sigmund Freud sein erstes psychoanalytisches Hauptwerk, die „Traumdeutung“. Auch ihm ging es darin um die Erforschung der Lebenskunst und der Leistungen menschlicher Phantasie. Und auch er geht ein auf das Problem des Lachens, um es später – in Kenntnis der Bergsonschen Schrift, die er als „schön und lebensfrisch“ (Freud 1905, S. 182) bezeichnet in dem Buch „Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten“ (1905) gründlicher zu untersuchen. Wie Bergson beansprucht

Freud, die Entstehungsbedingungen des Lachens und das seelische „Herstellungsverfahren“ des Komischen, des Witzes und des Humors darzustellen, statt eine lebensferne Definition „allgemeiner und äußerlicher Wesenszüge“ zu geben (vgl. Bergson, S. 129).

Es gibt Gemeinsamkeiten in den Auffassungen beider Denker über das Lachen, aber auch Gegensätze. Der Vergleich zwischen ihnen kann beitragen zum Verständnis des gegenwärtig wachsenden Interesses am Humor in der Psychotherapie.

Freud behauptet in der „Traumdeutung“, daß das Lachen sich einstelle, wenn wir die „primären Verlaufsweisen des Denkens“ aus dem Unbewußten „zum Bewußtsein vordringen lassen“ (1900, 574). Über das Unbewußte stellt er an späterer Stelle (in der Schrift „Das Ich und das Es“) die Hypothese auf, die im Unbewußten herrschenden Triebe üben einen „Wiederholungszwang“ auf das Seelenleben aus, die dem Menschen die Anpassung an die Notwendigkeiten des Lebens erschweren.

Bergson bezeichnet das Komische ebenfalls als „unbewußt“ (1988, 21). Und er behauptet, es entspreche einer „mechanisch wirken den Steifheit in einem Augenblick, da man von einem Menschen Beweglichkeit und lebendige Anpassungsfähigkeit erwartet“ (S. 17). Er kommt zu dem Schluß, daß „die Komik im Menschen noch in seinen subtilsten Ausdruckformen“ dasselbe zeige, „was wir schon in seinen gröberen Formen“ entdecken könnten: „den Effekt des Automatischen und Starren“ (S. 22), der „mechanischen“ (S. 33) Wiederholung. Genauer: „Wir müssen im Innern (eines) Menschen so klar wie durch Glas einen zerlegbaren Mechanismus erkennen. Je exakter beide Vorstellungen – Mensch und Mechanismus – ineinandergreifen, desto erschütternder ist die komische Wirkung“. Unterschiedlich aber beurteilen sie die Bedeutung des Mechanismus für den Organismus. Während Freud den Wiederholungszwang als im „Kern“ des menschlichen Seelenlebens, dem „Es“, verankert ansieht, ist Bergson der Meinung, alles zwanghaft Steife, Unbeirrbares, sich mechanisch Wiederholende sei eigentlich eine „Abirrung vom Leben“ (S. 62). Es ist, als wollte hier der eine die Lebensvorgänge theoretisch mit dem aktuellen Stand der industriellen Technik versöhnen, während der andere sich bereits in der Theorie gegen eine Vereinnahmung des Menschlichen durch eine bestimmte Produktionsform zu wehren sucht.

Vollständig auseinander gehen auch ihre Ansichten über das Wesen des Lachens selbst. Freud erklärt das Lachen als einen Vorgang, bei dem ein „abzuführender Überschuß“

psychischer Energie des „von einer Hemmung befreiten psychischen Apparats“ über die Muskulatur nach außen gelange (1900, S. 574). In seinen Augen ist das Lachen eine durch unbewußte Triebabfuhr ermöglichte „Lustprämie“ des psychischen Apparats. Bergson dagegen vertritt die Auffassung, das Lachen sei „eine soziale Geste“, die „Furcht“ einflößt (S. 23). Es greife korrigierend in das soziale Geschehen ein, diene einem „fortwährenden Bemühen um gegenseitige Anpassung“ und verfolge den „nützlichen Zweck einer allgemeinen Vervollkommnung“ (S. 22 f). Steifheit sei komisch, und das Lachen sei – wenngleich „ein Vergnügen“ (S. 70) – „für den, dem es gilt, eine wahre soziale Züchtigung“ (S. 90). Kurz: In den Augen des einen ist es eine *Belohnung*, in den Augen des anderen eine „*Strafe*“ (S. 23).

Was nun ist das Lachen? Ein individuelles Vergnügen oder ein soziales Erziehungsmittel? In welchem Verhältnis steht es zum bewußten und unbewußten Denken? Welche Rolle kann es in der Psychotherapie spielen, und was geschieht in einer Therapie, die ihre Klienten zum Lachen bringt und den Lacherfolg geradezu zum Kriterium eines heilsamen Lernprozesses macht? Bergson und Freud sind sich im wesentlichen uneinig. Versuchen wir es zwecks Klärung noch mit einer zweiten Gegenüberstellung.

2. Das riskierte und das provozierte Lachen in der Therapie

Während Sigmund Freud nur eher erstaunt die Erfahrung gemacht hat, daß er zuweilen mit seinen psychoanalytischen Deutungen des Unbewußten einen Lacherfolg auf seiten seiner Patienten und „Unkundiger“ riskierte, spielt das Provozieren von Lachen beispielsweise in der therapeutischen Arbeit von Frank Farrelly, einem amerikanischen Psychotherapeuten, der erstaunliche Erfolge insbesondere bei der Behandlung psychiatrischer Langzeitpatienten erzielte, geradezu die Hauptrolle und wird ins Extrem getrieben mit der Zielsetzung, daß ein Klient „wenigstens einmal während der Sitzung lacht“ (Provokative Therapie, 1986, S. 127). Liest man die Protokolle seiner Demonstrationsveranstaltungen, so findet man kaum eine Intervention, bei der nicht Klient und Publikum vor Lachen laut losprusten (Devil's Advocate). Aber auch die Aufzeichnungen intimer Therapiesitzungen sind gespickt von Abschnitten, die einer Komödie oder Satire entstammen könnten. Von derben Scherzen über böse Ironie und Sarkasmus bis zu feinsinnigem Humor sind alle Spielarten der Provokation von Lachen vertreten. Vielleicht kann der Vergleich zwischen dem

das Lachen provozierenden Vorgehen Farrellys und dem das Lachen nur registrierenden Vorgehen Freuds andererseits Licht in das Dunkel unserer Fragen bringen.

2.1. Der unfreiwillige Humor Freuds

Freud schreibt:

„Glossen über den Traum, anscheinend harmlose Bemerkungen zu demselben, dienen oft dazu, ein Stück des Geträumten in der raffiniertesten Weise zu verhüllen, während sie es doch eigentlich verraten, so (...) wenn ein Träumer äußert: Hier ist der Traum verwischt, und die Analyse eine infantile Reminiszenz an das Belauschen einer Person ergibt, die sich nach der Defäkation reinigt. Oder in einem anderen Falle, der ausführliche Mitteilung verdient: Ein junger Mann hat einen sehr deutlichen Traum, der ihn an bewußtgebliebene Phantasien seiner Knabenjahre gemahnt: Er befindet sich abends in einem Sommerhotel, irrt sich in der Zimmernummer und kommt in einen Raum, in dem sich eine ältere Dame und ihre zwei Töchter entkleiden, um zu Bette zu gehen. Er setzt fort: Dann sind einige Lücken im Traum, da fehlt etwas, und am Ende war ein Mann im Zimmer, der mich hinauswerfen wollte, mit dem ich ringen mußte. Er bemüht sich vergebens, den Inhalt und die Absicht jener knabenhaften Phantasien zu erinnern, auf die der Traum offenbar anspielt. Aber man wird endlich aufmerksam, daß der gesuchte Inhalt durch die Äußerung über die undeutliche Stelle des Traumes bereits gegeben ist. Die „Lücken“ sind die Genitalöffnungen der zu Bette gehenden Frauen: ‚da fehlt etwas‘ beschreibt den Hauptcharakter des weiblichen Genitales.“ (Freud 1900, S. 329)

Solche und ähnliche harmlose Analysestücke sind gemeint, wenn Freud kundtut:

„Wenn man einem Unkundigen oder Ungewöhnten eine Traumanalyse mitteilt, in welcher also die sonderbaren, dem Wachdenken anstößigen Wege der Anspielungen und Verschiebungen dargelegt werden, deren sich die Traumarbeit bedient hat, so unterliegt der Leser einem unbehaglichen Eindruck, erklärt diese Deutungen für ‚witzig‘, erblickt aber in ihnen offenbar nicht gelungene Witze, sondern gezwungene und irgendwie gegen die Regeln des Witzes verstoßende.“ (1905, S. 197) Er fügt hinzu: „Viele meiner neurotischen, in psychoanalytischer Behandlung stehenden Patienten pflegen regelmäßig durch ein Lachen zu bezeugen, daß es gelungen ist, ihrer bewußten Wahrnehmung das

verhüllte Unbewußte getreulich zu zeigen, und sie lachen auch dann, wenn der Inhalt des Enthüllten es keineswegs rechtfertigen würde. Bedingung dafür ist allerdings, daß sie diesem Unbewußten nahe genug gekommen sind, um es zu erfassen, wenn der Arzt es erraten und ihnen vorgeführt hat." (1905, S. 194)

Mit anderen Worten: Freud konstatiert, daß eine psychoanalytische Deutung zwar unfreiwillig aussehen könne wie ein schlechter Witz, behauptet aber zugleich, daß sie als geistige Leistung einem guten Witz überlegen sei. Wo der Witz sozusagen auf halber Strecke stehen bleibe, indem er unbewußte Denkweisen nur über die Schwelle des Bewußtseins transportiere, da gehe die Psychoanalyse noch den weiteren Schritt, die unbewußten Denkweisen wissenschaftlich als Denkweisen des Unbewußten aufzudecken und zu kennzeichnen.

Vieles von dem, was Freud öffentlich als Analyseergebnisse vorgestellt und vertreten hat, ist zweifellos sehr geistreich und witzig, auch wenn es manchen nur zum Lachen zu reizen vermag. Was jedoch nachdenklich stimmt, weil es „irgendwie gegen die Regeln des Witzes“ verstößt, das ist die Tatsache, daß Freud damit angetreten ist, seine Hypothesen im wissenschaftlichen Meinungsstreit zu beweisen. Wo aber das Augenzwinkern fehlt, da hat man es nicht mehr mit der Eleganz von Scherzen zu tun, sondern mit der Wucht des vollen Ernstes, und dieser schlägt in Beziehung zu einem urteils- und gefühlsunsicheren Klienten leicht um und wird zum potentiell bedrohlichen Frontalangriff auf dessen Werte. Die Unfreiwilligkeit des Humors der Analyse verkehrt sich dann in den Zwang einer angemäßen Wahrheit gegenüber dem Analysierten.

Deutlich wird dies an einem anderen Beispiel: Freud betrachtete den „hysterischen Kopfschmerz“ einer Frau aus psychoanalytischer Sicht als Ausdruck und körperliche Projektion einer perversen Phantasie, die „das Kopfglied mit dem Endglied darstellt. Haare hier wie dort - Backen und Hinterbacken - Lippen und Schamlippen, Mund = Vagina, so daß der Migräneanfall zur Darstellung einer gewaltsamen Defloration verwendet werden kann und das ganze Leiden doch wieder eine Wunscherfüllungssituation darstellt.“ (1962, S.234).

—

Bei dieser Symptomdeutung, die übrigens kein Einzelfall ist, sondern seine Krankengeschichten füllt (Adamaszek, 1985, 1987), folgt Freud, ganz wie in den obigen Beispielen, seiner Technik der Traumdeutung. Daß sie „witzig“, also geistreich ist, wird

kaum jemand bestreiten. Daß sie aber, als Scherz gemeint, mißlungen wäre, erscheint ebenso klar. Eher wäre es ein Zynismus nach dem Motto: Wer den Schaden hat, braucht für den Spott nicht zu sorgen. Wenn da jemand lacht, stellt er sich auf die Seite des Zynikers.

Soll man solches Lachen - wie Platon im „Staat“ – verbieten? Oder soll man – wie Aristoteles – die Motive des Lachenden bloßstellen, d. h. es erklären (Kamper, Wulf 1986, S. 7f)? Freud stellt das Lachen scheinbar bloß, indem er es zur Symptomhandlung erklärt. Scheinbar befürwortet er das elegantere aristotelische Vorgehen. Seine Erklärung des Lachens stellt allerdings keine Kritik des Zynismus dar, sondern dessen Rechtfertigung. Er unterstellt dem Lachenden, daß dieser unbewußt die psychoanalytische Deutung bereits voll anerkenne, nur eben noch nicht soweit, daß er bewußt ihren Zynismus mit wissenschaftlicher Wahrheit gleichsetzen könne. In der Unvollständigkeit solcher Anerkennung erblickt Freud noch einen kleinen Rest von Abwehr, wodurch er indirekt einen Grundkonsens der Moderne bestätigt, der da lautet: „Wer lacht,... gefährdet die Wahrheit.“ (Kamper, Wulf, 1986, S. 8)

2.2 Lachen als Therapieziel Farrellys?

Moderne Therapeuten, wie M. H. Erickson, Whittaker, Haley, um nur wenige zu nennen (vgl. auch Bernhardt), sind im Gegensatz zu Freud bewußt dazu übergegangen, das Lachen als therapeutisches Hilfsmittel einzusetzen. Frank Farrelly hat sogar die Notwendigkeit des Lachens in der therapeutischen Arbeit zum Programm erhoben. Schauen wir uns darum ein Beispiel aus seinem Buch „Provokative Therapie“ genauer an. Er schreibt:

„Mit einem erwachsenen Mann hatten sich schon 6 Therapeuten befaßt, und er hatte etliche stationäre Behandlungen hinter sich. Während dieser Zeit war er schon zum Berufspatienten geworden. Er war offensichtlich homosexuell und oft suizidal ... Beim Erstgespräch wurde klar, was er von mir wollte. Ich sollte die Psychogenese seiner Konflikte erforschen, ihre Psychodynamik erhellen und ihm dann in knappen Worten eine Einsicht geben, die ihn sanft und zart ins Reich der seelischen Gesundheit wehen sowie ihn in einen flammenden Heterosexuellen umwandeln sollte, seine suizidalen Tendenzen auslöschen und ihn fähig machen, danach immer glücklich zu leben.“ (Farrelly 1986, S. 101)

Im Verlauf der Therapie hebt Farrelly zunächst in weinerlichem Ton seine Unzuständigkeit hervor („Warum, ich kann das nicht tun, ich bin nur Sozialarbeiter.“), macht sich sodann über die Selbstanklagen des Patienten lustig, der in aller Ausführlichkeit all die Menschen aufzählt, mit denen er Fellatio praktiziert habe (Farrelly reagiert auf die Schilderungen wie auf einen Verführungsversuch, „hebt beunruhigt seine Augenbrauen, überkreuzt schnell seine Beine und legt seine Hände schützend auf seinen Schoß“), und probiert eine Reihe abgedroschener Erklärungsversuche für die Homosexualität, die der (verlobte) Patient als sein Hauptproblem anspricht. Als dieser ihm nirgends zustimmen kann – während der Arbeit lernt Farrelly „viele liebenswerte und sogar bewundernswerte Qualitäten“ des Patienten kennen, die dieser selbst, im Gegensatz zu seiner Verlobten, anscheinend überhaupt nicht beachtet –, versucht es Farrelly mit einer letzten, absurden Erklärung, die hier ausführlich zitiert werden soll:

Farrelly (vor sich hin murmelnd): „Wir haben jede Möglichkeit geprüft. Es kann nur noch einen vernünftigen Grund geben, warum er homosexuell wurde und mit so vielen Burschen Fellatio betrieb.“

Patient: „Was? Was??“

Farrelly (beachtet den Patienten nicht, murmelt weiter vor sich hin): „Ja, sonst gibt es nichts, wir haben alles durchgespielt.“

Patient (protestiert wütend): „Verdammt Frank, sag's mir doch!“

Farrelly (mit „wissenschaftlich kritischem“, grüblerischem Stirn runzeln): „Hast du je die Möglichkeit in Betracht gezogen, daß du unter einer Fehlernährung leidest?“

Patient (völlig verblüfft): „Hä?“

Farrelly (fängt an, sich für diese Erklärung zu begeistern): „Ja, im Sperma ist nur Eiweiß nachzuweisen.“

Über den Schluß der Therapie bemerkt Farrelly: Der Patient begriff endlich, was ich meinte: „Zum Teufel mit der Psychogenese, geh' von den Tatsachen aus.“ Er fing an, „einige Veränderungen vorzunehmen“, in deren Verlauf er sein „Gehalt verdoppeln“, seine

„homosexuelle Bindung auf angemessene, nicht destruktive Weise“ aufgeben und seine „Heiratspläne vorantreiben“ konnte (S. 101 ff). Daß der Patient bei der letzten „Erklärung“ seiner Sucht nach Fellatio laut losgelacht habe, erwähnt Farrelly nicht. Wahrscheinlich setzt er es an dieser Stelle seines Buches bereits als selbstverständlich voraus.

Es mag der Gedanke naheliegen, daß es bei der Therapie letztlich darauf angekommen sei, den Patienten zum Lachen über sein Symptom zu bewegen, und daß die Lösung der Therapieaufgabe mit der Erschütterung des Lachens zusammenfalle. Farrelly selbst sagt dazu einiges, was einen derartigen Kurzschluß befördert. So schreibt er:

- „Humor spielt eine zentrale, wesentliche Schlüsselrolle in der provokativen Therapie; er muntert auf und ist notwendig, er ist keine Randerscheinung zur ‚richtigen Arbeit‘.“ (S. 127)
- „Durch Humor kann ein Mensch zu seinen überwältigenden Gefühlen oder irrationalen Ideen einen angemessenen psychologischen Abstand gewinnen.“ (S. 129)
- „Bestimmte Arten des Lachens bedeuten für den ganzen Körper ähnlich wie beim Orgasmus ein Nachlassen der physiologischen Spannung und eine wahnsinnige Lust nach Vollendung.“ (S. 129)
- Humor und Witz erweitern das Bewußtsein und führen zu einer produktiven Verunsicherung, indem sie das unvereinbar scheinende Nebeneinander verschiedener Realitäten bzw. verschiedener Abstraktionen der Realität zusammen erleben lassen. (S. 130)
- Der „Orgasmus des Lachens“ mache Menschen suggestibler und beeinflubarer. (S. 133)

Solche Sätze sind zunächst nichts anderes als neue Formulierungen für die Allerweltsweisheit: „Lachen hält gesund.“ Oder: „Lachen ist die beste Medizin.“ Schlauberger haben daraus bereits einen sicheren Weg zur Heilung sämtlicher psychischen Erkrankungen abzuleiten versucht und sind darangegangen, ihre Patienten zu Gruppen zusammenzuführen, in denen man sich gegenseitig Witze zu erzählen hatte. Daß dies nicht funktioniert, bedarf einer Begründung, die von Farrelly nicht lückenlos geliefert wird, auch wenn er natürlich keinen derartig verantwortungslosen Vorschlag macht. Bevor wir uns dieser Frage noch einmal zuwenden, soll zunächst das positive Resultat der Gegenüberstellung von Freuds und Farrellys unterschiedlichem Verhältnis zum Humor herausgearbeitet werden.

3. Humor und Wahrheitsanspruch in der Therapie

Wie Freud, so sieht auch Farrelly das Lachen als Ausdruck eines therapeutischen Fortschritts an. Es besteht jedoch offensichtlich ein Gegensatz zwischen beiden. Freud nämlich kommt es bei der Psychoanalyse (positiv) darauf an, daß seine Patienten die psychoanalytische Theorie als wissenschaftlich nachgewiesene Wahrheit anerkennen. Farrelly dagegen geht es (negativ) darum, seine Patienten von einem sie ins Unglück stürzenden Weltbild zu befreien. Wenn seine Patienten lachen, dann versteht er dies als Zeichen dafür, daß sie Distanz zu einer irreführenden Sicht der Dinge gewonnen haben, während Freud das Lachen als Schritt in Richtung auf die Übernahme seiner eigenen Ideen begriffen hat. In diesem wesentlichen Punkt gibt es keine Gemeinsamkeiten zwischen ihnen.

Farrelly wäre zwar durchaus in der Lage, einer Patientin dieselbe Deutung ihres neurotischen Kopfschmerzes zu geben, wie Freud es im obigen Beispiel getan hat. Und wenn sie dann lachte, so würde er das als Zeichen eines therapeutischen Fortschritts ansehen. Es wäre ihm sogar zuzutrauen, die Deutung als wissenschaftliche Wahrheit auszugeben. Aber es würde ihm nicht entfernt einfallen, dies selbst zu glauben. Und wenn seine Patientin es ihm glaubte, so würde er dies als Hinweis auf ihren Mangel an Humor und als ungünstiges diagnostisches Zeichen begreifen. Und das oben ausführlich zitierte Beispiel einer provokativen Therapie ist unter anderem darum interessant, weil er darin nach dem vom Patienten vorgegebenen Motto arbeitet: „Nimm eine Theorie, irgendeine Theorie!“ (S. 101). Farrelly sagt ausdrücklich, daß er es nicht verschmäht, irgendeinen Blödsinn als „tabubrechende, wissenschaftlich gesicherte“ Behauptung aufzustellen, wenn dies in der Therapie eine sinnvolle, wirksame Provokation wäre (S. 76).

Wenn also Farrelly zum hysterischen Kopfschmerz dasselbe sagte wie Freud, dann täte er es mit Sicherheit anders, dann wäre es auch keine wörtlich zu nehmende Enthüllung, sondern eine im derben Scherz verpackte Botschaft. Im Unterschied zu Freud will Farrelly in der Therapie keine wissenschaftliche Theorie transponieren, er will nicht mit der „Wahrheit“ heilen. Eher im Gegenteil: Er will die „Wahrheit“ des Patienten erschüttern, und das Vorspiel der Therapie besteht für ihn darin, diese verborgene, verborgene oder verbiegende „Wahrheit“ des Patienten zu entdecken, um sie im entscheidenden Moment auf humorvolle Weise zu überwinden. Der Patient soll dazu verführt werden, sich neben seine lieb gewordenen Verirrungen und Irrtümer zu stellen und sich auf zwanglose Weise

von seinen zu Symptomen gewordenen inadäquaten Wegen und Zielen zu verabschieden. Farrelly sagt:

„So ist der Umgang mit Humor beim Patienten zu Beginn der Therapie ein diagnostisches Zeichen und später ein objektives Maß für eine erfolgreiche Intervention. Indem er den Therapeuten nachmacht, kann der Patient wieder richtig befreit über vieles lachen lernen, einschließlich über sich selbst. In der provokativen Therapie bedeutet das insbesondere, daß der Therapeut über sich selbst, seine schwachen Seiten, Überzeugungen und Lebensweisen lachen kann, um zu demonstrieren, daß es ihn nicht zerstört. Das ist etwas, das Patienten und viele Therapeuten vergessen haben.“ (S. 134f)

Bei Freud war es die unfreiwillige Komik seiner mit Witz und Geist konstruierten, manchmal in Zynismus umschlagenden, skurrilen Deutung, die zum Lachen reizten (was übrigens spätere Therapeuten zur Entwicklung bewußt absurder Deutungen ermutigt und zur Erweiterung wirksamer therapeutischer Techniken beigetragen hat). Freud war eher irritiert, als seine Patienten über seine psychoanalytischen Deutungen lachten. Statt selbst den Humor als provokatives Heilmittel anzuwenden, sah er sich durch den Humor seiner Patienten dazu provoziert, eine Theorie von Witz und Komik zu entwickeln, mit der sich bestimmte Dogmen seiner Lehre bestätigen ließen.

Der Preis dafür war ein gewaltiger Selbstbetrug (außerdem ein gewaltiger logischer Spalt, der sich im Zentrum seiner Lehre auftut, worauf ich an anderer Stelle ausführlich eingegangen bin; vgl. Adamaszek 1985, 1987). Das Lachen der Patienten, ihr rauschhafter Schwebezustand „zwischen Richtig und Falsch, zwischen Wahr und Unwahr, zwischen Gut und Böse“ (Kamper, Wulf 1986, S. 8) erschien ihm als eine vom Widerstand errichtete Zwischenstation auf dem Wege zur Wahrheit. Sofern die Psychoanalyse das Lachen als Widerstandsphänomen identifiziert und sich selbst davon desinfiziert, verurteilt sie sich dazu, mehr und mehr im Panzer ihrer Dogmen zu erstarren und zu einer traurigen Angelegenheit zu werden, die nur noch von außen betrachtet zeitweise eine gewisse Komik bietet.

Die Interventionen der provokativen Therapie erfordern den Humor zunächst auf Seiten des Therapeuten und erst in zweiter Linie auf Seiten des Klienten. Das ist den Verantwortlichkeiten in dem ungleichen Verhältnis zwischen ihnen angemessen. Und Farrelly bemüht sich um das Verständnis des Witzes, des Humors und des Lachens, weil es sich dabei um das Lebenselixier seiner Arbeit handelt. Aber gerade darum betont er auch:

„Trotzdem ist provokative Therapie keine Unterhaltungsstunde. Der Therapeut gebraucht Humor in hohem Maße zielorientiert. Er will jenseits des Lachens kommen und den Patienten dazu bringen, mit persönlichen Angelegenheiten, Gefühlen und Verhaltensweisen direkt und ehrlich umzugehen.“ (S. 133)

Der Humor eines Therapeuten kann ja gar nichts anderes sein als eine konzentrierte, bewußte und gezielte Anwendung des therapeutischen Potentials von Humor durch den Therapeuten, so wie die medizinische Wirkung des Aspirins durch konzentrierte Zubereitung desselben Wirkstoffes zustande kommt, den die Volksmedizin beim Kochen von Baumrinde gewonnen hat. Die heilsame Wirkung des Humors ist eine Alltagserfahrung. Und ausgehend von Alltagserfahrungen möchte ich im folgenden den Versuch unternehmen, das zusammenzufassen und zu ergänzen, was aus den Untersuchungen der bislang erwähnten Autoren an Gültigem zu entnehmen ist. (Vgl. auch Adamaszek 1985).

4. Scherz und Witz

Die alltäglichste Form, in der uns das Lachen begegnet, ist die Antwort auf einen gelungenen Scherz. Wer einen Scherz macht, der unterzieht sich der Aufgabe, für eine andere Person ein leicht durchschaubares Rätsel zu kreieren. Dieses Rätsel ist als Scherz erfolgreich, wenn es eine soziale Verbundenheit zwischen Erzähler und Hörer offenbart. Darum erfordert er nach zweierlei Richtung hin Takt und Feingefühl: Zum einen soll es schwierig genug sein, um den anderen, der es zu lösen hat, ein spürbares Hindernis in den Weg zu legen. Zum zweiten soll es leicht genug sein, damit dieses Hindernis nicht unüberwindlich wird. Augenblickliche Lösung muß im Bereich des Möglichen und Wahrscheinlichen sein. Nach beiden Seiten hin kann das Scherzrätsel entsprechend fehlerhaft konstruiert sein: Ist es zu leicht, fühlt sich der Partner unterschätzt, mißachtet, schlimmstenfalls gar nicht angesprochen. Ist es zu verschlungen, so bleibt es ein Rätsel und erzeugt das Gefühl von Distanz statt von Nähe, das Gegenteil dessen also, was der Scherz erreichen soll.

Die Art und Weise, wie die Verbindung durch den Scherz hindurch gesucht wird, ist Teil und Ausgangspunkt seiner Kunst. Der Scherz legt einen bestimmten ideellen Kreis um seinen Produzenten und Konsumenten und definiert damit den Charakter der sozialen Beziehung, die er aus der unendlichen Zahl von Möglichkeiten hervorheben will. Das

Rätsel kann so konstruiert sein, daß es lediglich daran appelliert, sich eines gemeinsamen Erfahrungsschatzes, Bildungs- oder Kenntnisstands zu vergewissern (die meisten sog. harmlosen Scherze sind von dieser Art). Es kann aber auch darauf ausgerichtet sein, eine gemeinschaftliche Interessenlage, ein gemeinsames Bedürfnis, ein gemeinsames Ziel zu betonen (hier findet man vor allem die sog. tendenziösen Scherze). In beiden Fällen ist der Scherz als Rätsel potentiell zweierlei: eine Prüfung für den Konsumenten und ein Schutz für den Produzenten. Denn das, was verstanden werden soll, bleibt immer ungesagt und ist weder einklagbar noch verklagbar.

Durch die indirekte Wirkung seiner Art von Kommunikation gibt der Scherz Raum für eine soziale Orientierung: Man kann warten und schauen, ob er tatsächlich jene soziale Bindung konstituiert und formt, die er im Auge hat, oder nicht. Der angesprochene Konsument kann den Produzenten enttäuschen, indem er nicht versteht oder nicht verstehen will. Und der Ansprechende, der Initiator, kann den Konsumenten enttäuschen, indem er den Scherz an ihm vorbei konstruiert. Beide Enttäuschungen sind im allgemeinen zarter, als wenn die soziale Beziehung durch direkte Kommunikation vor die harte Alternative zwischen Zustimmung und Ablehnung, zwischen Ja und Nein gestellt würde. Es ist ja nur eine Aufforderung zum Spiel. Von dort aus ist es immer noch ein großer Schritt, bevor es ernst werden müßte mit der gewünschten sozialen Entscheidung. Dieser Schritt ist so groß wie derjenige zwischen dem spielerisch-unreflektierten, spontanen Abtasten nach den Möglichkeiten des gemeinsamen Lebens und dem bewußten Drängen auf Zuordnung zu einer definierten Gemeinschaft.

Die Qualität eines Scherzes hängt ab sowohl von der Kunstfertigkeit, mit der die Verfremdung seiner Darstellungsmittel erfolgt, als auch von dem Reichtum der ihm zugrunde liegenden Erfahrungen und Kenntnisse, vor allem jedoch von dem Einfühlungsvermögen, mit dem jemand im Scherz das gewünschte Band um sich und den anderen schlägt. Und Bergson hat unrecht, wenn er die Anlässe des Lachens begrenzt auf Fälle, in denen das Lebendige von etwas Erstarrtem, Mechanischem überlagert werde.

Im Gegensatz zum einfachen Rätsel appelliert der Scherz an ein unmittelbares Verständigtsein. Er fragt gleichsam, ob seine Darstellungsform ausreicht oder ob es größerer Mittel bedarf, zum Beispiel einer ausdrücklichen Belehrung, einer genauen Schilderung oder einer eingehenden Erkundigung. Dabei kann die Koketterie des scherzhaften Umgangs die kompliziertesten und verschwiegensten Wege gehen aus lauter Lust an Grad und Ausmaß des bereits erreichten Einvernehmens.

Das Lachen des anderen ist das Echo des gelungenen Scherzes. Es spiegelt die Lust an der mühelosen Leichtigkeit der kunstvollen Rätsellösung und an der so gewonnenen Verständigung und ideellen Gemeinschaft. Insofern hat Bergson recht, wenn er darauf hinweist, daß es das Lachen „nur innerhalb des menschlichen Bereichs“ gebe, daß es sich nicht, wie Freud sagt, an das Unbewußte, sondern „an den Intellekt“ wende und daß es wesentlich immer „das Lachen einer Gruppe“ sei, Zeichen eines (heimlichen) Einverständnisses, gleichsam einer Verschwörung mit wirklichen oder imaginierten Lachern (S. 14). Es sagt: Ich habe in Windeseile durch das Labyrinth des Scherzes, das du für mich gebaut hast, zu dir gefunden, denn ich halte einen Ariadnefaden zu dir in der Hand. Oder: Der Funke deines Scherzes hat mich erreicht und zum Glimmen gebracht. Der Empfänger kann aber auch den Spieß umdrehen und den Scherz erweitern, indem er als Komödiant das Lachen verweigert und es durch ein geistreicheres Zeichen des Verständigtseins ersetzt, wodurch er seinerseits das Erfolgszeichen des Lachens auf die andere Seite zurückwirft. Das Gelingen dieser Spiele ist ganz abhängig von Bewußtsein und Geistesgegenwart der Beteiligten.

Freilich ist Mißlingen und Zweckentfremdung ebenso möglich. Das Spiel braucht nicht zustandezukommen, oder es kann Ernst werden. So gibt es Scherze, die von vornherein den sozialen Kreis so eng ziehen, daß sie den angesprochenen anderen bewußt zum Außenstehenden machen. Wenn dieser dann lacht, so ist sein Echo Fiktion und entspricht einer Verstellung. Als Ausdruck der Anerkennung des Scherzes ist es dann peinlich, gezwungen, unterwürfig. Oder: Wenn der boshafte Scherzende lacht, so macht er sich sozusagen unabhängig von dem Einvernehmen, daß sein Witz gelungen sei, was einer symbolischen Vernichtung des anderen entspricht, der ihm das Echo des Lachens verweigert.

Offenbar ist die soziale Bande, die der Scherz knüpft, also auch geeignet, die Funktion einer Grenze, einer Trennungslinie zu übernehmen. Er kann die Aufgabe einer Prüfung erhalten, an der sich die Geister scheiden. Er sondiert dann das Terrain des anderen und provoziert Beweismaterial zur Entscheidung der Frage, ob eine Gemeinschaftlichkeit wirklich existiert oder nicht. In dieser Funktion kann er ebenso zaghaft wie schamlos werden. Je nach Stärke des Gegenüber setzt er sich dem Risiko aus, auf eine unangenehme Reaktion zu stoßen.

Ein Witz ist eine Konserve des Scherzens. Mit dem Scherz teilt er alle Eigenschaften, ausgenommen die der Spontaneität und Situationsabhängigkeit. Das schränkt seine Möglichkeiten einerseits ein. Er gibt im sozialen Umgang nichts mehr ab von der Lebendigkeit und Eleganz des Scherzes. Vor allem kann er nicht das Spezifische der Beziehung zweier Individuen entfalten und formen. Dazu ist er zu behäbig, zu mittelbar und zu allgemein. Viele Witze müssen, weil sie nicht aus der Beziehung zwischen den Beteiligten heraus verstanden werden können, mit einer kleinen Geschichte eingeleitet werden, die alle zum Verständnis erforderlichen Elemente enthält. Er würde in bestimmten Situationen hilflos hinter dem Bedürfnis nach einer sich steigernden Lust an wachsender unmittelbarer Verbundenheit her hinken und bremsend wirken. Andererseits kann er äußerst fein zubereitet sein, vergleichbar einer Musikpartitur, deren Vollkommenheit niemals durch improvisiertes Musizieren einer größeren Zahl von Musikern erreicht werden kann. In solcher Vollendung ist der Witz ein großartiges kulturelles Juwel, das zurecht sorgfältig gehütet wird. Erinnerung sei in diesem Zusammenhang zum Beispiel an den berühmten Schatz der jüdischen Witze.

Wie ein Scherz, so kann auch ein Witz eine böse, ausgrenzende, vernichtende Tendenz transportieren. Er appelliert an eine bestimmte Gruppenidentität, die ihrerseits entweder in sich ruht und unmittelbar selbst genossen werden kann – dann ist der Witz eher harmlos – oder aber durch Bedrohung und Herabwürdigung gruppenfremder Eigenheiten erst kontrastiert und mit „Wert“ gefüllt werden muß – dann ist er aggressiv. Angesichts offener Feindschaft tritt diese Zwiespältigkeit des Witzes wie beim Scherz offen in Erscheinung. Er selbst und das Lachen verwandeln sich dann in frontale Angriffe, denn die „Gemeinschaft“, auf die jeder Witz sich stützen muß, ist eigentlich eine durch den Witz gegen vorhandenen Widerstand symbolisch erzwungene „Einheit“ der Beteiligten. Eine solche Einheit beruht auf Unterwerfung und Negation des anderen.

Das gruppenbildende Moment besteht in dem abstrakten, verallgemeinernden Charakter des Witzes, der – Im Gegensatz zum Scherz – aus dem unmittelbaren Umgang herausgelöst und verfestigt worden ist, so daß er wie ein Mosaikstein relativ beliebig verwendbar, einsetzbar, einfügbar wird. Darum fungiert der Witz häufig als Lückenbüßer, als konservierter Scherzersatz. Die ihm gewidmeten Seiten der Illustrierten enthalten zumeist jämmerliche Witze, in denen die Vorurteile ihrer Lesergruppen bestätigt werden. Und die Witze, die in Gesellschaften erzählt werden, helfen nicht selten über die Peinlichkeit des Schweigens hinweg. Dieses könnte als Ausdruck jener Beziehungslosigkeit verstanden werden, die es dann durch kräftig lachendes

(Zwerchfell-)Pochen auf die fade Gemeinschaftlichkeit des Witzverständnisses gemeinsam zu leugnen gilt. Entsprechend traurig sind häufig die Gruppen, die sich auf derartigen Witzabenden konstituieren. Die sogenannten Herrenwitze sind einschlägig bekannt. In diesem Zusammenhang wäre nachdenkenswert – denn es wirft ein bezeichnendes Licht auf das Verhältnis der Geschlechter –, daß es keine Witze gibt, die als „Damenwitze“ bezeichnet werden dürften (was übrigens nicht heißen soll, daß Damen sich in keinem Fall über „Herrenwitze“ amüsierten). Unbestreitbar gibt es aber viele gute und geistreiche, d. h. im ursprünglichen Wortsinne „witzige“ Witze. Darum kann es durchaus gehaltvoll sein, sich in geselliger Runde der Kunst des Witzeerzählens hinzugeben.

5. Komik und Humor

Während beim Witz ein Minimum an Egalität der Beteiligten – und sei sie sozusagen mit dem Hammer erzwungen – unerlässlich ist, lebt die Komik gerade von dem Fehlen dieser Voraussetzung. Für das Komische ist charakteristisch die versöhnliche Grundhaltung: Das Komische impliziert immer die Versöhnung mit einem bestimmten Gegensatz zwischen den Beteiligten. Seine wesentliche Aufgabe ist das Brückenschlagen. Und zwar besteht der Gegensatz, über den hinweg die Gemeinschaft in Gestalt der Komik gestiftet wird, in einer zu vernachlässigenden oder auch nur scheinbaren Schwäche, die als komisch dargestellt, erlebt oder gewährt wird. Das Lachen über eine Unfähigkeit oder Ungeschicklichkeit des anderen etwa kann bedeuten, daß man dem Betreffenden zutraut und ihn aufmuntert, diese Schwäche zu überwinden, was die Herstellung der Egalität des Scherzens gleichsam vorwegnimmt. Oder es kann heißen, er habe die Schwäche nur gespielt in Erwartung, als Künstler des Versteckspiels lachend akzeptiert zu werden, was wiederum eine Verbindung herstellt zum gespielten Schwachen und dessen Egalität in Reichweite rückt.

Zwar steht die Komik zuweilen - längst nicht immer! - im Dienst einer sozialen Korrektur von unangepaßtem Verhalten, wie Bergson schreibt. Aber das Lachen über Komisches ist gewöhnlich alles andere als ein soziales Züchtigungsinstrument, nicht Peitsche, sondern eher Zuckerbrot. Freilich kann es auch die Tendenz beinhalten, den erscheinenden sozialen Gegensatz umstandslos zu übergehen, was ganz wie beim boshaften Scherz, Witz oder Lachen, einer symbolischen Vernichtung des Schwachen gleichkommt. Dies geschieht dann, wenn unberücksichtigt bleibt oder gerade darauf abgezielt wird, daß die versprochene Brücke auf hämische Weise zu kurz konstruiert ist. Im letzteren Fall verwandelt sich die Komik in die Satire.

Im Alltag ist die Komik so lebendig wie der Scherz. Sie ist allerdings anspruchsvoller, denn sie kann sich nicht darauf verlassen, daß eine gemeinsame Basis der Verständigung bereits vorhanden ist. Während der Scherz dies letztlich tut und sein Rätsel so aufbaut, daß es eine künstliche Mühe fordert, um die Gemeinschaftlichkeit nur durchschimmern zu lassen, wo es möglich, aber langweilig und geistlos wäre, sie klar ins Auge zu fassen, verlangt die Komik nicht die (künstliche, überflüssige) Mühe des Überschwangs, sondern repräsentiert im wahren Sinne notwendige Arbeit: die Erfindung einer noch nicht vorhandenen sozialen Verbindung. Die Komik bedeutet also nicht, wie der Scherz und der Witz, ein Schwelgen im Luxus der vielfältigen Verbundenheiten, sondern in erster Linie einen sozialen Fortschritt, einen Zugewinn an Verbundenheit. Diese Arbeit steckt auch in den weniger spontanen, mehr domestizierten und konservierten Formen der Komik, wie sie auf der Bühne, in den Medien usw. veranstaltet werden und dann eben nur von der Illusion leben, als handle es sich bei ihren Inszenierungen um unmittelbar dramatische Beziehungen, die sich vor dem Publikum auf komische Weise entfalten.

Der Humor ist in dieser ganzen Reihe sozusagen die reifste Frucht aller Bemühungen um menschliche Wärme und Verbundenheit. Die Leistungssteigerung, die er gegenüber der Komik erreicht, besteht darin, eine ernstliche und bedrohliche Schwäche so darzustellen, daß mit indirekten Mitteln noch immer eine unverbrüchliche Gemeinschaft mit dem Schwachen erreicht wird. Darin ist der Humor der Liebe verwandt. Darum ist das Lachen, das er hervorruft, das herzlichste. Und darum ist der Humor in der Therapie von so eminenter positiver Bedeutung. Denn in der Therapie geht es vor allem um Schutz und Schonung für die auf den ersten Blick schädlichen, bei genauerer Betrachtung aber immer notwendigen, in irgendeiner wichtigen Hinsicht hilfreichen, manchmal lebensnotwendigen Symptome. Sie zugleich in ihrer positiven Funktion und ihren Schattenseiten ernst zu nehmen und ihnen eben dadurch zur Aufhebung zu verhelfen, dazu ist keine menschliche Kunst besser imstande als der Humor, was umgekehrt natürlich nicht bedeuten soll, daß er die einzige Kunst wäre, der man in der Therapie ein Symptom anvertrauen dürfte. Aber er ist der Baumeister, dem in wirklicher Not der Bau einer Brücke von Mensch zu Mensch am ehesten anvertraut werden darf.

6. Lachen und Gruppenbildung in der Therapie

Die Klienten der Psychotherapie leiden an eingefahrenen Verhaltensweisen und Reaktionen, die es verhindern, daß sie befriedigende soziale Beziehungen aufbauen und erhalten. Der Weg, auf dem sie ihrem Elend zu entrinnen suchen, verfestigt und verstärkt es zugleich. Es ist ein Teufelskreis von automatisierten, erstarrten, unlebendigen Beziehungsmustern, der es nicht erlaubt, sich und andere zum Leben zu erwecken. Farrelly schreibt: „Schwierigkeiten entstehen oft, wenn jemand zu lange oder zu hartnäckig an einer Idee, einem Glauben oder einer Vorstellung festhält und enttäuscht wird.“ Und er setzt fort: „Humor befähigt uns, Gleichgewicht, Augenmaß und eine optimale Distanz in der Vielfalt unseres Lebens zu behalten“ (1986, S. 128).

Wenn Farrelly seine Methoden anwendet, dann ist der erste Schritt der, daß er sich auf seinen Patienten einstellt, indem er herausfindet, welcher Typus von Kommunikation auf den Patienten provokativ wirkt. In bezug auf das System der Symptome verfolgt Farrelly einen negativen Eklektizismus. Das heißt, er sucht nicht, wie der (positive) Eklektizismus, aus dem Angebot der vielen „Wahrheiten“ diejenige heraus, die ihm selbst gefällt, sondern er forscht, im Gegenteil, nach jener „Wahrheit“, die zu überwinden ist, weil sie den Patienten am meisten am befriedigenden Leben hindert.

Scherz und Witz, die keine Änderung von Beziehungen anstreben, sondern nur einer Verständigung über das bereits Vorhandene und dem Genuß des schon Erreichten dienen, haben in einer solchen Auseinandersetzung höchstens eine begleitende und vorbereitende Funktion, sie können keine im eigentlichen Sinne therapeutische Pointe beisteuern. Keineswegs also kann es in einer Therapie darum gehen, daß der Klient mit allen denkbaren Mitteln zum Lachen gebracht wird, wie Farrelly es vor allem dort – mißverständlich – nahelegen scheint, wo er sich um Anschluß an die „physiologische Ebene“ (S. 129) bemüht und Rückhalt bei Auffassungen sucht, die sich an der Freudschen „intrapersonalen“ (S. 129) Theorie der Triebabfuhr orientieren, etwa wie Wilhelm Reichs Idee von der „Funktion des Orgasmus“. Im Lachen ganz allgemein ein „Nachlassen der physiologischen Spannung“ und eine bloß körperlich „befreiende“ Wirkung zu suchen (S. 129), es ohne nähere Bestimmung als Erfolgskriterium jeder Therapie zu nehmen, wäre fatal und abstrakt. Es würde das therapeutische Ethos verwässern und den vom Klienten angestrebten Zielen in keiner Weise gerecht. Verständlich ist ein derartiger Erklärungsansatz nur als trügerischer Versuch, unter dem Dach veralteter psychoanalytischer Dogmen Schutz zu suchen.

Ein an die Triebtheorie angelehntes, pseudophysiologisches Mißverständnis der Funktion des Lachens ginge am eminent sozialen Charakter des Humors vorbei, den auch Farrelly ausdrücklich betont, wenn er sagt: „In seinem ureigensten Wesen wird Humor nahezu immer mit einer anderen Person geteilt.“ (S. 131). Man kann es im Sinne Bergsons deutlicher aussprechen: Auch da, wo scheinbar keine weitere Person beteiligt ist, handelt es sich beim Humor grundsätzlich um einen Akt der Gruppenbildung oder wenigstens der Einordnung in eine soziale Gruppe. Darum ist die Hauptaufgabe bei der Untersuchung des Lachens in der Therapie die, festzustellen, um was für eine soziale Zuordnung es sich handelt, die durch ein Lachen besiegelt wird. Eine Vernachlässigung dieses Aspektes würde dem Mißbrauch einzelner provokativer Techniken in der Therapie Tor und Tür öffnen. Das läßt sich bereits aus dem oben beschriebenen landläufigen aggressiven, ausgrenzenden Gebrauch von Scherz und Witz bei der Gruppenbildung ersehen, zum Beispiel bei den „Herrenwitzen“, den Juden-, Ostfriesen-, Türken- und Manta-Witzen oder wie sie alle heißen mögen. Auf dieser Ebene zum Lachen reizen zu wollen wäre das gerade Gegenteil von Therapie.

Gelingt es also einem Therapeuten, seinen Klienten zum Lachen zu bringen, so heißt das nur, daß es ihm gelungen ist, diesen zu einer Rätsellösung zu verführen. Ein Lacherfolg in der Therapie ist aber an sich ebenso wenig als Fortschritt zu werten wie Weinen oder die Fähigkeit, zum Orgasmus zu kommen. Seine Bedeutung muß gemessen werden an der Bedeutung der zur Behandlung führenden Symptome und ist abhängig von der Qualität der Gemeinschaft, die der Therapeut mit seiner Intervention angestrebt und in die sich der Patient dann lachend eingefügt hat. Entscheidend also ist dabei immer der Humor des Therapeuten und seine Fähigkeit, die Kraft des Humors im Patienten zu wecken.

7. Humor- ein „reaktionärer Prozeß“?

Für die Würdigung des Humors in der Therapie ist es darum am Ende noch einmal interessant, zu betrachten, wie Freud versucht, den Humor in seine Lehre zu integrieren: Während er Witz und Komik zubilligt, „etwas Befreiendes“ zu haben, bescheinigt er dem Humor darüber hinaus, an ihm sei „auch etwas Großartiges und Erhebendes“ (1927, S. 385). Und zwar sieht Freud das Großartige „im Triumph des Narzißmus, in der siegreich behaupteten Unverletzlichkeit des Ichs“. Dabei sei der Humor „nicht resigniert“, sondern „trotzig“, er bedeute „nicht nur den Triumph des Ichs, sondern auch den des Lustprinzips, das sich hier gegen die Ungunst der realen Verhältnisse zu behaupten vermag“ (ebd.).

Mit diesen Zuordnungen fügt Freud den Humor, wie Komik und Witz, ausdrücklich ein in die Reihe jener „Methoden, die das menschliche Seelenleben ausgebildet hat, um sich dem Zwang des Leidens zu entziehen“. Diese Reihe beginne mit der Neurose und gipfele im Wahnsinn. Gemeinsam sei ihnen allen, daß sie der „Abweisung des Anspruchs der Realität“ und der „Durchsetzung des Lustprinzips“ dienen und insofern den „regressiven oder reaktionären Prozessen“ zuzuordnen seien, „die uns in der Psychopathologie so ausgiebig beschäftigen“ (S. 385). Allerdings gebe der Humor bei all seiner Verwandtschaft zur Psychopathologie nicht „den Boden seelischer Gesundheit“ auf (S. 386). Und dies ist eigentlich der Punkt, den Freud beim Humor aus psychoanalytischer Sicht für erklärungsbedürftig hält.

Seine schließliche Erklärung lautet so: Im Gegensatz zum Witz und zur Komik gehe der Humor nicht aus einer „unbewußten Bearbeitung“ des seelischen Materials hervor, sondern stamme daher, daß das „Über-Ich“, der psychische Repräsentant der Elterninstanz – sozusagen von höherer Warte aus –, mit Hilfe einer tröstlichen „Illusion“ über die Unbilden der Realität hinweg helfe (1927, S. 388 f). So ist auch das Beispiel gewählt, mit dem er seine Abhandlung einleitet. Er erwähnt den Delinquenten, der am Montag zum Galgen geführt wird und dabei äußert: „Na, die Woche fängt gut an!“

Bei aller verbalen Hochschätzung, die Freud dem Humor entgegenbringt, ist es doch auffallend, wie sehr er sich auf die Betrachtung seiner Wirkung auf das Individuum selbst beschränkt und wie wenig er die interpersonale Bedeutung des Humors konkret würdigt. Jedenfalls führt er kein Beispiel an, in dem der Humor an gesellschaftlichem Wert den Witz übertrifft. Das hohe Lob, das er dem Humor zollt, wird dadurch zum bloßen Lippenbekenntnis, das keine praktischen Folgen hat. Wie aber auch könnte denn der Humor, wenn er als hohe Kunst der Illusion verstanden wird, eine besondere Bedeutung erlangen in einer Therapie, der es – ganz im Gegenteil – um die Anerkennung wissenschaftlicher Wahrheit, d. h. um die Beseitigung jeglicher Illusion zu tun ist?

Das Verhältnis zwischen Wahrheit und Humor hat in der Therapie meines Erachtens ein anderes zu sein, als es ein bedingungsloser Kampf gegen Illusionen zuließe. Illusionen haben in einer Therapie durchaus ihren Platz, wie Farrelly in dem zitierten Beispiel ohne falsche Scham demonstriert. Unangenehme Erkenntnisse aber dürfen durch Humor entschärft und annehmbar gemacht werden. Und eine Erkenntnis, die sich nicht mit

Humor vermitteln läßt, sollte noch einmal gründlich daraufhin geprüft werden, ob sie nicht doch ein bloßes Dogma ist.

8. Lachen, Weinen, Orgasmus und die Sinnlichkeit des Erkennens

Die Beziehung zwischen Lachen und Erkennen könnte sich bei näherer Betrachtung als eine sehr enge erweisen, enger jedenfalls, als Freud sie in seinen Bemerkungen zum Humor zugestehen zu dürfen glaubte: Als unwillkürliche Bewegungsform ist das Lachen unmittelbar körperlicher Ausdruck der Verbindung, die so zwischen den Beteiligten hergestellt worden ist. Das besinnungslos Konvulsivische, das überwältigend Ausbruchartige, das Krisen- und Höhepunkthafte, aber auch das lustvoll Hemmungslose, das sich der Weisheit und der Askese widersetzt, rückt das Lachen in die Nähe des Orgasmus (Farrelly 1986, S. 133; Kamper, Wulf 1986, S. 7; Heinrich 1986, S. 18), ein Umstand, der den Aristophanes veranlaßt haben mag, seine Rede über den Eros mit den Konvulsionen des Schluckaufs, des Nießens und des Lachens einzuleiten (Jurzig 1986, S. 46), und den auch Freud nicht übersehen hat, als er die Libidotheorie bis in ihre Verästelungen ausführte. Freud freilich betrachtet das Lachen – anders als Bergson – nicht in erster Linie als Ausdruck einer sozialen Verbindung, sondern als Ergebnis einer – höchstens sozial vermittelten – individuellen Verbindung zwischen Bewußtem und Unbewußtem: Allein dadurch, daß der Witzbold im Zuhörer diese individuelle Verbindung herzustellen helfe, gilt der Witz bei Freud als die „sozialste aller auf Lustgewinn zielenden seelischen Leistungen“ (womit er die Wertigkeit von Humor und Liebe unabsichtlich herabsetzt; Freud 1905, S. 204).

Der Orgasmus kommt aus tieferen Regionen als das Lachen. Er hat seinen Ursprung in der Beckenbodenmuskulatur, wo sich die Organe der sexuellen Vereinigung befinden. Die Erschütterungen des Lachens stammen vom Zwerchfell, der nächst höheren Scheidewand zwischen zwei Körperhöhlen, die vor allem der Atmung dient. Insofern ähnelt die Bewegungsform des Lachens mehr noch derjenigen des Weinens.

In der bild- und beziehungsreichen Sprache der Bibel heißt es: „Adam erkannte Eva“. Sehr verdichtet wird hier der ursprünglich orgiastisch-sinnliche Inhalt menschlichen Wahrnehmens und Erkennens dargestellt. Das ist vor allem darum interessant, weil es besagt, daß die Urerfahrung des Wahr-Nehmens mit der ekstatischen, unwillkürlichen Bewegung der Konvulsion einhergeht. Darum ist wahrscheinlich in früher Zeit die

Epilepsie als heilige Krankheit betrachtet worden. Und das Ritual des Tanzes erscheint wie ein kultivierter Abglanz desselben atemberaubenden Vorgangs. Aber das erste Lachen jedes Kindes rührt und erschüttert aus eben diesem Grund und bestätigt als elementares soziales Ereignis den kraftvollen biblischen Text.

Ich kenne keine Untersuchung darüber, ob sich schon der menschliche Orgasmus so wesentlich von den entsprechenden Bewegungsformen im Tierreich unterscheidet, wie sich die typischen menschlichen Ausdrucksbewegungen des Lachens und Weinens von allem unterscheiden, was wir im Tierreich finden. Wahrscheinlich sind Lachen und Weinen einer höher entwickelten Wahrnehmung zugehörig als die sexuelle und an eine höhere Organisation des Nervensystems gebunden. Unverkennbar aber haben ihre physischen Erschütterungen eine ähnlich elementare Gestalt bewahrt, was auf einen annähernd ähnlich elementaren Charakter ihrer sozialen Lernprozesse hinweist.

Während das Lachen die Lust an der sozialen Verbindung ausdrückt, weist das Weinen auf die andere Seite sozialer Beziehungen. Die Erschütterungen des Weinens bringen unmittelbar zur Kenntnis, daß die Verbindung zu einem anderen Menschen Schmerzen bereitet, was anlässlich einer Trennung besonders deutlich werden kann. Das Weinen spiegelt mit seinen Friktionen geradezu symbolhaft den Vorgang eines quälenden Loslösen aus einer Symbiose, als wolle es diesen als ein schrittweises Abreißen oder Abstoßen darstellen. Es ist die ins Auge springende Erkenntnis der Festigkeit und Intensität einer zu lösenden und bei der Lösung noch einmal als tiefer Schmerz erlebten Verbindung.

Die vielfältigen Ausdrucksformen des Lachens, des Weinens und des Orgasmus sind Teil der unmittelbaren, krisenhaft-intensiven menschlichen Begegnungen. Sie zeigen, daß Lust und Schmerz mit dem Aufscheinen und Wahrnehmen einer existenziellen Abhängigkeit und Gebundenheit zusammenfallen, und sie verweisen auf die sinnlich-physische Natur des gesellschaftlichen Grundverhältnisses.

Die Psychotherapeuten haben sich mit guten Gründen, wenn auch zumeist unbewußt oder mit schlechten Begründungen, auf die elementaren Körperreaktionen des Orgasmus, des Lachens und des Weinens gestützt und sie als Erfolgskriterien genommen. Denn es handelt sich hier um die ursprünglichsten Zeichen kreatürlicher Verbundenheit zwischen den Menschen. Bei der Therapie kommt es aber letztlich immer darauf an, eine verlorene

Verbundenheit wiederherzustellen, so daß Genuß und Arbeit wieder sinnreich und möglich werden. Das rechtfertigt jene therapeutischen Strategien.

Sigmund Freud hat in dieser Hinsicht Weitsicht bewiesen: Von Beginn seiner theoretischen Bemühungen an hat er versucht, mit der „Libido“ ein einheitliches Erklärungsmuster insbesondere für alle diese „Gemütsbewegungen“ anzugeben. In der „Traumdeutung“, den „Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie“ und dem Buch über den „Witz und seine Beziehung zum Unbewußten“ stellt er Orgasmus, Lachen, aber auch Weinen als Ausdruck einer „Triebabfuhr“ dar (s. vor allem: Traumdeutung, 538, 568). Die Schwäche seines Ansatzes, die eine Reihe logischer Ungereimtheiten nach sich gezogen hat (vgl. Adamaszek 1985,1987), bestand allerdings darin, daß er in seiner Theorie ausging von der „Fiktion eines primitiven psychischen Apparats“, der gebaut sein müsse wie der „Reflexapparat“ der Neurologen seiner Zeit (Traumdeutung, 543).

Nach Freud ist es entlang der unterschiedlichen Gemütsbewegungen zu einer Aufspaltung und Aufteilung in verschiedene Psychotherapierichtungen gekommen. Wilhelm Reich, der sich als konsequenterer Sachwalter der Libidotheorie Freuds verstanden hat, widmete sich vor allem der Bedeutung des Orgasmus, bevor er sich auf die Spannungsverteilung der Körpermuskulatur konzentrierte und der Bioenergetik den Weg wies. Andere Therapeuten, vor allem Analytiker, beschäftigten sich speziell mit dem Weinen und, allgemeiner, mit den Trauerreaktionen, denen sie eine beherrschende Rolle für Heilungsprozesse beimaßen (vgl. Mitscherlich, Bowlby u.a.). Und jetzt hebt Farrelly das Lachen als wesentliches Element der Therapie hervor. Immer geht es darum, daß eine abstrakt gewordene Erkenntnis der existentiellen Verbundenheit zwischen den Menschen ins Sinnliche umschlägt und zu einer konkreten Wahrnehmung neu belebt wird.

Zusammenfassung

Daß Psychotherapie unbedingt eine ernste Angelegenheit zu sein habe, kann inzwischen als widerlegt gelten. Während noch Sigmund Freud das Lachen seiner Patienten nur riskiert hat, sind neuere Autoren dazu übergegangen, es in der Therapie direkt zu provozieren. Seine Heilwirkung bezieht das Lachen aus den Ressourcen des Humors, von dem Scherz, Witz und Komik zu unterscheiden sind, damit nicht ein Lacherfolg in der Therapie allein

schon als Gütesiegel mißverstanden werden kann. Der Humor beleuchtet das Wahrheitsproblem neu, denn er wirkt nicht im Dienste einer objektiven Wahrheit, sondern im Dienste eines negativen Eklektizismus, d. h. als Widerpart subjektiver „Wahrheiten“.

Summary: Laughter and Therapy

The assumption that psychotherapy has to be humorless has been sufficiently refuted. While Sigmund Freud only risked the laughter of his patients, recent authors now recommend that the therapist actually provoke it. The healing effects of laughter are due not to jesting, jokes and comic effects, but to the resources of humor. This differentiation has to be kept in mind to avoid the misunderstanding that looks upon any laughter in therapy as a quality sign. Humor puts a different perspective on the problems of truth. Humor never serves an objective truth but a negative eclecticism, opposing any subjective „truths“.

Key Words: Humor and laughter; psychoanalysis; provocative therapy; humor vs. dogmatism in psychotherapy

Literatur

Adamaszek, R.: Trieb und Subjekt. Das Fatale an der Wissenschaftlichkeit der Psychoanalyse. Peter Lang, Bern, Frankfurt/M., New York 1985.

Ders.: Psychoanalyse. In: Zygowsky, H. (Hrg.), Psychotherapie und Gesellschaft. Rowohlt, Reinbek 1987.

Bateson, G.: Ökologie des Geistes. Suhrkamp, Frankfurt/M. 1981.

Bergson, H.: Das Lachen. Luchterhand, Darmstadt 1988.

Bernhardt, J. A.: Humor in der Psychotherapie. Beltz, Weinheim, Basel 1985.

Bischof, R.: Lachen und Sein. In: Kamper, Wulf 1986.

- Farrelly F., J. M. Brandsma*: Provocative Therapy. Meta Publications, Cupertino, Ca. 1971; dt.: Provokative Therapie. Springer, Berlin, Heidelberg, New York 1986.
- Freud, S.*: Aus den Anfängen der Psychoanalyse. Briefe an Wilhelm Fließ. Fischer, Frankfurt/M. 1962.
- Ders.*: Die Traumdeutung (1900). Studienausgabe Bd.2, Fischer, Frankfurt/M. 1972.
- Ders.*: Der Witz und seine Beziehung zum Unbewußten (1905). Fischer Tb., Frankfurt, Hamburg 1971 (St.A. Bd. IV, S. 9-219)
- Ders.*: Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse (1916/17). Studienausgabe Bd. 1
- Ders.* : Das Ich und das Es (1923). St. A. Bd. 3, S. 273-330.
- Ders.* : Der Humor (1927). Ges.W. Bd. XIV. Fischer, Frankfurt/M. 1962.
- Heinrich, K.*: „Theorie“ des Lachens. In: Kamper, Wulf 1986. Iurzig, R.: Die zweideutige Lust am Lachen. Eine Symptomanalyse. In: Kamper, Wulf 1986.
- Kamper, D., C. Wulf*: Lachen - Gelächter - Lächeln. Syndikat, Frankfurt/M. 1986.
- Plessner, H.*: Lachen und Weinen. Bern, München 1961.
- Salameh, W.A.*: Humor in Psychotherapy. In: McGhee, PM. & J.H. Goldstein (eds.): Handbook of Humor Research. Springer, New York, Berlin, Heidelberg, Tokio
- Wippich, J., I. Derra-Wippich*: Frank Farrelly: Playing the Devil's Advocate. Dt.: Des Teufels Advokat spielen. Rößler, Konstanz 1989.

