

Feature / Hörspiel / Hintergrund Kultur

Freistil

Lach doch mal!

Gespielte Heiterkeit in ernsten Zeiten

Von Dieter Jandt

Produktion: Dlf 2017

Redaktion: Klaus Pilger

Sendung: Sonntag, 24.05.2020, 20:05-21:00 Uhr

Regie: Uta Reitz

Es sprachen: Rene Heinersdorff, Daniel Wiemer, Louis Friedemann Thiele,

Justine Hauer

Ton und Technik: Daniel Dietmann und Roman Weingard

Urheberrechtlicher Hinweis

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf vom Empfänger ausschließlich zu rein privaten Zwecken genutzt werden.

Die Vervielfältigung, Verbreitung oder sonstige Nutzung, die über den in §§ 44a bis 63a Urheberrechtsgesetz geregelten Umfang hinausgeht, ist unzulässig.

©  Deutschlandradio

- unkorrigiertes Exemplar -

Musik 1:

Einführungsmusik zu einer Show

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

1. O-Ton:

Michelle Hunziker giggelt bei Wetten dass

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Die Moderatorin Michelle Hunziker bei dem, was sie kann: Hübsch sein und lachen, zu aufgesetzter Fröhlichkeit.

2. O-Ton:

Michelle Hunziker giggelt bei Wetten dass

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator: Lach doch mal!

Zitatorin: Gespielte Heiterkeit in ernsten Zeiten.

Zitator: Ein Feature von Dieter Jandt.

3. O-Ton:

Michelle Hunziker giggelt bei Wetten dass

4. O-Ton:

Anka Zink, Kabarettistin

12:10

Es gibt halt en Typ Frau, der seinen Selbstwert und seine Anerkennug daraus gezogen hat, total unkompliziert zu sein. Also fröhlich, unkompliziert, süß anzusehen, riecht gut, also in allem, ja, also kein Problem, in nichts, aber auch in gar nichts.

Zitatorin: Anka Zink, Kabarettistin.

Musik 2: *Gute-Laune-Gedudel*

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Überhaupt umgibt uns viel Vergnügen. Das geht gleich am Morgen los: Beim Frühstücksfernsehen springt uns geballt gute Laune an. Wir sehen fürchterlich breit grinsende Menschen. Da ist man als Zuschauer bei dieser penetrant zur Schau gestellten Heiterkeit womöglich gleich mies drauf, weil man das selbst so nicht hinkriegt.

5. **O-Ton:** *Anka Zink, Kabarettistin, 05:34*

Frühstücksfernsehen schaue ich, wenn mal, im Hotel, zum Zimmerfrühstück. // Weil mir dann auch der Humor im Frühstücksraum manchmal abhanden kommt. Nicht, das ist zum Beispiel so ne Stelle, wildfremde Menschen, die einen eventuell zum Teil identifizieren und nöö, also da bin ich dann lieber für mich alleine muffig. Und gucke Frühstücksfernsehen.

Sprecherin: Wie echt ist unser Lächeln, und wie oft sollten wir das lassen? Gut, lächeln kann ansteckend sein und gute Laune verbreiten. Es kann aber auch anstrengend sein, ständig das Gesicht zu verziehen. Man denke nur an die Momente, wenn der Regisseur ein paar Sekunden zu lange die TV-Moderatorin im Bild hält anstatt den nächsten Beitrag einzuspielen.

Zitatorin: „Das Gefühl echter Freude drückt sich im Gesicht durch das Zusammenspiel der Kontraktionen vom Jochbeinmuskel und dem Augenringmuskel aus. Ersterer gehorcht dem Willen, der zweite aber wird allein durch die süßen Emotionen der Seele ins Spiel gebracht“, wusste der französische Physiologe Guillaume Benjamin Duchenne. „Der Muskel, der das Auge umgibt, gehorcht dem Willen nicht, er wird nur durch ein echtes Gefühl ins Spiel gebracht. Seine Unbeweglichkeit bei einem Lächeln entlarvt den falschen Freund.“

Musik ausblenden

6. **O-Ton:** *Andreas Steffens, Philosoph*

11:10

Das Lächeln mit all seinen feinen und subtilen Möglichkeiten der Abstufung, der Differenzierung ist immer ein gesteuerter, ein aktiver Ausdruck.

Zitatorin: Andreas Steffens. Philosoph

7. **O-Ton:** *Andreas Steffens, Philosoph*

11:20

Also ein willentliches Zuerkennengeben einer Emotion,

einer besonderen und - es altertümlich auszudrücken -
Seelenstimmung. Aber immer bezogen auf ein
Gegenüber. Ob`s nun anwesend ist oder nicht. Also
dieses Moment einer ganz elementaren Kommunikation
ist dabei immer im Spiel.

Sprecherin: Warum sollten wir uns überhaupt bemühen zu lächeln?

8. **O-Ton:**

Anka Zink

02:25

Saß ich neulich mit meinem EDV-Berater zusammen,
und je mehr ich mich mit kleinen, überflüssigen Dingen
aus meiner Sicht beschäftigen musste, mit
irgendwelchen Pixeln und Bits und Bytes und
namenlosen Gespenstern, die meinen Computer
durcheinander gebracht hatten, desto mehr sank meine
Laune, und dann sagt dieser Typ, der in der Stunde
höchstens 40 Worte zusammen kriegt: „Nu lachen Sie
doch mal“. Nein, da hatte ich keine Lust, verstehen Sie,
da möchte ich nicht lachen, das möchte ich nicht
bezahlen.

Zitator:

„Eine ernste Kunst ist Lachen
Soll ich's morgen besser machen,
Sagt mir: macht' ich's heute gut?
Kam der Funke stets vom Herzen?
Wenig taugt der Kopf zum Scherzen,
Glüht im Herzen nicht die Glut.“

Sprecherin: So dichtete Friedrich Nietzsche, der immer auch zu lachen empfahl, wenn einem gar nicht danach war.

9. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

12:25

Tja, also wenn man sich umschaute, in jedermanns eigenem Leben und sich das große Weltganze und das Weltgeschehen anschaut, kann man doch sehr schnell zu der Überzeugung kommen, auch wenn man kein extremer oder extremistischer Moralist ist, dass die Bedingungen wirklich nicht in Ordnung sind, dass es also mehr Grund zum Weinen gäbe als zum Lachen. Aber die Reaktion trotzdem zu lachen, ja, ist sozusagen ein symbolischer Akt des Widerstandes und der Zurückweisung alles dessen, was einen eigentlich dazu zwingen würde zu weinen.

Atmo 1, Archiv:

während eines Fluges in der Kabine, ab und an ein elektronisches Signal

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

10. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

13:00

Wir hatten en Charterflug gehabt, und ein älterer Herr, wir haben Essen ausgeteilt, // und en älterer Herr hat da

wohl, weil er da auf diese harten Brotscheiben, die serviert wurden, nich rumbeißen konnte, und hat er auf sein Tablett seine Unterkieferprothese gelegt, und denn haben wir in der Kabine die Tablett wieder eingesammelt, den Müll, und plötzlich klingelt er und sagt zu mir auf hochbayerisch, // ich hab den kaum verstanden, dass seine Prothese noch auf dem Tablett liegt und dass er die jetzt wiederbraucht.

Atmo 2:

schallendes Gelächter aus der Retorte

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitatorin: Renate Rössel. Stewardess.

11. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

13:40

Wie sollten wir jetzt diese ganzen Trolleys durchwühlen nach dieser Prothese? Und haben ihn denn da rangestellt und er hat denn auch tapfer bis zum Zielflughafen, ich glaub, das war Fuerteventura oder so, der hat ziemlich lange gesucht, bis er die wieder gefunden hat. *lacht* Also war wirklich ne Aktion, die Kabine sah nachher aus wie ne Müllhalde, aber er hat seine Prothese wieder bekommen.

Sprecherin: Da hat man mal gemeinsam abgelacht, und vielleicht konnte auch der Zahnlose am Spaß teilhaben. Man kann ihm sogar dankbar für den Vorfall sein, denn da oben an Bord ist es nicht immer ganz so lustig.

12. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess, 08:00

Ich bin nicht die introvertierte Person, absolut nicht. Ich unterhalte mich gerne, ich lache gerne, ich bin gerne unter Menschen, und gerade in diesen Berufen ist das auch wichtig, da kannst du noch so viel geschult bekommen, wenn einer lieber // Förster ist und sich lieber im Wald aufhält mit den Eichhörnchen, wird der schlecht in solchen Berufen klarkommen.

Atmo 1, Archiv:

während eines Fluges in der Kabine, ab und an ein elektronisches Signal

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Passagiere können schwierige Wesen sein. Selbst schlecht gelaunt und übermüdet, wollen aber ständig angelächelt werden.

13. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

00:03

Wir werden im Service geschult, das nennen wir immer verordnete Fröhlichkeit, also wenn // es selber nicht aus dem Herzen kommt, isse für die Flugbegleiter oder für

// das Servicepersonal natürlich super anstrengend. //
Dass wir // eben halt auch bei unverschämten Gästen,
zwar bestimmt sind, aber natürlich immer noch ein
Lächeln auf den Lippen haben sollen.

14. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph, 06:20

Da kann man ja ganz subtile Feinheiten entwickeln. Und
das Seltsame ist ja, dass wir wohl alle über diese
Mechanismen auch unbewusst und unwillkürlich
verfügen und sie auch immer sofort angemessen
verstehen. Das ja das Seltsame. Also ein entsprechender
Ausdruck im Lächeln und das Gegenüber, auch in einer
Gruppe, hat`s verstanden.

Sprecherin: Was aber, wenn der miesepetrige Passagier seine schlechte Laune offen
auslebt, dabei erwartet, dass die Stewardess ihn dennoch anlächelt und er
begreift, dass sie sich dabei ein wenig quält. Vielleicht bessert sich darüber
seine Laune.

15. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

01:50

Manchmal da oben an Bord, wo du natürlich auch
Menschen, die unverschämt oder dreist überkommen
und denken, haben gleich dich miteingekauft in ihrem
Flugpreis und könnten sich da alles erlauben, da musst
du natürlich auch bestimmt höflich, aber da musst du
schon ernsthafter rangehen, // zum Beispiel sagt ein
Kind, ich geb dem was zu trinken und das Kind ist ganz
höflich und sagt: „Vielen Dank“, und da sagt die Mutter

eben halt zu dem Kind: „Du musst dich hier nicht bedanken bei der Frau oder bei der Tante sozusagen. Das ist eine Dienstleistung.“ Und so was ist natürlich, das ist eine absolute Frechheit, und leider sind wir natürlich auch dazu angehalten, gewaltfreie Kommunikation zu betreiben und darüber wegzulächeln, aber das fällt natürlich manchmal schwer, ja.

16. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

02:00

Man kann vor allen Dingen in die Situation kommen, dass man sich zur Wehr setzen muss. // Wenn der taktische Einsatz des Lächelns // so ne Art Geste der Selbstverteidigung wird in einer Situation, ist das völlig in Ordnung, und beeinträchtigt auch nicht den sozusagen menschlichen Sinn // des Lachens beziehungsweise eben des Lächelns als eines aktiven, kontrollierten Einsatzes dessen, was an emotionaler Kraft und eben auch an bindender und verbindender sozialer Kraft im Lächeln enthalten ist.

Atmo 3:

Straßenverkehr

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher: Gehe gedankenverloren den Bürgersteig entlang. Junge Frau kommt mir

entgegen, lächelt mich an. Warum mich? Sie zieht an mir vorbei und ich schaue mich misstrauisch um. Sehe ich so gut aus oder hat sie mich ausgelacht, weil ich so griesgrämig meinen Gedanken nachging? Vermutlich. Hoffe das Erstere. Gehe weiter und lächle in mich hinein.

17. O-Ton:

Lachtherapie

49:00:00

Großes Gelächter //

Therapeutin: Da kann doch nichts mehr schief gehen,
alle: hahaha

Therapeutin: Dazu kann man nur noch sagen:

im Chor: Sehr gut, sehr gut, jaa, sehr gut, sehr gut, jaa.
Sehr gut, sehr gut, jaa,

Therapeutin: Das ist auch übrigens wie hohohaha ne
Konditionierung, das gibt's auch auf der ganzen Welt,
hohohaha ...

Gelächter kurz folgend weiter unterlegen

Sprecherin: Neuss, in der Nähe des Botanischen Gartens. Ein halbes Dutzend Lacher haben sich auf einer grünen Wiese zusammengefunden. Einige absolut positiv dreinblickende, einige eher ernste Gesichter, die sich mal für eine Weile befreien wollen.

18. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin

02:00

Lachen ist etwas sehr Preiswertes, das hat im Prinzip

jeder bei sich, nur es muss erst mal aktiviert werden, haben wir extremen Stress, können wir nicht lachen. Und wir lernen über das Lachyoga selbst initiativ lachen zu können.

Zitatorin: Gisela Dombrowsky. Zertifizierte Lachyoga Master-Trainerin der Laughter Yoga University, die der Inder Madan Kataria ins Leben gerufen hat.

19. O-Ton: *Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin, 03:38*

Lachen ist ansteckend, warum es so ist, das weiß man mittlerweile auch aus der Forschung, das hat was mit unseren Spiegelneuronen zu tun, wenn jemand gähnt, was machen Sie dann automatisch? Gähnen Sie mit, und dasselbe passiert eben auch beim Lachen.

Atmo 2: *schallendes Gelächter aus der Retorte*

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

20. O-Ton: *Anka Zink*

04:23

Wenn man auf der Bühne steht, dann sieht man nichts. Das darf ruhig die Welt wissen, man ist geblendet durch die Scheinwerfer, die entgegenkommen. Und man erkennt vielleicht ein zwei Reihen Menschen. // Und falls da vorne irgendjemand sitzt, der sich nicht

amüsieren will, ist eigentlich der einzige Punkt der mich interessiert, hat der Eintritt bezahlt, ja oder nein. // Sagen wir mal so, sie stören nicht, aber sie müssen nicht in die erste Reihe.

Sprecherin: Vielleicht müssen sie zum Lachyoga. Wer dorthin geht, hat wohl sonst nichts zu lachen. Oder?

21. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin

06:12

Vom Schüler bis zum Pensionär, alle Altersklassen, und verstärkt stelle ich eben auch fest, gerade die Menschen, die sehr sehr viel Stress haben, das heißt Studenten, Abiturienten, natürlich genauso Businessleute, die einfach Alltag mal für kurze Zeit vergessen wollen. // Manche kommen auch hin, also das weiß ich jetzt von Älteren, denn lachen lindert ja auch Schmerzen, dass die hierhin kommen, wie sie zum Beispiel Arthrose im Knie haben oder haben starke Rückenverspannungen, dass sie einfach sich lockerer dadurch machen.

Zitatorin: „Kinder lachen 400 Mal am Tag. Erwachsene nur 15 Mal. In den 1950er Jahren lachten die Leute insgesamt noch täglich 18 Minuten lang. Heute sechs“, behaupten Lachforscher an einem US-amerikanischen Institut in Palo Alto.

Sprecherin: Demnach haben die Menschen einfach keine Zeit mehr für ausgiebiges Gelächter. Manchen bleibt nur ein ziemlich abgehacktes, meckerndes Etwas. In Portiönchen verteilt über den lieben, langen Tag. Dabei bräuchten

sie nur ab und zu in den Spiegel zu schauen.

22. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin, 08:30

Wenn sie Lachyoga praktizieren, lernen Sie also auch viel mehr über sich selber lachen zu können, weil wir nehmen uns ja oft im Alltag viel zu wichtig. Deshalb gibt es im Lachyoga viele Übungen, wo wir über Probleme lachen. Damit lachen wir zwar die Probleme nicht weg, die bleiben ja irgendwo, aber wir verändern unsere Sicht auf die Probleme.

Sprecherin: Die Atemmuskulatur wird aktiviert, auch die Gesichtsmuskeln und die Schultern lachen mit, der Oberkörper, der Bauch. Bis zu achtzig Muskeln sind im Einsatz. Lachen ist eine körperliche Ertüchtigung.

23. O-Ton:

Lachtherapie

49:01:40

Therapeutin: Stellen wir uns vor, wir haben hier den Rasenmäher, den Benziner, dann wollen wir einfach versuchen, ob der anspringt. Und:

alle: hahahahaha

Therapeutin: Probieren wir es nochmal:

alle: hahahaha.

Therapeutin: Vielleicht kommt er jetzt, und:

alle: hahahaha. Und aaaah, hohohoho. *Langes Gelächter,* Und hohohahaha.

Mit Klatschen hohohahaha hohohahaha. Gelächter.

kurz weiter folgend unterlegen:

Sprecherin: Der US-amerikanische Psychologe Paul Ekman unterscheidet zwischen 18 verschiedenen Arten von Lächeln. Aber nur eine einzige Variante sei Ausdruck spontanen, ehrlichen Vergnügens. Wieviele Arten von Lachen es gibt, darüber scheiden sich die Geister. Wieviele sind echt? Drei? Das Freiheraus-lachen, das reflexartig Losprusten, das satte Gelächter? Wem gelingt das? Ist es nicht so, dass meist etwas Gespieltes, Linkisches, Gehemmtes dahintersteckt?

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator:

„Am folgenden Tag schlich ich mich die Treppe hinunter, als Herr Fang hinter mir hergelaufen kam, wobei er ein Geräusch wie Lachen von sich gab.“

Zitatorin:

Der US-amerikanische Schriftsteller Paul Theroux auf seinen monatelangen Reisen quer durch China. Es war Mitte der 1980er Jahre, und immer wieder versuchte Theroux seinen einheimischen Aufpassern zu entwischen.

Zitator:

„Mittlerweile war ich in der Lage, die verschiedenen Varianten des chinesischen Gelächters zu unterscheiden. Es gab ungefähr zwanzig; mit Humor hatte keine auch nur das Geringste zu tun. Es gab nervöses, respektvolles und warnendes Lachen. Das laute Tröten war eine Art Angstanfall. Ein perlendes Kichern bedeutete, dass etwas völlig schief gelaufen war. Herr Fangs Lachen am Morgen erinnerte an das Bellen einer Robbe. Es hieß: Keinen Schritt weiter!“

Musik ausblenden

24. O-Ton:

Anka Zink

09:57

Eislaufen, Eistanz, Tanz, bei denen ist das Lächeln Pflicht im Programm. Das fällt natürlich manchmal schwer, wenn man die Gesichtsmuskulatur da genauso trainieren soll wie den Oberschenkel oder eine Zehenspitze. Und das einfachste in solchen Zusammenhängen aus meiner Sicht ist die innere Haltung. Wenn ich mich leiten lasse, wenn ich versuche, ein Gefühl in die Sache reinzugeben.

Musik 5:

Samba aus einem CD-Player

43:00:15

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

25. O-Ton:

Sabine Schiena

02:20

Es gibt Tänze, die lebensfroher sind, wo man mehr lächeln darf, und Tänze, wo man eher ein bisschen ernster guckt wie der Paso Doble zum Beispiel oder der Tango.

Zitatorin: Die Tänzerin Sabine Schiena. Bei Deutschen Meisterschaften immer ziemlich weit vorne. Sie übt mit ihrem Mann und Partner meist in der Mittagspause in einer Sporthalle im rheinischen Langenfeld. Diesmal Samba.

26. O-Ton: *Sabine Schiena*

02:00

Aber wenn man mit einem anderen Trainer arbeitet, der sagt schon: „Ihr wirkt sehr verbissen, ihr wirkt sehr hart, das wirkt nicht locker, nicht lustig, nicht schön, ihr müsst mehr lächeln.“ // Man übt`s teilweise vor dem Spiegel. Wenn man seine Choreographie tanzt mit dem Partner, wir haben ja hier viele Spiegel in dem Saal, dann schaut man schon mal in den Spiegel -

Sprecherin: Im Zweiviertel-Takt schieben die beiden sich vor- und seitwärts über das Parkett, und immer lächeln, auch im freien Fall.

27. O-Ton: *Sabine Schiena*

07:17

Das war in Dresden gewesen, bei einer Meisterschaft der Kür, Standardtänze, mein Mann und ich wir haben das erste Mal eine Kür getanzt, und direkt am Anfang der Kür bin ich gestürzt. Da ist mir auch das Lächeln entglitten. Aber nur ungefähr ein paar Sekunden, danach ging es dann wieder. Dann habe ich mich wieder gefangen. Weil man muss irgendwann darüber

hinweggehen, man muss sagen: „Okay, ab hier geht`s weiter, da kann`s nur noch besser werden.“

Sprecherin: Ganz schwierig ist es bei Eiskunstläufern. Sie müssen, selbst wenn sie gerade nach einem doppelten Rittberger hart auf dem Eis gelandet sind, strahlend wieder aufstehen, oder am besten noch im Fallen lächeln. Das wird erwartet.

28. O-Ton:

Sabine Schiena

03:20

Weil das was mit dem Gesamtbild zu tun hat. Wenn man ein Tanzpaar sieht und das lächelt nicht, hat man keinen Spaß dabei, denen zuzugucken, // (06:00) wenn // einer sehr sehr sportlich tanzt und weniger lächelt, dann kann das schon mal sein, dass das nicht so gut ankommt beim Publikum.

Sprecherin: Runter vom Parkett und hinter die Fleischtheke. Dort erleben wir täglich die Verkehrung der tatsächlichen Gemütslage, auf beiden Seiten der Theke, zu möglichst breitem Grinsen, und wenn es noch so schwer fällt: „Gerne!“ „Schönen Tag noch.“ „Tschühüss“. Es gehört dazu wie die Metzgerschürze und der Preisscanner. Es gerät zum beruflich verordneten Freundlichkeitszwang.

Atmo 4, Archiv:

eine Kasse wird geschlossen

Musik 2:

Gute-Laune-Gedudel

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

29. O-Ton:

Anka Zink

15:40

Menschen, die // so Jobs machen wie Kasse,
Fleischtheke, und was man da noch so kennt, haben`s
echt schwer, muss man sagen. // Auf der anderen Seite
werden sie dann angehalten zu schlechten
Arbeitsbedingungen, zu wenig Geld, zu langen Zeiten, //
was es da alles so gibt, sollen sie dann freundlicher sein.

Sprecherin: Je mehr die Arbeit sich verdichtet, desto weniger hat man zu lachen, und
desto mehr wird aber gelacht. Das ist kein Widerspruch. Gespielte
Heiterkeit in ernstesten Zeiten.

30. O-Ton:

Anka Zink, 16:00

Andererseits wenn ich überlege, also hinter der Kasse
steht ne Bratzbirne, vor der Kasse steht ne Bratzbirne,
dann ist das eher so negative Energien, die sich
anhäufen. Nich, also irgendwie minus mal minus ergibt
in solchen Zusammenhängen nicht Plus sondern ne
Katastrophe. Und insofern denke ich, ist, sagen wir mal,
das angehalten sein von einer Seite auf Freundlichkeit,
auch wenn sie in dem Fall mit zur Dienstkleidung
gehört, vielleicht auch deeskalierend.

Sprecherin: Ein garstiger Typ schnauzt an der Kasse herum, warum das nicht schneller
gehe, er habe schließlich seine Zeit nicht gestohlen. Die Kassiererin schaut

erschrocken und hilfeschend nach den anderen in der Warteschlange. Ab in den Lachkurs. Und wenn der Kunde noch so unsympathisch ist, schenke ihm ein süßes Gesicht. Sammeln Sie Punkte?

Betriebe verdonnern ihre Mitarbeiter zu Schulungen. Dort lernen sie die pure Freundlichkeit.

31. O-Ton:

Anka Zink

19:40

Und wenn ich dann zum Beispiel ein Dienstlächeln tragen muss, weil das zur Arbeitsbeschreibung gehört, dann kann ich das ja ein bisschen dosieren, nicht, ich nehme das formell für Leute, die mir egal sind, und für Leute, die mir sympathisch sind, lege ich en Zacken drauf.

Sprecher:

Einwohnermeldeamt. Habe schon vier Stunden gewartet. Versuche dennoch nett zu sein. Schießlich will ich ja was. Lächle so breit ich kann und schaue in ein absolut stures, verschlossenes Gesicht. Es ist, als liefere ich vor eine Mauer.

Sprecherin:

Vor den Nobelhotels stecken Angestellte in bunten Uniformen und schleimen um die Wette. Callcenter-Mitarbeiter säuseln am Telefon. Der Chef wird angelächelt, um ihn zu besänftigen, der Richter sowieso.

Hat solches Lächeln nichts mehr zu sagen? Verliert es nicht an Bedeutung, an Wert? Lächeln wird so nicht mehr geschenkt, es wird hingeworfen, taktisch eingesetzt.

32. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

03:22

Dann ist es die pure Manipulation. Dann setzt man im Grunde, ja, auf die Arglosigkeit oder im Extremfall auf die Dummheit des Gegenübers, was immer ein Zeichen von Dummheit ist, das zu tun. // Wobei das in aller Regel nur Menschen machen, die selber keine ausgeprägte Menschenkenntnis haben. Hätten sie sie, müssten sie doch wissen, dass das nicht funktionieren kann. Oder nur funktioniert, wenn ihr Gegenüber keine ausgeprägte Menschenkenntnis hat. // Deswegen ist das taktische, das manipulative Einsetzen dieser Möglichkeiten, Verbindung herzustellen, meistens zum Scheitern verurteilt.

Sprecherin: Wenn aber die Menschen sich nur noch mit der nackten Wahrheit konfrontieren würden, schonungslos und ungeschminkt, wenn sie sich nicht gelegentlich anlächeln würden, und sei es noch so unbeholfen, wäre das das Ende aller Beziehungen.

33. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

08:22

Ein bisschen anthropologisch ausholend gesehen, ist diese spezifische Mimik des Lächelns als neue Feinheit, neue Subtilität des befreienden Lachens ja doch ein sehr starkes Moment des gegenseitigen Schutzes in, ja, gesellschaftlichen Zusammenhängen. Die immer enger geworden sind. Beginn des vorigen Jahrhunderts hat Georg Simmel, Philosoph und einer der ersten Soziologen, das sehr gut beschrieben, indem er die

immer größer werdende Enge in der Großstadt beschrieben hat, und dann entdeckt hat, dass es dann genau auf solche Feinheiten, Subtilitäten in der Kommunikation ankommt.

Zitatorin: Der Philosoph Helmuth Plessner bezeichnete das Lächeln als Mimik des Geistes, die bereits als natürliche Gebärde Abstand wahre.

Sprecherin: Ich lächle, also bleibst du mir vom Leib.

34. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

09:05

Also dem anderen durch ein Lächeln im Vorübergehen oder irgendwo in einer Situation, dass man sich fast oder sogar mal anrempelt, zu begegnen, ist immer ein, ja, ein Entwaffnen beziehungsweise ein der Situation das Unangenehme, das Störende, das Bedrängende zu nehmen. Also immer das Signal: Ich will dir ja gar nicht zu nahe kommen, ist gerade geschehen, aber es ist kein aufdringlich werden oder gar feindlich werden wollen.

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator: „Die Chinesen waren überaus höflich, doch das hinderte sie nicht daran, auf unsere großen Nasen und riesigen Schlappfüße zu starren.“

Zitatorin: Paul Theroux in einem chinesischen Provinzhotel.

Zitator: „Diese Faszination - oder vielleicht auch diesen Abscheu - hielten die Reisenden fälschlicherweise für Zuneigung, und jede Grimasse wurde als chinesisches Lächeln interpretiert.“

Musik ausblenden

35. O-Ton: *Anka Zink, 07:35*

Wenn jemand lächelt, dann lächle ich zurück. Auch auf Risiko. In meiner Gegend war eine Flüchtlingsunterkunft, // und wir wurden ja immer gewarnt vor dieser hormonellen Bedrohung durch ausländische junge Männer, und dann hab ich davon dann mal einen angelächelt, ne, und dann haben die alle zurückgelächelt, verstehen Sie, und ich glaube, es war eher Kontakt. Ich glaube nicht, dass die jetzt direkt von mir was hormonell wollten.

36. O-Ton: *Andreas Steffens, Philosoph*

08:22

Also wenn ich besonders mies drauf bin und mir dann jemand, was weiß ich, beim Einkaufen genauso mies entgegenkommt, dann kann`s mir schonmal gelingen, dann nehme ich mir das bewusst vor und dann, ja setzte ich noch eins drauf und überwinde mich und komme dann ganz besonders freundlich und lächelnd und fast schon lachend daher und dann funktioniert`s manchmal, nicht immer, dass das beim andern dann auch umkippt, nach dem Motto, in mir spiegelt sich jetzt sozusagen seine eigene Haltung, eigentlich will er ja gar nicht schlecht drauf sein, und indem er spürt, naja ich überwinde meine Situation, in der ich mich da grade befinde, löst sich das im Gegenüber dann auch auf.

Sprecherin: Oder das Grinsen gefriert beiden im Gesicht. Weil der eine erkannt hat, dass der andere sich zum Lächeln quält, und er spürt, dass er selbst die Mundwinkel so gerade noch hochkriegt. Aber die Augen! Lächeln nicht.

37. O-Ton:

Anka Zink

06:30

Es gibt so ne Art falsche Freundlichkeit oder aufgesetzte Freundlichkeit, die an der Grenze der Überforderung der Person steht, die das zu machen hat. // Es ist durchaus sinnvoll, wenn es eine Übereinstimmung zwischen dem inneren Gefühl und dem äußeren Ausdruck gibt.

Musik 5:

Samba aus einem CD-Player

43:00:15

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

38. O-Ton:

Sabine Schiena

01:20

Wenn der Tanz gut gelaufen ist, der Partner alles gut mitgemacht hat, die Musik schön war, dann bleibt das Lächeln. Weil das ist ein natürliches Lächeln, das von Natur aus entstanden, weil man halt Spaß hatte. Wenn`s ein gezwungenes Lächeln ist, dann fällt`s in der Umkleide ab. Manchmal auch schon, wenn man von der Fläche runter geht. Das merkt man dann auch. Dann tun die Wangen ein bisschen weh, es ist alles verspannt.

Atmo 5:

Bahnhofsgeräusche

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher:

Junger, bärtiger Mann. Spaziert mit ernstem Gesicht den Bahnsteig entlang. Passiert zwei Frauen, er begrüßt sie, lächelt sie an. Doch sobald er an ihnen vorbei ist, fällt dieses Lächeln in sich zusammen. Das Gesicht wird straff und lang, binnen einer Sekunde, als sei der Alltagsschreck wieder in ihn gefahren.

Atmo ausblenden

Atmo 1, Archiv:

während eines Fluges in der Kabine, ab und an ein elektronisches Signal

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitatorin:

„Die niederländische Sozialpsychologin Ellen Heuven fand heraus, dass bei Stewardessen häufiger die emotionale Dissonanz das Burnout-Syndrom auslöste als das hohe Arbeitspensum“, schreibt die Süddeutsche Zeitung.

39. O-Ton:

Regina Rössel, Stewardess, 04:20

Du hast auch keine Rückzugsmöglichkeiten. Oben im Flugzeug. Also du musst dich auch immer kontrollieren und regulieren, deine Gefühle, // und trotzdem wird das eben halt abverlangt, dass du da den Pausenclohn spielst. Und wenn du denn nach Hause kommst, fällt das

echt regelrecht von einem ab, da bist du manchmal noch nicht mal in der Lage, ein nettes Konzert zu besuchen, sich mit deiner Familie an einen Tisch zu setzen und sich zu unterhalten, weil du einfach nur noch ausgelaugt bist.

Zitatorin: Die Psychologen Jürgen Glaser und André Büssing untersuchten in einer Studie Krankenschwestern und Pfleger. Deren Klinik ermöglichte den Angestellten, mehr Zeit mit den Patienten zu verbringen. So mussten sie auch mehr Emotionsarbeit leisten - und litten öfter am Burnout-Syndrom.

40. O-Ton:

Regina Rössel, Stewardess

05:42

Wenn das so ne verordnete Fröhlichkeit ist, was wir geschult bekommen, dann siehst du manche, dass die manchmal so upset minded sind, // so geistig weggetreten, weil sie das die ganze Zeit nicht aufrecht erhalten können. // Das ist eben halt so, bei Verkäuferinnen, die Damen im Callcenter oder gerade auch wir als Flugbegleiter merkst du oft, die kriegen dadurch Depressionen, // das sind so Sachen, // die wirklich einhergehen mit dauerhaftem Fröhlichsein und Verbindlichsein, und Präsenz zeigen, und das ist, glaube ich, auf Dauer, // kann das krank machen.

Sprecherin: Sogar manche Türsteher von Diskotheken werden in Seminaren zum Lächeln angehalten, damit sie hinter Sonnenbrillen und bei verschränkten Armen nicht ganz so finster rüberkommen.

41. O-Ton:

Regina Rössel, Stewardess

06:10

Und du musst gucken: entweder gleich den Job wechseln, wenn du das nicht mehr aushältst, oder dass du eben halt auch dir Schienen suchst, wo man bestimmt, aber nett eben halt auch sich da Freiräume schafft, indem man die Dinge auch benennt, die mal nicht gut laufen.

Zitatorin:

Dieter Zapf, Professor für Arbeitspsychologie, rät Unternehmen, Hinterzimmer einzurichten, in denen Angestellte ihren Ärger "laut loswerden können".

Sprecherin:

Die Crew on air hat aber kein Hinterzimmer, und wo soll die Metzgereiverkäuferin hingehen? Cool down im Kühlhaus? Zwischen Schweinehälften?

42. O-Ton:

Erika Kunz, Humorthérapeutin

05:00

Ich komme nach Hause, und hätte mich nach zehn Stunden Arbeit ziemlich ärgern müssen, weil die Küche wieder mal nicht aufgeräumt war, alles stand rum, // wo man dann am liebsten losballern würde, aber ich hab mich einfach hingesezt und hab die Mundwinkel nach oben gezogen.

Zitatorin:

Die Humorthérapeutin Erika Kunz. Begründerin der Inhärenz-Methode, nach der Wechselwirkungen zwischen Psyche, Körper und Stimme

aufgedeckt und für den Alltag genutzt werden sollen.

43. O-Ton:

Erika Kunz, 05:30

Und bin dabei geblieben, sag, ich bleibe jetzt dabei.
Solange bis sich auch in meinem Denken was verändert.
Und dann hat sich genau das eingestellt, // dass, wenn
wir den Mundwinkel nach oben ziehen, sich das Gehirn
nach ner Minute oder zwei, was ich festgestellt habe, an
die jeweiligen Erfahrungszusammenhänge erinnert, die
wir hatten, als wir gelacht hatten.

Sprecherin: Was aber passiert chemisch im Körper, wenn wir lächeln oder lachen? Was genau geht da vor, tief drinnen?

44. O-Ton:

Erika Kunz

15:09

Das Lachen veranlasst die Bildung von
Kathecholaminen im Gehirn, das sind eben anregende
Hormone, die den Organismus darauf vorbereiten, auf
Aggressionen zu reagieren. Diese Kathecholamine
erhöhen die Produktion von Endorphinen, also das
körpereigene Morphin, die auf den Schmerzen wieder
einwirken. Und Lachen wirkt vor allem auf das
neurovegetative System. Der Parasympathicus
verlangsamt den Herzrhythmus, bringt den Blutdruck
zum Sinken, reguliert die Atmung und die Verdauung.

Sprecherin: Dauerlächeln aber kann Depressionen, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Probleme verursachen. Wer an der Rezeption dauernd lächeln muss, es aber eigentlich nicht will, bei dem wird's schräg im Gesicht, weil die Chemie nicht mehr stimmt: außen heiter, innen wolkig. Was geht da vor im Körper? Während beim Hochgefühl Endorphine ausgeschüttet werden, was läuft da über, wenn eine süßsaure Mixtur hochkocht? Was macht das mit uns? Wir lachen uns krank.

45. O-Ton:

Lachtherapie

49:00:00

im Chor: sehr gut, sehr gut, jaa, sehr gut, sehr gut, jaa.

Sehr gut, sehr gut, jaa,

Gelächter kurz, folgend weiter unterlegen

46. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin

01:30

Lachen stärkt das Immunsystem, der ganze Stoffwechsel wird angeregt, es baut Stress ab, // es wird mittlerweile sehr stark auch im Burnout-Prophylaxe eingesetzt //, hier bin ich also auch in Firmen und Institutionen unterwegs, weil das Thema Burnout, Depressionen etcetera ein ganz ganz großes Thema in Firmen ist.

Musik 2:

Gute-Laune-Gedudel

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitatorin:

„Lachende Unternehmen haben die Nase vorn“, titelt ein Marketing Consulter. „Was wir heute in Unternehmen am meisten brauchen, ist Menschlichkeit. Und Lachen.“ Wenige Zeilen später aber heißt es: „Lachende Unternehmen sind kein Schlaraffenland. Sie bieten ihren Mitarbeitern vielmehr ständig neue Herausforderungen.“

Sprecherin: Da droht der Spagat. Und der Spaß wird doch wieder zur Pflicht. Nehmen Sie sich Arbeit mit nach Hause, und lachen Sie darüber.

47. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin

10:00

Grade im betrieblichen Gesundheitsmanagement wird ja das Thema immer mehr angefordert, // den Menschen einfach Möglichkeiten anzubieten, dass sie selbst bestimmt wieder ins Lachen kommen, dass sie es schaffen, eben auch für sich selber zu sorgen, denn das ist ja auch etwas, wovon nicht nur das Unternehmen profitiert, sondern der Mitarbeiter ja auch.

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator:

„Herr Yeo war sehr ernst. Nur wenn ich ihm in die Augen sah, brach er in Gelächter aus und schenkte mir ein breites Grinsen. Sein Lachen hatte etwas Dringliches und bedeutete: Bitte keine Fragen! Kaum wandte er den Blick ab, schaute er finster drein. Das war sehr chinesisch.“

Musik ausblenden

Atmo 6:

Monsunregen

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher: Prachin Buri, östlich von Bangkok. Seit Tagen regnet es heftig, und nun ist alles überflutet. Die Dörfer, die Felder. Man sieht ein Gehöft, dessen niedrige Gebäude bis zu den Fenstern unter Wasser stehen. Im Vordergrund waten zwei Bäuerinnen durchs Wasser, das ihnen bis zum Hals reicht. Sie lächeln in den Fotoapparat eines Zeitungsjournalisten. Dabei haben sie soeben all ihren Hausrat verloren.

Sprecherin: Cheese bis Unterlippe Oberkante. Was sollte man ihnen zurufen? Lacht doch nicht so blöd?

48. O-Ton:

Anka Zink, Kabarettistin

23:40

Ja, das ne interessante Sache. Aber ich glaube, dass die einfach in so ner Schocksituation, unter der die mit Sicherheit standen, ich weiß es nicht. Ich kann nur vermuten, dass die sozusagen ihren Hauptgesichtsausdruck aufgesetzt haben. Oder vielleicht wenn man es interpretieren möchte, noch einen Schritt weitergehend, da zu sagen: Wir haben nichts, aber wir behalten unsere Würde. Wir flennen jetzt hier nicht los. Ich meine, es ist ein asiatisches Motiv, und da geht es darum, sein Gesicht zu wahren.

49. O-Ton:

Erika Kunz, Humorthérapeutin

10:32

Wenn ich mich jetzt in die Lage dieser Frauen versetze,

du kannst in dieser Situation nichts ändern, und das was ja wirklich bleibt, man kann sich`s aussuchen. Entweder man ist völlig verzweifelt, // aber man kann eben auch lächeln und versuchen, diese Situation so gut wie möglich irgendwie zu bewerkstelligen. Man hat immer zwei Möglichkeiten. Entweder mit Humor, Humor heißt ja für mich Flüssigkeit, fließen, das Leben fließen lassen und nichts festhalten, dass wir die Situation mit Wasser bis zum Rand hoch, dass wir da einfach, das ist so verzweifelnd, dass man dann schon wieder lachen muss.

Atmo 2:

schallendes Gelächter aus der Retorte

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

50. O-Ton:

Anka Zink, Kabarettistin

24:10

Ich finde übrigens, dass diese beiden asiatischen Frauen sich da wirklich richtig extrem positiv unterschiedlich verhalten zu den ganzen Leuten, die ungefragt in jeder Fernsehshow über jeden Verlust losplärren.

51. O-Ton:

Erika Kunz, Humorthérapeutin

10:32

Das ist immer dieses Gefühl von dem Bewusstsein, was hier in Europa sehr fehlt, ich bin, und ich lebe in dem

Augenblick jetzt. Ob mir jetzt das Wasser bis zum Hals steht oder ob ich jetzt gerade im Lotto gewinne, // ich lebe und ich bin gesund, und das ist ja unser höchstes Gut. // Wir können uns ja immer zu diesem Glück entscheiden, weil das ist die Macht unserer Gedanken.

52. O-Ton:

Laotin

Lacht // redet laotisch

00:40

Zitatorin:

overvoice, versetzt darüber:

Ja, weil das ja sowieso nichts nützt, wenn sie da wütend oder enttäuscht wären. Indem sie lächeln, ist das wie ein Neuanfang. // Von wegen: das macht doch nichts. Und sie haben ja noch ihr Leben. // Wenn man sich dann selbst lächeln sieht, obwohl man Schwierigkeiten hat, dann vergisst man die auch ein Stück weit darüber. Und es bedeutet auch, dass man die Kraft hat, sich darüber hinwegzuzetzen, und ein gutes, starkes Herz.

Sprecherin:

Müang Keoduangdy. Sie stammt aus Vientiane. Laoten sind ethnisch mit Thailändern verwandt. Auch ihnen fällt das Lachen und Lächeln sehr leicht.

53. O-Ton:

Laotin lacht

01:53

dann auf laotisch // 00:10

Zitatorin:

overvoice, versetzt darüber:

Wenn wir uns anschauen, müssen wir lächeln, dann haben wir auch Glück. Das vermittelt einfach ein gutes Gefühl. Es ist wie eine Blüte, die aufgeht.

// Thailand und Laos sind Länder des Lächelns. Wenn wir uns treffen, lächeln wir uns an oder lachen, // das gehört einfach zur Begrüßung dazu: „Wie geht es dir und so weiter.“ // Und es schadet ja auch nicht. Und wenn ich mal traurig bin und lächle trotzdem, dann geht es doch gleich wieder besser.

Sprecherin: Das klingt einleuchtend, ist simpel in der Umsetzung und kostet noch immer nichts, kann außerdem verführerisch daherkommen und wird nicht nur zur Aufheiterung eingesetzt. Wer mit einem spielerischen Lächeln bezirzt wird, von dem bekommt man leichter, was man will. Lächeln als Versuch, sich damit einen Vorteil zu verschaffen. Das sollten auch Menschen der westlichen Hemisphäre hinkriegen. Von Thailändern und Laoten werden sie Farang genannt.

54. O-Ton:

Laotin auf laotisch

01:11

Zitatorin:

overvoice, versetzt darüber:

Manchmal fällt den Farang das Lächeln schwer. Sie denken zu viel. // Und oft haben sie nicht so gute Laune. // Bei ihnen kommt das Lächeln nicht so richtig von Herzen. Sie lächeln falsch, aber das ist noch immer besser als gar nicht zu lächeln.

Sprecherin:

Was ist nun falsch? Das Lächeln um des eigenen Vorteils willen? Oder zu lächeln, um seine schlechte Laune zu verbergen?

Musik 6:

Sakrale, elektronische Klänge, Gruppe Vox

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Was für Buddhisten eine der leichtesten Übungen zu sein scheint, kam früher für eingefleischten Christen als Sündenfall daher.

55. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph, 16:20

Für den Christen ist es ja eigentlich gar nicht zulässig, dass er in der Welt Freude findet, weil seine Bestimmung ist ja, sie zu überwinden.

Sprecherin: Man erinnere sich nur an den Roman „Der Name der Rose“ von Umberto Eco. Der finstere Mönch Jorge von Burgos versucht, das letzte Exemplar einer Abhandlung des Aristoteles über die Komödie geheim zu halten. Für Jorge ist das Lachen die Schwäche, die Hinfälligkeit und Verderbtheit unseres Fleisches.

56. O-Ton:

Andreas Steffens, 18:13

Die Formulierung, dass die Christen zum Lachen in den Keller gehen, woher kommt's? Wenn man den historischen Aspekt sich vergegenwärtigt, wer oder was waren // die ersten Christen und vor allen Dingen die Christen in Rom? Es waren hauptsächlich Sklaven. Es waren Menschen, die in ihrer eigenen Lebenssituation die Welt als Jammertal täglich erlebt haben. Und dann kam nun eine Lehre, die ihnen versprach, darüber hinauszukommen, das musste eine ungeheure

Sogwirkung haben, // also es kommt aus den Katakomben. Dahin mussten die ersten Christen sich zunächst flüchten, in die Katakomben. Und vielleicht kommt dieser Ausdruck, naja, dass man zum Lachen in den Keller geht, daher.

Sprecherin: Der dänische Religionsphilosoph Sören Kierkegaard befand, Lachen habe in einer Religion keinen Raum, und Friedrich Nietzsche, zunächst tief religiös, dann aber Verächter des Christentums, war sicher, dass der Mensch das Lachen erfinden musste, weil er das unglücklichste und melancholischste Tier sei.

Musik ausblenden

Atmo 7:

Thai-TV

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Atmo 8:

Marktatmo Thailand

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Nach dem Militärputsch in Thailand hielt Juntachef Prayuth Chan-o-cha an jedem Freitag auf allen Kanälen eine Rede. Die Sendung hatte den Titel:

„Returning happiness to Thai People“. Und die scheinbar allgemeine Unlust im Land des Lächelns wurde endgültig zum Politikum, als das Kultusministerium sich einmischte und vor allem die jungen Leute aufforderte, mehr zu lächeln.

Atmo harter Schnitt

Zitatorin: „Dauergrinsen statt Trauermine: Zumindest rein optisch schlägt die moderne Schönheitschirurgie der Traurigkeit ein Schnippchen. Für ein dauerhaft strahlendes Lächeln lassen sich Frauen in Südkorea die Mundwinkel hochziehen“, schreibt das Nachrichtenportal „Business Insider Australia“. Das Lifting korrigiere hängende Mundwinkel und lasse die Menschen lächeln, ohne dass sie lächeln.“

57. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

08:36

Nee, das glaube ich jetzt nicht. Sowas gibt es schon? //
Dann kriegst du die gar nicht mehr runter. // Das kann ich mir aber vorstellen, dass das auch oft dümmlich dann wirkt. Wenn du permanent mit hochgezogenen Mundwinkeln, also dass die Mimik denn so einseitig ist. // Also da würde ich mich doch nicht für entscheiden, hihhi, sowas, haha ist das lustig. // Die Asiaten sind sowieso ein komisches Völkchen, die verreisen ja auch nicht durch den Urlaub, den sie haben, und schicken dann ihre Kuscheltiere auf Reisen, wussten Sie das, ja?

Atmo 2:

schallendes Gelächter aus der Retorte

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

58. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

09:00

Denn werden die da fotografiert von dem Agent, wo es da hingeschickt worden ist, zum Beispiel Detroit, und dann werden die Kuscheltiere wieder zurückgeschickt, mit dem Bild von Detroit, wo sie selber nie hinkommen.

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator:

„Die Leute zeigten auf den Zwerg, einige quiekten oder schrien überrascht auf. Ein Kind sah ihn und brüllte es seiner Mutter zu. Und auf einmal - das war am merkwürdigsten - bemerkte ihn eine Gruppe von 15 Taubstummen. Geräuschlos begeistert gestikulierten sie wild, versuchten ihn zu umzingeln, ohne zu merken, wie lächerlich ihr Auftritt wirkte. Nun lachten die Leute über die Taubstummen **und** den Zwerg.“

Musik ausblenden

Atmo 3:

Straßenverkehr

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher: Anfang der Neunziger Jahre: Arbeite als Taxifahrer. Langweilige Nachtschicht. Werde gegen vier Uhr zu einer Fahrt gerufen. Kutschiere hin und halte an. Kleiner Mann steht da. Öffnet die Beifahrertür, steigt ein und beugt sich herüber. Sieht ein bisschen kaputt aus, der Typ, und meint: „Fahren Sie mich bitte in`n Schlachthof.“ Lache ihm spontan ins Gesicht - und hab hin dann hingefahren.

59. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

11:57

Fette Lache

Das ja auch genial. Was wollte der denn des Nachts im Schlachthof? Hahaha. Das kann man ja auch missverstehen das Ganze, ja. Hahaha.

Sprecherin: Leicht lacht sich`s über andere. Man ist selbst aus der Schusslinie, amüsiert sich kostenlos, ohne selbst Schaden zu nehmen, und kann sich gleichzeitig mit anderen Lachern gemein machen. Nicht, dass man etwas dagegen hätte.

60. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess, 14:10

Ach mit den vierlagigen Röcken, // ja, das hatten Sie gelesen in meinem Buch, ne. Wir haben oft Gastarbeiterflüge nach Antalya oder Gaziantep oder Kayseri, // und da ist ne etwas korpulentere Frau auf die Toilette gegangen, und beim Spülen der, also es ist ja //

so ne automatische Toilette, da ist der Rock in der Spülung hängengeblieben und hat sich festgesaugt, und dann hat sie geklingelt und kam nicht mehr von der Toilette hoch.

Atmo 2:

schallendes Gelächter aus der Retorte

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

61. O-Ton:

Renate Rössel, Stewardess

14:40

Das war natürlich en Problem, die jetzt erst mal wieder da runterzubekommen, weil der Rock festhing in diesem Chemoklo. // Wir haben ja kaum Scheren und Messer an Bord, aber wir hatten so ne kleine für Milchtüten zu öffnen, so ne kleine Schere dabei, und damit haben wir denn ihren Rock abgetrennt, das war so lustig, als die denn von der Toilette war, hatte die vorne nen langen Rock und hinten nur noch paar Fransen hängen. Hehehe, // da haben wir wirklich alle gelacht, ja.

Atmo harter Schnitt

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator: „Ich umklammerte den Türgriff. Mein Kopf schlug gegen den Vordersitz. Ich fürchtete, aus der gegenüberliegenden Tür geschleudert zu werden, wenn ich losließ. Ich glaubte, Fräulein Sun schreien zu hören, aber das Motorgeräusch und der Wind waren viel lauter. Das Ganze dauerte vielleicht sieben Sekunden. Herr Fu lachte. Es war ein aus blinder Angst geborenes Krächzen und bedeutete: Gott, was jetzt?“

Zitatorin: Paul Theroux auf dem Weg durch Tibet. Der Fahrer, ein Chinese, hat soeben einen Unfall gebaut, für Tibeter ein Heidenspaß.

Zitator: „Ich winkte den näher kommenden Lastwagen und freute mich, als sie bremsen. Der Konvoi bestand aus drei Wagen, und als sie anhielten, trotteten die Tibeter langsam auf uns zu und lachten vergnügt über das umgefallene Auto, den grabenden Herr Fu und Fräulein Sun, die wie eine Irre mit ihren Stapeln von Plastikresten auf dem Boden hockte. Es waren sieben Tibeter. Mit ihrem Lachen, den zerdrückten Hüten und abgelaufenen Schuhen sahen sie aus wie Retter in der Not.“

62. O-Ton:

Anka Zink

08:20

Leider // gibt es manchmal so ne Halbironie. Also wo so`n schiefes Lächeln, um es im Bild zu sagen, auftritt. Und das finde ich häufig sehr ärgerlich, // also als jemand, der sich mit Komik jetzt schon seit vielen vielen Jahren befasst, ist das einfach ne Form der Überheblichkeit, die da gewählt wird, um sich selber abzugrenzen von etwas, was man selber nicht auf die

Kette gekriegt hat. Also es sind diese Leute // die lächeln mit heruntergezogenen Mundwinkeln. Und das sieht einfach falsch aus. Und soll ich ihnen was sagen: es ist auch falsch. // Probieren Sie`s einfach mal aus. Lächeln Sie, und ziehen Sie dann die Mundwinkel herunter, dann merken Sie, in was für einen Konflikt Ihre Gesichtsmuskulatur kommt, // wenn man sich selber nicht gewahr ist, was man gerade tut.

63. O-Ton:

Ausschnitt aus einer Talkshow

einen Moment freistehen lassen,

kurz weiter unterlegen:

Sprecher:

Fernsehtalkshows sind eine hervorragende Bühne für verächtliches Lachen, böses Lächeln oder selbstgefälliges Grinsen. Man weiß, dass man damit die anderen Gesprächspartner in Rage versetzt, und hofft, dass die darüber unsachlich werden.

64. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

25:42

Es ist ne Art von Herablassung, da wird Verachtung signalisiert. So als ob es überhaupt keine Möglichkeit für den anderen gäbe, sich zu verteidigen oder überhand zu gewinnen. Also das ist schon ne ziemlich schwere Probe auf Gelassenheit, // aber das besonders Gemeine dabei ist: Es ist ja im Grunde die Haltung eines Idioten, der den anderen auslacht, den er für einen Idioten hält.

So.

Musik 7:

aggressive, gemeine Klänge

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher:

Manche Politiker legen lässig lächelnd die Vorzüge von scheinbar dringend benötigten Prestigeprojekten dar. Während der Zuschauer am liebsten vor Wut in den Fernseher springen würden.

65. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph

27:30

Und ich denke, dem kann man sich einfach dadurch entziehen, dass man ja weiß, man selber ist kein Idiot und man sich auf den Kampf, der da eröffnet wird, von dem dieses Dauergrinsen signalisiert, dass man ihn nicht gewinnen kann, dass man sich darauf gar nicht einlässt. Dass man sich auf diese Herabwürdigung zum Idioten, dem ein anderer immer überlegen ist, nicht einlässt. // (28:00) Es ist die pure Provokation. Aber nichts dahinter. Es ist die Suggestion, naja, ihr könnt machen, was ihr wollt, ich bin euch immer überlegen. Und das ist natürlich Unsinn.

Sprecher:

Und während sie sich köstlich amüsieren ob ihrer vergnügt vorgetragenen Dreistigkeiten, zeigen sie Zähne.

66. O-Ton:

Anka Zink, Kabarettistin, 21:00

Das Lächeln an sich ist ja ne Mischung aus, jetzt von der Verhaltensforschung her, zwischen Zähne zeigen und Befriedung. Also ich zeige die Zähne, ich reiße das Maul auf, ich könnte dich beißen, oder ich halte die Zähne zusammen und ziehe aber die Mundwinkel auseinander, ne, bis hin zu ner Neigung des Kopfes und so weiter bis hin zur Verletzlichkeit, die man suggeriert auf der anderen Seite, ja. // Der Lacher der aggressive, das ist wiederum, das gehört in den Bereich der Waffe. // Das ist eine Art, Machtpositionen zu verteilen, und das ist eine Art, Mehrheiten zu gewinnen.

Zitatorin:

~~„Gewiss enthält das Lachen in seinem Ursprung die Freude an einer Beute oder Speise, die einem als sicher erscheint“, schreibt Elias Canetti. „Ein Mensch, der fällt, erinnert an ein Tier, auf das man aus war und das man selber zu Fall gebracht hat. Jeder Sturz, der Lachen erregt, erinnert an die Hilflosigkeit des Gestürzten; man könnte es, wenn man wollte, als Beute behandeln. Man würde nicht lachen, wenn man sich`s wirklich einverleiben würde. Man lacht **anstatt** zu essen. Die entgangene Speise ist es, die zum Lachen reizt. Der Mensch allein hat es gelernt, den vollkommenen Prozess der Einverleibung durch einen symbolischen Akt zu ersetzen. Es scheint, dass die Bewegungen, die vom Zwerchfell ausgehen und fürs Lachen charakteristisch sind, eine Reihe von inneren Schlingbewegungen des Leibes zusammenfassend ersetzen.“~~

Sprecherin:

Oft verbirgt sich hinter einem Lachen die geballte Aggression. „Wenn ich wollte, könnte ich dich fertig machen!“ Tatsächlich wird man manchmal mit Gelächter konfrontiert, das einen zurückschrecken lässt.

67. O-Ton:

Andreas Steffens, Philosoph, 21:25

Es ist das Signal: Ich will keinerlei Feindschaft oder Gegnerschaft haben, aber wenn`s dazu kommen sollte oder müsste, dann wäre ich nicht nur bereit, sondern auch fähig sie durchzuführen. Und es betrifft zum Beispiel bis heute eine der Grundkonstellationen unserer weltpolitischen Lage. Nicht, wir leben jetzt // Jahrzehnte in einem, in Europa jedenfalls, in einem Frieden, der nicht zuletzt auf dieses weltumspannende atomare Patt zurückzuführen war. Inzwischen gibt`s da ja bröckelnde Erscheinungen. Aber dem anderen zeigen, wenn du versuchst mich zu vernichten, werde ich dasselbe mit dir tun können, und werde auch bereit sein, das zu tun. Also es ist derselbe Mechanismus.

Atmo 9, Archiv:

Kriegsgeräusche

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin:

Bei internationalen Konferenzen lächeln sich spinnefeinde Minister gegenseitig an. Keep smiling zu small talk über todernste Themen.

Zitatorin:

„Ein Lächeln entwaffnet“, schrieb 1970 der Verhaltensforscher Irenäus Eibl-Eibesfeldt. „Erst kürzlich las ich von einem amerikanischen Sergeanten, der sich plötzlich zwei Vietcong-Soldaten gegenüber befand. Sein Gewehr versagte, und da lächelte er, was seine Gegner hemmte. Misstrauen und Angst ließen den angebahnten Kontakt jedoch sofort wieder ersterben. Der Amerikaner lud durch und tötete seine Gegner.“

Atmo noch einmal hochziehen, kurz freistehen lassen,

dann ausblenden

Sprecherin: Was aber, wenn sogar die lächeln, die sich am Leid der anderen weiden.

Zitatorin: „Dieses verdammte Lächeln. Immer wieder geht ein Ruck durch die Zuschauerreihen, wenn Anders Behring Breivik den Arm zum nationalistischen Gruß streckt. Eine Geste der gezielten Provokation, des Hasses“, schreibt der Kulturtheoretiker Klaus Theweleit in seinem Buch „Das Lachen der Täter“. Obwohl sie auf den Gerichtstag vorbereitet wurden, ringen die Opfer und Angehörigen der Opfer um Fassung.“

Sprecherin: Eine der Überlebenden, die Breivik durch einen Sprung ins Wasser entkam, schilderte, wie das Gelächter des Killers sie beim panischen Fortschwimmen von der Insel begleitete.

Zitatorin: „Nach dem exzessiven Lachen – dem Ausbruchs- oder Durchbruchslachen beim Morden auf Utøya – schaltet er um auf entspanntes Lächeln vor Gericht. Er hat sein Teil erledigt. Er ist im Lot.“

Sprecherin: Kämpfer des so genannten Islamischen Staates schneiden grinsend Köpfe ab, SS-Schergen drehen lachend Gashähne auf. Jugendliche verprügeln grundlos Busfahrer, und machen per Smartphone ein Video daraus. Man sieht sie dann auf Facebook ablachen, während der Fahrer am Boden liegt.

Zitatorin: „Aus dem Herzen – der bekannten Mördergrube. Lachen im Angesicht der eigenen Mordtaten steht weit oben auf der Liste der Dinge, die das Herz höher schlagen lassen“, schreibt Klaus Theweleit weiter. „Das Herz schlägt

nicht nur, es schlägt auch: tot.“

Atmo 10, Archiv:

Babylachen

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecherin:

Dabei fängt alles so unschuldig an. Babies lachen nach vier bis sechs Monaten zum ersten Mal, angeblich indem sie die Eltern zu imitieren versuchen, die über ihnen Heiterkeiten von sich geben.

Zitatorin:

Der Kulturwissenschaftler Rainer Stollmann erzählt vom Urlachen, wie es entstanden sein könnte: „Es war vor acht Millionen Jahren. Eine Mutter, ein Säugling, Abstillen ist geplant, Entwöhnung. Die Mutter will dem Kind bedeuten: Ich liebe dich, aber lass mich jetzt mal in Ruhe. Sie kitzelt. Das Kind empfindet Aggression und Liebe zugleich, will weder hin zur Mutter noch reflexhaft weg – es bricht den Reflex und explodiert. Das Lachen ist geboren. Kitzlig wird es, wenn man an Grenzen geht – und die erste Grenze, an die Säugetiere gehen können, ist die Körperhaut. Dabei steht die Haut für das Urvertrauen des Säuglings, an dem gekitzelt wird, ohne dass es ernsthaft bedroht ist. Nur so kann gelacht werden.“

Musik 4:

Chinesische Instrumentalklänge, Xiu Fengsha

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Zitator: „Nach einer Weile sahen wir, wie in einem Garten ein Kind von seiner Mutter verprügelt wurde. Der kleine Junge bekam eine solche Abreibung, dass er jämmerlich heulte und ganz außer sich geriet. Er schlug nach seiner Mutter, nässte ein und brüllte wie am Spieß. Die gängige chinesische Reaktion auf einen verzweifelten Menschen ist Lachen, und bald fanden Herr Wei und die anderen Umstehenden das gequälte Kind urkomisch.“

Musik ausblenden

68. O-Ton:

Gisela Dombrowsky, Lachtherapeutin

04:50

Beim Lachen schalten wir den Verstand aus. Denn wir können nicht gleichzeitig denken und lachen.

Sprecherin: Kinder wohl eher nicht, aber wir schon. Wie ging das noch? Lachen ohne zu denken, lachen ohne alles, das wahre Lachen?

Atmo 11:

US-Open, Zuschauerjubiläum beim Titelgewinn von Angelique Kerber

einen Moment freistehen lassen,

folgend weiter unterlegen:

Sprecher: Angelique Kerber hat 2016 in Flushing Meadows die US-Open gewonnen. Sie schlägt die Hände vors Gesicht, dann nimmt sie sie wieder herunter. Ihr Siegerlächeln wirkt sowas von echt-

Sprecherin: Also doch lächeln, möglichst gut und möglichst lange? Gegen das Denken

anlachen? Oder doch lieber eine Lachtherapie? Was sollen wir tun? Vor dem Spiegel üben? Oder halten wir es mit Kurt Tucholsky? „Lerne lachen ohne zu weinen.“ Schaffen wir das?

Musik 8: *Smile Songtext, Charlie Chaplin*
einen Moment freistehen lassen,
folgend weiter unterlegen:

Sprecherin: Es gibt Menschen, die sterben mit einem Lächeln auf den Lippen.

Musik noch einmal hochziehen,
folgend weiter unterlegen:

Zitator: Lach doch mal!

Zitatorin: Gespielte Heiterkeit in ernstesten Zeiten.

Zitator: Ein Feature von Dieter Jandt.

Zitatorin: Es sprachen:

Zitator: Ton und Technik: ...

Regie: Uta Reitz.

Redaktion: Klaus Pilger.

Produktion: Deutschlandfunk, 2017.