



Tief im Bauch beginnt das Lachen, so der Geleontologie-Experte Berthold Komesker - FOTO MROSEK



Am Ende des Prozesses biegt sich dann der ganze Körper in einem wahren Lachanfall - FOTO MROSEK

Finanzbeamtem ist das Lachen nicht vergangen

PLANUNG: Im Ruhestand gründet Berthold Komesker Club für Gleichgesinnte

Dem Mann ist das Lachen nicht vergangen. Ganz im Gegenteil, seitdem der Süder Finanzbeamte und Steuerprüfer Berthold Komesker sich im Ruhestand befindet, hat er diese Art der spontanen Gefühlsäußerung nicht nur erforscht und perfektioniert. Jetzt will er auch den ersten „Lach-Club“ der Region gründen.

VON CHRISTOPH MROSEK

„Lach-Club?“ Vielen Mitmenschen entlockt alleine dieser Ausdruck eher ein Stirnrunzeln denn eine fröhliche Äußerung. Eine Erfahrung, die auch Berthold Komesker in den letz-

ten Monaten immer wieder gemacht hat.

Doch hinter dem etwas seltsam anmutenden Namen verbirgt sich eine weltweite Bewegung, die auch in der Bundesrepublik immer mehr Anhänger findet. Ihnen geht es vor allem darum, die, therapeutischen Effekte des Lachens zu erforschen und zu nutzen. Schließlich, so Berthold Komesker, wurde der Satz „Lachen ist die beste Medizin“ nicht umsonst zu einem geflügelten Wort.

Doch um das Lachen nutzen zu können, muss zunächst einmal gearbeitet werden. Und zwar an sich selbst - denn eines muss der potenzielle „Lacher“

zunächst einmal ablegen. Nämlich die Hemmung, seine Gefühle zu zeigen. „Die meisten Menschen trauen sich nicht, auch in der Öffentlichkeit herzlich zu lachen. Das muss und kann man aber trainieren“, so der Süder von der Daimlerstraße.

„Gelotologie“ ist eine Wissenschaft

Er wurde mit dem Lach-Virus übrigens durch einen Bekannten infiziert der ihn nach Osnabrück mitnahm, wo der nächste Lach-Club beheimatet ist. Dort lernte der frühere Finanzbeamte nicht nur die theoretischen Aspekte der Gelotologie (Wissenschaft vom Lachen

abgeleitet vom griechischen Wort Gelos - Gelächter) sondern auch die praktischen Übungen. Denn, Lachen ist nicht nur eine spontane Gefühlsäußerung, sondern kann auch systematisch in verschiedenen Erscheinungsformen gelernt werden. Dass dabei so lustige Namen wie „Das Löwenlachen“ oder das „Ein-Meter-Lachen“ herauskommen, versteht sich fast von selbst. Am ersten Sonntag im Mai wird der Weltlachtag gefeiert, in diesem Jahr mit einem Humorkongress in Stuttgart. Und kurz darauf soll die Geburtsstunde des Lach-Clubs in Recklinghausen schlagen.

- siehe Daten und Fakten

DATEN & FAKTEN

Siehe dazu Text „Finanzbeamtem ist das Lachen nicht vergangen“ auf dieser Seite

◆ Die Entstehung der Lachbewegung

Der indische Arzt Dr. Madan Kataria erforschte in den 90-er Jahren das „Lachen ohne Grund“. Er gründete im Park von Bombay den ersten Lach-Club und entwickelte das Hasya-Yoga, das „Yoga des Lachens“. Die Bewegung breitete sich schnell über den Erdball aus, parallel entwickelte sich die Gelotologie, die das Lachen wissenschaftlich erforscht. Deutschlands erster Lach-Club wurde 1998 in Wiesbaden gegründet. Dort befindet sich auch heute noch das Zentrum der Lachbewegung. Des- sen Leiterin, Gundula Steiner Junker, hat inzwi- schen mit zahlreichen Auftritten in den Medien die Bewegung weiter ausgebaut. Inzwischen gibt es deutschlandweit rund 35 Clubs, die immer am ers- ten Sonntag im Mai den Weltlachtag mit verschie- denen Projekten gestalten.

◆ Gelotologie

Den Grundstein der Gelotologie, der Wissenschaft vom Lachen, legte Ende der 70-er Jahre der Jour- nalist Norman Cousins, der sich selbst eine Lach - Therapie verordnete, als er an der Knochenkrank- heit Morbus Bechterew erkrankt war. Die Spaß-

Medizin schlug an, Cousins wurde wieder gesund. Später gründete er an der Universität von Los An- geles eine Abteilung für therapeutische Humorfor- schung.

Heute zählt die „Amerikanische Vereinigung für the- rapeutischen Humor“ mehr als 600 Ärzte und Psy- chologen in ihren Reihen.

◆ Die CliniClowns

Eine Errungenschaft der Lach-Bewegung sind die so genannten „CliniClowns“, die in Hospitälern ein- gesetzt werden. Die Vorzeigefigur der Humor- Mediziner ist dabei Patch Adams, der 1999 von Robbi Williams dem gleichnamigen Film dargestellt wurde. Auf seine Initiative hin wurden in den USA Clowns in Kliniken eingestellt. Inzwischen gibt es auch in Deutschland Vertreter dieser Zunft.

◆ Lach-Klub RE

Berthold Komesker will im Mai den ersten Lach- Club in Recklinghausen gründen. Er ist unter ☎ 6514 28 erreichbar. Nähere Infos über die Bewe- gung gibt es im Internet unter www.lachclub-recklinghausen.de. Von dort führen Links zu weite- ren Info-Seiten.

sek