

Um 3 nach 6 sind Menschen am lachlustigsten

Von Monika Eschborn

Warum und worüber wird gelacht? Dies untersuchte die Autorin und Yogalehrerin Karin Burschik am Abend des ersten Kongresstages in ihrem facettenreichen Vortrag „Humor für Anfänger und Erleuchtete“. Dabei nahm sie alle Formen des Humors unter die Lupe – vom physischen Humor (etwa Slapstick wie Tortenwerfen) über Ironie, Sarkasmus und schwarzem Humor bis zu Wortspielen, Kalauern* und Schlagfertigkeit. Einleuchtend für die Lachyogis: „Anfänger des Lachens“, so Karin Burschik, „brauchen oft noch einen ordentlichen Witz, damit das Bäuchlein hüpf.“ Was aber nicht bedeuten sollte, dass Lachyogis einem solchen abgeneigt wären. Bei Karins Frage „Warum sind Blondinenwitze so kurz?“ kam die prompte Antwort „Damit auch Männer sie verstehen können“ von einem männlichen Teilnehmer aus dem Publikum, der dafür kräftiges Lachen erntete.

Karin ging auf eine groß angelegte Studie des englischen Professors für Psychologie Richard Wiseman ein (www.laughlab.co.uk), bei der eine halbe Million Menschen aus 70 Ländern 40.000 Witze einschickten und 1,5 Millionen Bewertungen auf einem Lachometer abgaben. Dabei wurden folgende bahnbrechenden Erkenntnisse gewonnen: Um 18.03 Uhr sind Menschen am lachlustigsten, am wenigsten lachfreudig um 1.30 Uhr. Man lacht mehr zur

Monatsmitte und weniger am Monatsanfang und -ende. Am erfolgreichsten sind Witze mit 103 Wörtern. Und das witzigste Tier ist die Ente. Karins scharfsinnig kombinierter Tipp an Männer, die ihre Traumfrau beeindrucken wollen: „Führt sie am 15. aus und erzählt ihr um 18.03 Uhr einen 103 Wörter langen Witz über eine Ente. Dann wird sie lachen und euch ganz süß finden!“

Was das Publikum trotz geballter Lachkraft doch überraschte: In Deutschland sollen laut Studie die lachlustigsten Menschen leben. In Karins „Humorlabor“** durften die Kongressteilnehmer dann austesten, inwieweit sie selbst Lachtreffer landen konnten. Zum Abschluss ihres pointenreichen Vortrags schlug Karin noch den Bogen zur Spiritualität und zog Parallelen zwischen Meditation und Lachen – auch zwischen Meditation und Lachyoga, das sie als „Lachen ohne Form“ bezeichnete.***

Kompletter Artikel auf der Seite [Yogi-Lachen](#) von Gabriela Leppelt-Remmel.

Anmerkungen:

*Kaulauer

Was sind Kaulauer? – Karin Burschik: „Buchstaben von A bis J, weil die auf das K lauern.“

**Humorlabor

Im „Humorlabor“ ging es darum, von Karin Burschik gezeigte, lustige Fotos mit passenden, witzigen Bildunterschriften zu versehen:

Baby mit Spinat im Gesicht. – Etwa: „Hätte ich doch besser den weißen Rasierschaum nehmen sollen.“

Kirche, vor der zwei Schilder zum Ort Elblang weisen – allerdings in entgegengesetzte Richtungen. – Etwa: „Alle Wege führen nach Elblang.“

Feuerwehrmann, der auf einem Stuhl sitzend in aller Seelenruhe ein brennendes Haus mit Wasser anspritzt. – Etwa: „Cooler Job!“

Landwirtschaftliches Feld mit vielen, kreuz und quer laufenden Linien. – Etwa: „Bauer sucht Frau.“

*** Parallelen zwischen Meditation und Lachen:

Beide bringen uns ins Hier und Jetzt.

Beide öffnen das Herz.

Bei beiden gibt es jeweils eine Variation mit und ohne Form: Bei der Meditation mit Form konzentriert man sich auf ein Meditationsobjekt; Lachen mit Form ist Lachen über einen Witz. Meditation ohne Form ist im Hier und Jetzt bewusst zu sein; Lachen ohne Form ist Lachyoga.