

**„Lachen ist gesund?“ -
eine volkstümliche und medizinische Binsenwahrheit
im Spiegel der Philosophie**

Inaugural-Dissertation
zur Erlangung des Doktorgrades

am Fachbereich Philosophie und Geisteswissenschaften
der Freien Universität Berlin

vorgelegt von **Susanne Schroeder**
aus Berlin

Tag der Disputation: 1. Februar 2002

1. Gutachter: Prof. Dr. Manfred Wetzel (Uni Hamburg)

2. Gutachter: Prof. Dr. Thomas Macho (HU Berlin)

Zusammenfassung:

Das Lachen wird landläufig als Ausdruck allgemeinen Wohlfühls und Glücks verstanden und begrüßt. Dabei stehen meist psychologische oder soziologische Erwägungen im Vordergrund. Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Frage, ob das Lachen wirklich gesund ist. Anlaß zu dieser Frage waren die in letzter Zeit sich häufenden Medienberichterstattungen über Strategien, das Lachen auf einer breiten medizinischen Ebene als Medikament einsetzen zu wollen.

Die im 1. Kapitel genauer dargestellten Therapieansätze und Untersuchungsergebnisse zeigen, daß die Binsenwahrheit „Lachen ist gesund“ weder medizinisch-biologisch abgesichert noch soziologisch-psychologisch einleuchtend diagnostiziert bzw. therapeutisch belegt ist. Aufgrund der festzustellenden Ungenauigkeiten und Unsicherheiten hinsichtlich einer genaueren Bestimmung dessen, was je unter „Lachen“ oder „Humor“ verstanden wird,

soll im 2. Kapitel die Philosophiegeschichte befragt werden. Dabei wird deutlich, daß die klassischen Positionen sich dem Lachen gegenüber eher kritisch verhalten und von einer Empfehlung des Lachens keine Rede sein kann.

Das 3. Kapitel beschäftigt sich mit der körperlichen Grundlage des Lachens – dem Zwerchfell und seiner Deutungsgeschichte.

Im 4. Kapitel wird das Überschneidungsfeld von Philosophie und Medizin anhand einschlägiger Texte von Descartes, Kant, Novalis, Schopenhauer und Freud geprüft. Dabei zeigt sich, daß alle moderne philosophisch-physiologische Beschäftigung mit dem Lachen den gleichen Problemkomplex zur Grundlage hat: das Spannungsfeld von Melancholie und Hypochondrie. Descartes erarbeitet sein Konzept des Lachens als mechanisch fundiertem Selbstbezug vor dem Hintergrund einer vergeblichen Suche nach der ominösen „schwarzen Galle“ der Melancholie; Kant und Novalis waren bekennende Hypochonder, Schopenhauer begleitet die Erbschaft der Hypochondrie in der Rückenmarkanalyse und Freud leitet die somatische Erregungsenergie des Lachens aus der Neurose ab.

Das 5. Kapitel belegt, daß die Frage nach dem Lachen, vor allem die hoffnungsvolle Formulierung „Lachen ist gesund“, sich als hypochondrisch begründet erweist; sie hat ihre Wurzeln im urmelancholischen Zweifeln und Hadern mit den Lebensumständen.

Abstract:

„Laughter is the Best Medicine“ –
A Popular and Medical Truism in the Light of Philosophy

Laughter is commonly understood and accepted to be the expression of general well-being and happiness. The background are psychological and sociological considerations. This study examines the question whether laughter is actually the best medicine. The reason for this question was the recent spate of reports in the media about strategies to use laughter as a medicament at all medical levels.

In Chapter 1, the review of therapeutic approaches and research findings will show that the truism „laughter is the best medicine“ did neither get medicinal-biological support nor plausible socio-psychological diagnosis or therapy. As there are inaccuracies and uncertainties about the exact definition of what is „laughter“ and what is „humour“, Chapter 2 will consult the history of philosophy. This will show that classical positions are rather critical towards laughter and recommending it is out of the question.

Chapter 3 deals with the physical basis of laughter – the diaphragm and the history of its interpretation.

Chapter 4 reviews the overlapping area of philosophy and medicine in the relevant texts of Descartes, Kant, Novalis, Schopenhauer and Freud. This will show that any modern philosophical-physiological study of laughter is concerned with the same issue: the field of melancholia and hypochondria. Descartes elaborates his concept of laughter as a mechanically founded self-reflex on the background of the futile search for the elusive „black gall“ of melancholia; Kant and Novalis were confessed hypochondriacs; Schopenhauer follows the legacy of hypochondria in the analyses of the spinal marrow, and Freud deduces the somatic stimulus energy of laughter from neurosis.

Chapter 5 will prove that the question of what is laughter, mainly its hopeful wording „Laughter is the best medicine“ is based on hypochondria; it has its roots in primal melancholic doubt and quarrel with living conditions.

Inhaltsverzeichnis

0	Einleitung	1
1	"Lachen ist gesund?" - eine Präsentation gegenwärtiger Untersuchungsansätze zur Nutzbarmachung des Lachens	3
1.1	Krankenhaustherapie	3
1.2	Humor in der psychotherapeutischen Praxis	4
1.3	Der gegenwärtige Stand der wissenschaftlichen Forschung: Messen und Zählen	6
1.4	Zusammenfassende Betrachtung	16
2	Das Lachen und die Philosophie Historischer Überblick der wesentlichen Positionen	19
2.1	Vor allem: Lachen in Mythos und Religion	19
2.2	Platon und die gefährliche Lust im Lachen	24
2.3	Aristoteles' gemäßigtes Lachen	27
2.4	Hellenismus: Steuerung des Lachens und Kampf um Würde	29
2.5	Die Vereinnahmung des Lachens in mittelalterlichen Traditionen	30
2.6	Lachen in England - degradierend oder kontrastierend	31
2.7	Lachen in Deutschland	33
2.8	Der letzte Stand der Dinge: Lachen im 20. Jahrhundert	37
2.9	Zusammenfassung	38
3	Krämpfe und Kämpfe um die Mitte - Bedeutungsverschiebungen in der Geschichte des Zwerchfells	41
3.1	Zusammenfassung	51
4	Die Philosophie und das Lachen im Dialog mit der Medizin	54
4.1	Exkurs: Panorama der Barockmedizin	54
4.1.1	Henricus Regius: "De Affectibus animi" (1650)	62
4.1.2	Zusammenfassung	66
4.2	Descartes - Lachen als mechanisch fundierter Selbstbezug	67
4.2.1	Lachen als körperliches Phänomen	67
4.2.2	Zwischenergebnis	71
4.2.3	Lachen als Ausdruck eines Affekts	71
4.2.4	Die Frage der Verbindung von Physiologie und Affektivität des Lachens	73
4.2.5	Zusammenfassung	76
4.3	Exkurs: Panorama der Aufklärungsmedizin	80
4.3.1	Albrecht von Hallers Lehre von der Irritabilität und Sensibilität	80
4.3.2	Georg Ernst Stahls "Animismus"	81
4.3.3	Der Irritabilitätsdynamismus von John Brown (1735-1788)	83
4.3.4	Die medizinhistorische Bedeutung der Affekte im Aufschein der Aufklärung	86
4.3.5	Zusammenfassung	88
4.4	Kant - Lachen als diätetischer Tipp	90
4.4.1	Lachen als verdauungsförderndes Phänomen	90
4.4.2	Lachen als Ausdruck eines Affekts im Spannungsfeld	

von Sthenie und Asthenie	96
4.4.3 Der Witz als Anlaß des Lachens: Kontrast und Abfuhr	101
4.4.4 Zusammenfassung	104
4.5 Novalis - Lachen als hypochondrische Kur	107
4.5.1 Lachen als Erscheinung von Elektrizität	111
4.5.2 Der willkürliche Lachkrampf als Heilmittel	119
4.5.3 Zusammenfassung	124
4.6 Schopenhauer - Lachen als Reflex	126
4.6.1 Zur naturwissenschaftlichen Kompetenz Schopenhauers	126
4.6.2 Lachen als Reflex	129
4.6.3 Der Lachreflex und das Denken	137
4.6.4 Das Lachen als Bewegung der Selbsterhaltung	140
4.6.5 Zusammenfassung	141
4.7 Freud - Lachen als Spareffekt	143
4.7.1 Zum Entstehungshintergrund von Freuds Abhandlung über den Witz	143
4.7.2 Die Mechanismen des Lachens - Lust und Abfuhr	145
4.7.3 Exkurs: Herbert Spencer - The Physiology of Laughter	147
4.7.4 Zwischenergebnis	150
4.7.5 Noch einmal Elektrizität - Lachen im Spannungsfeld von besetzender Erregung und abführender Befreiung	151
4.7.6 Lachen als ökonomische Entladung	159
4.7.7 Zusammenfassung	161
5 Schlußbetrachtung: Alles moderne Fragen nach dem Lachen ist hypochondrisch	163
Literaturverzeichnis	174

Susanne Schroeder

Kaiser-Friedrich-Str. 92
10585 Berlin
342 75 65
susann.schroeder@t-online.de

geboren am 5.7.1958
in Berlin

Ausbildung

Lessing-Gymnasium

Berlin

Abschluß: Abitur

1971 - 1977

Evangelische Kirche Berlin-Brandenburg

Institut für katechetischen Dienst

Ausbildung zur Religionspädagogin mit B-Abschluß

1977 - 1981

Evangelische Kirche Berlin-Brandenburg

Institut für katechetischen Dienst

Ausbildung zur Religionspädagogin mit A-Abschluß
(Lehrbefugnis bis zur 13. Klasse)

1984 - 1987

Seitdem durchgängige Tätigkeit an Berliner Schulen und
Ausbildungstätigkeit im Fachbereich „Methodik und Didaktik des Religionsunterrichts“

Nebenberufliches Studium der Philosophie

1988 - 91 TU Berlin, 1991 - 96 FU Berlin

Abschluß: M.A. (1. Hauptfach)

1988 - 1996

Nebenberufliches Studium der Kulturwissenschaften

Humboldt - Universität Berlin

Abschluß: M.A. (2. Hauptfach)

1992 - 1996

Nebenberufliche Arbeit an einer interdisziplinären Promotion in den Fächern Philosophie und Kulturwissenschaften

Freie Universität Berlin / Humboldt - Universität Berlin

seit 1998

Ausbildung im Bereich „Philosophische Praxis“

Hochschuldidaktisches Zentrum der Alice-Salomon-Fachhochschule Berlin

Seitdem ständige Moderation verschiedener Philosophischer Cafés nach Marc Sautet

1998-1999