

Alle wollen Spaß! – Aber wo bleibt die Heiterkeit?

Seit vielen Jahren inflationär gebraucht, dringt es – wie eine Welterklärungsformel – in jede Ritze unserer Sprachäußerungen: das Wort "Spaß". Dieses eine Wort scheint alles auszufüllen und erklären zu wollen, was das Leben an geistiger Reichhaltigkeit zu bieten hat. Für mich steht dieser Ausdruck somit schon lange unter dem Verdacht, das kollektive Bewusstsein für Unterschiede zu entschärfen. Denn das Wort "Spaß" scheint alles ein- und unterzuordnen, was auch in das Besondere, Erhabene, Außergewöhnliche, Ideale und Aufregende unterschieden werden könnte. Man steht somit vor der Frage: Was soll ins Abseits gerückt werden? Oder ist es nur der modernen Zeit geschuldet, dass wir der Mannigfaltigkeit unseres Wortschatzes so wenig Zutrauen schenken? Dies Anlass genug, einmal genauer hinter die Kulissen zu schauen und das Wort "Spaß" in Beziehung zu dem Wort "Heiterkeit" zu setzen. Im Folgenden soll zudem der Frage nachgegangen werden, ob es sich lohnt, den eigenen Wortschatz zu überprüfen oder sich zu fragen, ob man ein heiterer Mensch ist.

Das Wort "Spaß" kommt aus dem italienischen "spasso" und meint so viel wie: Zerstreuung, Zeitvertreib oder Vergnügen. Wir verwenden das Wort heute bei vielen Tätigkeiten, die "Spaß machen" sollen. Vor allem soll Arbeit oder Schule Spaß machen und in unserer Freizeit erwarten wir Vergnügen sowieso. Seltener ist zu hören, dass vor dem Spaß die Arbeit kommt. Diese Denkgewohnheit führt letztendlich dazu, dass sich hinter dem Terminus "Spaß machen" eine falsche Erwartungshaltung verbirgt, die allzu oft der Alltagsrealität nicht standhalten kann. Denn mit nachlassender Spaßhaftigkeit schwindet oftmals auch der Wille zum Durchhalten. Anders verhält es sich mit dem Begriff der Heiterkeit. Angesichts der Frage, was man eigentlich unter Heiterkeit versteht, wird man unversehens an die täglichen Wetternachrichten erinnert. "Heiter" oder "heiter bis wolkig". Wir schauen morgens aus dem Fenster, die Sonne strahlt und unsere Stimmung steigt bei dem Gedanken, dass die Aussichten für das Wochenende "heiter und sonnig" sind.

Dass sich hinter "Heiterkeit" jedoch sehr viel mehr verbirgt als ein Wetterphänomen, zeigt ein Gedicht Friedrich Hölderlins, das den Titel "Niemals und Jetzt" trägt:

*"In jungen Tagen war ich des Morgens froh,
des Abends weint' ich,
jetzt, da ich älter bin,
beginn ich zweifelnd meinen Tag,
doch heilig und heiter ist mir sein Ende."*

(Fr. Hölderlin)

Dieses Gedicht zeigt, dass die Heiterkeit eine innere Haltung zum Leben ist, die – so scheint es zumindest bei Hölderlin – das lyrische Ich im Laufe des Lebens erst erlernt hat. Die Heiterkeit befreit jedoch nicht von den äußeren Lasten des alltäglichen Lebens, sondern sie versucht vielmehr den Menschen von innen heraus zu befreien. Sie hebt sich wie ein Ballon in die Lüfte und erlangt dadurch eine andere Perspektive auf das Leben. Der heitere Mensch neigt nicht dazu, sich etwas vorzumachen oder sogar schönzureden, vielmehr versucht er aus schwierigen Situationen mit klarem Kopf herauszukommen. Denn heiter wird es dann, wenn sich etwas "klärt", "aufklärt", "erhell" oder "Licht in des Tages Dunkel kommt".

Für den Autor geht die Heiterkeit somit auch eine Verbindung mit dem Licht ein, da sie Erleuchtung zu bringen vermag. Anders: Man gewinnt einen Blick für die Realität. Somit wäre die Heiterkeit auch die Chance auf ein neues Lebensgefühl. Heiterkeit also auch als die Suche nach dem Erhellenden, dem Erhabenen, dem Besonderen, dem Einzigartigen – kurz: die Suche nach dem Heiteren in uns.

Der heitere Mensch gerät dabei schnell in den Verruf, mit dem Heiteren gleichgesetzt zu werden, das dem Alltäglichen entrückt zu sein scheint. Sind wir es doch gewohnt, bei vielerlei Problemen, Auffälligkeiten, Fehlerhaftem und vor allem nach der Begegnung mit Andersdenkenden den Rat von Experten einzuholen, anstatt unter Berufung auf die eigene innere Zuversicht Antworten oder Lösungen zu suchen.

Und während man sich früher noch ins Poesiealbum schrieb: "Mach es wie die Sonnenuhr, zähl die heiteren Stunden nur", trifft der Pfeil des Zynikers heute gerade den heiteren Menschen mit so geläufigen und phrasenhaften Argumenten wie:

- Man muss die Dinge nehmen, wie sie sind.
- Wer weiß, was alles passieren kann.
- Wenn wir gewusst hätten, dann ...

Der Bogenschütze kann sich mit dieser Weltsicht manch anerkennender Worte sicher sein, denn die Bewegungslosigkeit ist Teil einer verdrehten Heiterkeitsstrategie. Doch der heitere, weise Zeitgenosse weiß, dass in dieser Welt nicht alles zu erreichen ist. Denn gerade Menschen, die im Alltagsgeschehen festzementiert erscheinen, die ständig abgelenkt, nervös und abgekämpft sind, sozusagen immer unter Dampf stehen, können nicht heiter sein. Nur mit einer gewissen Distanz und mit einem Blick aus der

Vogelperspektive erlangt man eine Art von Erhabenheit, die den Menschen für einige Augenblicke seinem irdischen Leben entrinnen lässt.

Aus diesem Blickwinkel betrachtet, schützt die Heiterkeit gegen alles Fadenscheinige, Trickreiche, Hinterlistige, Verdrehte und Belastende. Schopenhauer bezeichnete die Heiterkeit auch als Charaktereigenschaft. Mit der Heiterkeit belohnt der Mensch sich selbst. Er muss keine Gründe suchen, um fröhlich zu sein, sondern das Heitere ist einfach Teil seines Lebens. Der heitere Mensch besitzt alles Lebensglück, auch wenn er nicht zwangsläufig erfolgreich ist. Denn: Heiterkeit ist eine Grundhaltung, die nicht zum Erfolg gehört.

Ein Beispiel: Ein Mensch gerät in seinem Leben in eine Schräglage. Ist solch ein Mensch von heiterem Gemüt, wird er seine unglückliche Situation nicht als Niederlage betrachten, sondern sie als einen Teil seiner inneren Entwicklung bewerten und gestärkt aus ihr hervorgehen. Kurz: Eine Niederlage entscheidet nicht über das Leben, aber der Gewinn, der aus einer misslichen Lage gezogen wird, ist ein konkreter Erfolg.

Alfred Adler, ein österreichischer Arzt und Psychotherapeut (1870-1937) beschreibt in seinem Werk "Menschenkenntnis" das Wesen der Heiterkeit wie folgt.

Heiter sind Menschen, die zeigen:

"... wie groß ihre Bereitschaft ist zu helfen, zu fördern und andere zu erfreuen. Diese Fähigkeit, Freude zu bringen, bewirkt, dass solche Menschen schon zufolge ihrer äußeren Erscheinung größerem Interesse begegnen. Sie kommen uns leicht näher, und wir beurteilen sie schon rein gefühlsmäßig viel sympathischer als andere Menschen. Ganz instinktiv empfinden wir ihre Züge als Kennzeichen des Gemeinschaftsgefühls. Es sind Menschen, die ein heiteres Wesen haben, nicht immer bedrückt und besorgt einhergehen, auch die anderen nicht immer zum Objekt oder Träger ihrer eigenen Sorgen machen, die es über sich bringen, im Zusammensein mit anderen Heiterkeit auszustrahlen, das Leben zu verschönern und lebenswerter zu machen. Man spürt den guten Menschen nicht nur in ihren Handlungen, in der Art, wie sie sich uns nähern, mit uns sprechen, auf unsere Interessen eingehen und für dieselben wirksam sind, sondern auch in ihrem ganzen äußeren Wesen, in ihren Mienen und Gebärden, in freudigen Affekten und in ihrem Lachen."

Ein tiefblickender Psychologe, Dostojewski, sagt, „dass man einen Menschen am Lachen viel besser erkennen und verstehen könne als aus langwierigen psychologischen Untersuchungen. Denn das Lachen hat sowohl verbindende Nuancen wie auch feindliche, angreifende Untertöne, wie z. B. in der

Schadenfreude. Es gibt sogar Menschen, die des Lachens überhaupt nicht fähig sind und einer tieferen Beziehung von Menschen zu Menschen so fernstehen, dass ihnen die Neigung, Freude zu machen und eine heitere Stimmung zu erzeugen, fast völlig abgeht. Gar nicht zu sprechen von jener nicht allzu kleinen Gruppe von Menschen, von denen man nichts anderes feststellen kann, als dass sie nicht nur ungeeignet sind, anderen Freude zu bereiten, sondern die im Gegenteil die Neigung haben, in jeder Situation, in die sie eintreten, andern das Leben zu verbittern, und die so herumgehen, als ob sie alle Lichter auslöschen wollten."

Ganz im Sinne Alfred Adlers möchte ich auch daran erinnern, welchen Stellenwert die Heiterkeit in unserem Leben hat. Es gilt festzuhalten, wie lohnend es ist, dem Gegenüber, Mitmenschen, Mitarbeiter, Klienten, Patienten, Kollegen und dem Freund heiter zu begegnen, denn die Wahrscheinlichkeit ist groß, dass man einen liebenswerten Menschen trifft. Heiterkeit ist nämlich immer dann ansteckend, wenn alles Maskenhafte, Ängstliche, Überhebliche, Launen hafte, Wichtigtuende, Einseitige, Berechnende und Übertriebene dem Fröhlichen, Offenherzigen, Liebenswerten, Verständnisvollen, Gemeinsamen, Helfenden, Verstehenden und ja zum anderen Sagenden weicht. Eine Gesellschaft, die ihr Lebenselixier jedoch nur aus dem „Spaßhaben“ zieht, wird sich – anders als der heitere Mensch – am Ende in der großen Langeweile wiederfinden.