

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 120 (1994)  
**Heft:** 25

**Artikel:** Lachen ist gesund, kann aber ungemütliche Folgen haben : Vorsicht beim Lachen  
**Autor:** Regenass, René  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-606936>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Aus diesen Überlegungen heraus ist es vor allem bei autoritären, diktatorischen Regimes gefährlich, in der Öffentlichkeit zu lachen. Es könnte von der wachsamen Polizei schnell falsch verstanden werden. Anstelle des Lachens wird in solchen Ländern das Klatschen bevorzugt. Ein Klatschender wird nie anecken, es sei denn, er klatsche bei einem Missgeschick eines anderen, der erst noch eine höhere Position innehat oder sonstwie die Staatsgewalt verkörpert. Daher kommt es, dass in Diktaturen kaum je gelacht, aber sehr viel geklatscht wird. Um Missverständnisse, wie oben erwähnt, auszuschliessen, wird das Klatschen meist verordnet.

Bei alledem kommt es stets darauf an, wer lacht. Kein Untergebener kann es sich leisten, unkontrolliert zu lachen. Und je weiter oben jemand in der Hierarchie eines Unternehmens steht, um so weniger wird er lachen.

## Im Kader wird nicht gelacht

Wer möchte schon wegen eines einzigen Lachens seine gutbezahlte Position einbüssen? So erstaunt es kaum, dass im Kader weit weniger gelacht wird als in den unteren Positionen, wo das Lachen noch eher verziehen wird. Nur der alleroberste Boss kann sich jederzeit ein Lachen erlauben.

Ländern nicht auf das Lachen verzichten können. Es ist für sie sogar Pflicht.

Nicht von ungefähr spricht man von «entwaffnendem Lachen». Das ist freilich längst Legende. Wer es jedoch noch beherrscht und entsprechend anzuwenden weiss, kann bei politischen Diskussionen leicht einen Punkt für sich verbuchen. Fehlt ein Argument, ist das entwaffnende Lachen mehr als nur ein Ausgleich, es ist das Argument selbst. Schlecht hingegen ist das überlegene oder besserwissende Lachen. Gerade bei einem Politiker wäre das eine Todstunde. Das Volk weiss ganz genau, dass ein Politiker selten überlegen ist. Ein besserwissendes Lachen kann ihm bereits die nächste Wahl kosten.

Lachen ist gefährlich. Wer unbedingt lachen will, sollte genau überlegen, was für Konsequenzen er sich damit einhandelt. Rückgängig machen lässt sich ein Lachen nicht. Das unterscheidet es vom Wort. Ein falscher Satz kann immer noch korrigiert, abgeschwächt oder umgebogen werden. Ein Lachen jedoch nicht. Ist es einmal da, aus dem Mund und über die Lippen, so kann es niemand mehr ungeschehen machen.

## Lachen Sie im Zweifelsfall nicht!

In ärztlichen Ratgebern steht dennoch, dass Lachen gesund sei. Das mag ja stimmen; doch sollte hinzugefügt werden: nur im engsten Familien- und Freundeskreis. Dort kann ein allfälliger Schaden vielleicht noch begrenzt werden.

Darum sei zum Schluss festgehalten: Im Zweifelsfall sollte nie gelacht werden. Wenn jedoch vom Gegenüber offensichtlich ein Lachen erhofft wird, darf es keinesfalls ausbleiben. Das wäre genauso schlimm wie ein falsches Lachen.

Es gibt im Leben wohl nichts Diffizileres als das Lachen. Wehe dem, der diesen Satz missachtet.

*Lachen ist gesund, kann aber ungemütliche Folgen haben*

# Vorsicht beim Lachen

VON RENÉ REGENASS

Was gibt's zu lachen? Es gibt nichts zu lachen. Wer lacht, der lacht nicht nur, er lacht über etwas. Also hat er einen Grund zu lachen. Leider ist dieser Grund für die anderen nicht immer ersichtlich; somit können die anderen nicht wissen, worüber gelacht wird – vom anderen.

Ausserdem gibt es verschiedene Arten des Lachens. Und einige davon erlauben immerhin einen gewissen Rückschluss, was für ein Lachen es sein könnte. Ob zum Beispiel ein offenes, befreiendes, herzliches, breites, sonniges oder ein hämisches, verschlagenes, gemeines Lachen.

## Lachen hat verschiedene Gesichter

Allerdings muss jemand, der gerne lacht, nicht unbedingt ein fröhlicher und gemüthlicher Mensch sein. Möglicherweise ist es jemand, der bloss schadenfreudig ist. Und nicht jeder, der selten lacht, kann als Griesgram bezeichnet werden.

Schwieriger ist es in Demokratien, wo für Gefühlsäusserungen dieser Art keinerlei Vorschriften bestehen. Das macht aber die Sache bzw. das Lachen nicht einfacher. Es gibt für ein Lachen am falschen Ort oder zur falschen Zeit wohl keine Strafen; das heisst aber nicht, dass ein Lachen am falschen Ort oder zur falschen Zeit nicht bestraft würde – nur eben anders.

Der Chef beispielsweise hat schier unbegrenzte Möglichkeiten, ein für ihn als deplaziert oder beleidigend empfundenen Lachen zu rächen. Er kann den betreffenden Mitarbeiter kujonieren, versetzen oder ihm gar bei erstbesten Gelegenheit kündigen.

Selbstverständlich wird ein Vorgesetzter nie zugeben, dass er das dem Mitarbeiter oder der Mitarbeiterin wegen des Lachens antut. Wer von solchen Sanktionen betroffen ist, kann sich nicht wehren. Niemand würde es ihm abnehmen, wenn er sagt, er sei wegen des Lachens in Ungnade gefallen.

Bei den Politikern gilt Ähnliches, wenn auch differenzierter. Spricht ein Politiker vor Publikum, dann nimmt er gerne das Lachen für sich in Anspruch. Es soll damit der Eindruck von einem fröhlichen, allzeit zu einem Scherz aufgelegten Menschen erweckt werden. Und das Lachen des Politikers ist für das Publikum das klare Zeichen, dass gelacht werden darf.

Das Lachen ist zu einem feinsinnigen kommunikativen Instrument geworden. Es sagt oft mehr als viele Worte. Wenn zwei Staatsmänner sich treffen, ist ein gezügeltes Lachen nicht nur befreiend, es wird geradezu erwartet. Besonders von den Medien. Zwei nichtlachende Staatsmänner sind unattraktiv, verleiten rasch zur Schlussfolgerung, das Klima sei schlecht. Dass das Lachen meist nur aufgesetzt ist, wissen alle, doch niemand würde das zugeben. Alle wollen das Lachen als bare Münze verstanden haben. Das wiederum ist der Grund, weshalb selbst Staatsmänner aus zwei verfeindeten