

<b>Zeitschrift:</b>	Sonos / Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen
<b>Herausgeber:</b>	Sonos Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen
<b>Band:</b>	108 (2014)
<b>Heft:</b>	3
<b>Rubrik:</b>	Leben und Glauben

### **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:** 13.01.2026

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



# Leben und Glauben

## Lachen ist gesund!

«Wenn wir lachen, werden etwa 300 Muskeln trainiert, das verspreche ich euch garantiert! Nur einmal am Tag herzlich lachen, einmal sich nicht trübe Gedanken machen: das hält das Leben doch in Schwung, und hält, nachweislich, auch noch jung!

Besonders an Fasnacht wird gerne viel und häufig gelacht, doch Vorsicht, man nehme sich da auch in Acht! Schauen wir deshalb mit Bedacht zunächst, weshalb denn ein Mensch normalerweise lacht: Nun, beim einen gehört Lachen einfach zur Natur, es gibt da Menschen, die sind die Freude pur. Ein anderer lässt sich ganz schnell entflammen, er lacht am liebsten mit anderen zusammen. Dann ist aber noch der, der sich zwar freut, das aber auf Kosten andere Leut'. Ich denke, an den hat Jesus damals gedacht, als er sagte: «Weh euch, die ihr jetzt lacht!»

Liebe Leserinnen und Leser,

so, genug gedichtet zu Fasnacht! Fasnacht ist die Zeit des Lachens, des Ausgelassenseins, des Humors, für mich als beinahe Baslerin sowieso! Und wir alle kennen den Spruch: «Lachen ist gesund». Tatsächlich wissen wir aus verschiedenen Forschungen, dass Lachen nachweislich das Immunsystem stärkt und für die psychische Stabilität eines Menschen sehr wichtig ist.

Was uns jetzt natürlich zur Frage bringt: hat Jesus jemals gelacht - hatte Jesus Humor? An keiner Stelle im Neuen Testament steht ausdrücklich, dass Jesus gelacht hat - es steht aber auch nirgends, dass er es nicht getan hat! Ein lachender Jesus... darf es das geben? Ein ungewohntes Bild - vielleicht.

Das Neue Testament beschreibt Jesus und erzählt von ihm als dem wahren Mensch und wahren Gott. Wenn wir das wirklich ernst nehmen, dürfen wir mit Vergnügen davon ausgehen, dass auch Jesus gelacht hat. Denn: Das Lachen ist ein Grundbedürfnis, eine Grundart des menschlichen Charakters - und Jesus war eben auch: wahrer Mensch!

Also, nehmen wir an, Jesus hat auch gelacht. Dann können wir uns vielleicht noch fragen: Worüber hat er gelacht? Vielleicht hat er aus Freude mitgelacht an der Hochzeit in Kanaan? Vielleicht hat er zusammen mit den Kindern gelacht, die immer wieder zu ihm gebracht wurden? Oft ist er mit seinen Jüngerinnen und Jüngern, aber auch mit Fremden am Tisch geses-



sen und hat mit ihnen gegessen, getrunken und eben: vielleicht auch gelacht?

An keiner Stelle im Neuen Testament ist geschrieben, worüber er gelacht hat.

Aber besonders an einer Stelle kommt deutlich zum Ausdruck, was gar nicht zum Lachen ist - im Lukasevangelium, Kapitel 6, nach den Seligspreisungen sind die sogenannten «Weherufe» überliefert. Und einer davon heisst: „Weh euch, die ihr jetzt lacht, denn ihr werdet weinen und heulen!“

Ein «Weheruf» ist so etwas wie ein gewaltiger Weckruf. Schon die Propheten im Alten Testament haben solche Worte gesagt. Sie sind eine Warnung, eine sehr dringliche Aufforderung zur Umkehr.

Vielleicht können wir es so sehen: Lachen ist gesund - Jesus hat nichts gegen das Lachen - Aber: überlege Dir, warum und worüber Du lachst!

Lachen wir andere aus? Lachen wir auf Kosten von jemandem? Machen wir uns lustig über andere? Oder haben wir es lustig gemeinsam mit anderen?

Lachen ist gesund - Jesus hat nichts gegen das Lachen - Aber: wir sollten immer wieder einmal überlegen, ob wir mit unserem Lachen Freude unter die Menschen bringen und damit die Welt ein kleines bisschen fröhlicher, herzlicher und wärmer machen!

Und übrigens: Kinder lachen etwa 450 Mal am Tag und Erwachsene etwa 15 Mal am Tag! Eine Zahl, die vielleicht auch eine Art Warnung oder Weckruf an uns Erwachsene sein kann!

In Fasnachts-Stimmung, Pfarrerin Anita Kohler