

«Ich lache oft!»

(Coop Zeitung 4. Feb. 2019)

Laura Chaplin übertrifft alle anderen Interviewpartner: Niemand anders lacht so oft wie die 32-jährige Humorexpertin und Künstlerin. «Ein Tag ohne Lachen ist ein verlorener Tag», sagte ihr Grossvater Charlie Chaplin, der 1977 verstarb und den sie nicht mehr erlebte; bei ihr ist offenbar jede Minute, in der nicht gelacht wird, eine verlorene Minute. Das wirkt ansteckend.

Karriere als Model

Laura Chaplin, 1987 geboren, wuchs im «Manoir de Ban» in Corsier-sur-Vevey VD oberhalb des Genfersees auf – dem Haus, das Charlie Chaplin bis zu seinem Tod 1977 bewohnt hatte. «Ich liebte den grossen Park und natürlich die Villa.» Deren Hauptgebäude umfasst 24 Zimmer auf drei Etagen, heute ist das Chaplin-Museum – offiziell «Chaplin's World» – darin untergebracht. Ihr Vater ist der Dokumentarfilmer und Ex-Circus-Nock- Direktor Eugene Chaplin, Charlie Chaplins achtes Kind (von insgesamt elf). Laura Chaplin war Fotomodel und TV-Moderatorin, studierte Mode und Design in Lausanne und arbeitet und lebt heute als Künstlerin in Cottens FR.

Laura Chaplin, ein Interview kann den Interviewten, aber auch den Fragesteller ganz schön stressen. Was empfehlen Sie mir deshalb zu Beginn dieses Gesprächs?

Zuerst einmal ist wichtig, dass Sie ruhig und tief atmen. Die richtige Atmung steht ganz zuoberst auf der Liste, wenn es ums Entspannen geht. Und natürlich sollen Sie das Gespräch in vollen Zügen geniessen und sich amüsieren. Es ist immer inspirierend, sich mit anderen Menschen auszutauschen. Das baut Stress ab, womit man sich automatisch besser fühlt.

Sie haben ein Buch mit dem Titel «Lachen ist der erste Schritt zum Glück» geschrieben. Ist Ihnen immer zum Lachen zumute?

Natürlich nicht. Zum Leben gehören auch traurige Momente. Zu lange sollte es jedoch nicht dauern, bis man zum Lachen zurückfindet. Es ist wichtig, dass man sich den Sinn für Humor bewahrt, auch in schwierigen Zeiten oder wenn es mal wieder stressig ist. Die Welt dreht sich immer schneller, alles wird schriller, die Nachrichten sind voller negativer Schlagzeilen. Man darf sich davon nicht überrollen lassen. Humor hilft, dass man das Leben geniesst und positiv durch die Welt geht.

Es gibt so viele Ratgeber, wenn es um Humor im Alltag geht. Was empfehlen Sie, wenn jemand nicht mehr lachen kann?

Dann soll er sich dazu zwingen. Das klingt im ersten Moment wie ein Widerspruch, aber es ist wirklich so gemeint. Es ist ganz einfach: Man geht auf die Strasse und lächelt die Menschen bewusst an. Ich habe es selber ausprobiert, es funktioniert. Okay, der eine oder andere denkt, wenn er von einer wildfremden Person angelächelt wird: Der oder die hat sie nicht mehr alle. Aber die meisten schenken ein Lächeln zurück.

Was bringt Sie zum Lachen?

Oh, schwierig. Ich lache so oft und über so vieles ... am meisten aber, wenn ich mit meinem Freund, meinen Geschwistern oder meinen Eltern zusammen bin. Meine Mutter hat einen typisch irischen Humor, der ist wirklich sehr speziell, genauso wie ihr Akzent. (Lacht.) Viel gelacht wurde auch bei meinen Besuchen in Kolumbien, wo ich mich für Strassenkinder einsetze. Dieses herzliche Lachen der Kinder ist unvergesslich, weil es unglaublich ansteckend war. Es war auch der Grund, weshalb ich mein Buch «Lachen ist der erste Schritt zum Glück» geschrieben habe. Ich dachte mir: Sie sind so arm und gleichzeitig so reich, weil sie so lachen können.

Wie reagieren die Menschen, wenn Sie Ihren Namen nennen?

Bei der Passkontrolle am Flughafen blicken die Zöllner auf und fragen: «Chaplin ... wie Charlie Chaplin?» Und dann erzählen sie, welche Filme sie von ihm gesehen haben. Mich freuen diese Reaktionen. Charlie Chaplin kennt jeder, überall.

Was war das Geheimnis seines Erfolgs?

Sein Humor wurde und wird immer noch von allen verstanden. Er war auch ein Visionär. Denken Sie an sein Werk «Moderne Zeiten», mit dem er das rasante Tempo in den Fabriken kritisierte. Dieser Film ist heute wieder hochmodern: Alles muss noch schneller gehen, man hat nicht mal mehr Zeit für eine richtige Mittagspause. Er kämpfte mit ganzer Kraft für seine Überzeugungen – und liess sich auch nicht durch den Gegenwind beirren, der ihm entgegen blies. Mein Grossvater hatte viele Feinde. Den Film «Der grosse Diktator» hätten nicht wenige gerne verhindert. Er handelte sich mit ihm grosse Probleme ein, zog das Ding aber durch. Eine Million Dollar investierte er, was zu jener Zeit viel Geld war. Das war es wert: «Der grosse Diktator» zählt zu den besten Filmen aller Zeiten.

Bei ihm zu Hause gingen auch nach seinem Tod grosse Persönlichkeiten ein und aus. Wer ist Ihnen in besonderer Erinnerung geblieben?

Anthony Hopkins ... und Michael Jackson. Bei ihm merkte ich schnell, dass er sehr berühmt sein musste, denn er landete mit dem Helikopter in unserem Garten. Er tollte mit uns draussen herum, machte im Garten das Rad, spielte drinnen auf der Playstation. Wir hatten es lustig mit ihm. Auch Robert Downey jr. war mehrmals bei uns, ich dachte erst, es handle sich um einen Cousin. Erst Jahre später wurde mir so richtig bewusst, was für ein Grosser des Kinos da bei uns zu Hause gewesen war.

Für Sie ist Lachen ein Menschenrecht.

Genau. Und deshalb sollte es unbedingt von der UNO in die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte aufgenommen werden. Wir brauchen viele Unterschriften, bis es so weit ist. Es gibt immer noch Regionen auf dieser Welt, wo es einer Frau untersagt ist, in der Öffentlichkeit zu lachen, weil dies als Einladung zu einer sexuellen Handlung verstanden wird. Es darf nicht sein, dass das Lachen verboten ist. Denn das Lachen hält die Seele des Menschen am Leben.

In der Schule soll das Lachen ein fester Bestandteil des Unterrichts werden. Wie soll das geschehen?

Einige Schulen sind auf dem richtigen Weg. Es wächst das Bewusstsein, dass den jungen Menschen nicht nur Wissen vermittelt werden sollte. Empathie, eine positive Einstellung und die Begeisterung für eine Sache sind genauso wichtig. Ich weiss von einer Schule in Crans-Montana, in der sich die Schüler viel mehr mit ihrem Lieblingsfach beschäftigen können als mit den anderen Fächern. Man kommt also weg vom klassischen Unterricht. Der Humor wird wichtiger werden in den Schulen, davon bin ich überzeugt.

Eine Lektion weniger Mathematik auf dem Stundenplan, dafür eine Lachstunde. Das wäre doch etwas ...

... das wäre wirklich genial. Das habe ich auch in meinem Lachmanifest so festgehalten: Gemeinsames Lachen und Humor im Alltag an Schulen und an anderen Bildungseinrichtungen soll gefördert werden.

Laura Chaplins Humor- und Lachmanifest

1. Jeder Mensch hat das Recht, zu lachen und andere Menschen zum Lachen zu bringen.
2. Das Recht, zu lachen und andere Menschen zum Lachen zu bringen, soll von der Generalversammlung der UN ausdrücklich als Menschenrecht anerkannt und in die Charta der Menschenrechte aufgenommen werden.
3. Alle Regierungen und Religionsgemeinschaften sollen das Recht der Menschen auf Humor und Lachen als Menschenrecht anerkennen und von jeder Art von Humor- und Lachverboten sowie der Verfolgung von lachenden Menschen und denen, die andere zum Lachen bringen, Abstand nehmen.
4. Lachen und Humor dürfen nicht dazu eingesetzt werden, schwächere, benachteiligte und bedrohte Einzelpersonen oder Gruppen zu verletzen und zu diffamieren.
5. Humor und Lachen als Therapie sollen vermehrt wissenschaftlich erforscht, von Krankenkassen anerkannt und in medizinischen und therapeutischen Kontexten zur körperlichen und medizinischen Heilung eingesetzt werden.
6. Soziale Einrichtungen wie Krankenhäuser, Altenheime, Kinderheime und Einrichtungen für benachteiligte Personen sollen über mindestens einen ausgebildeten Clown verfügen.
7. Jedes Land, jede Stadt, jedes Dorf soll zumindest einmal pro Jahr einen Lach-Tag veranstalten, zu dem Menschen gezielt eingeladen werden, gemeinsam herzlich zu lachen und ihre Sorgen zu vergessen.
8. Jedes Land, jede Stadt, jede Gemeinde soll Lachen und Humor im öffentlichen Raum fördern, indem zum Beispiel in öffentlichen Verkehrsmitteln zum Lächeln aufgefordert wird. Oder jedem Denkmal eines Kriegsherrn wird ein Lachmal eines bedeutenden Menschen, der die Menschen zum Lachen gebracht hat, hinzugefügt.
9. Lachen und Humor dürfen in Bildungseinrichtungen nicht verboten sein. Vielmehr soll gemeinsames Lachen im Alltag an Schulen und an anderen Bildungseinrichtungen gefördert und Lachen und Humor in Lehr- und Studienprogramme aufgenommen werden.
10. Jedes Unternehmen, jedes Amt und jede Behörde soll sich verpflichten, regelmäßig Feel-Good-Manager für die Mitarbeiter zu engagieren, um den Arbeitsplatz menschlicher zu gestalten und Mitarbeiter vor Burnouts und Krankheiten zu schützen.
11. Die Aufforderung, mit deinem Lachen die Welt zu verändern, soll von Medien, Unternehmen und Organisationen auf der ganzen Welt über Social-Media-Plattformen, TV- und Radiospots, Anzeigen, Plakate und Hinweistafeln täglich kommuniziert werden.
12. Jeder und jede soll beginnen, sich selbst und den Menschen in der unmittelbaren Umgebung zuzulächeln und mit seinem Lächeln dazu beizutragen, die Welt zu einem fröhlicheren und besseren Ort zu machen.