ULRICH STOLTENBERG

„WANN WERDEN DIE EINTRITTS-KARTEN ZU MEINEM PROGRAMM VON DER KASSE ÜBERNOMMEN?“

Interview mit Dr. Eckart von Hirschhausen

Er kam, sah und scherzte: Dr. Eckart von Hirschausen war der Stargast beim Neujahrsempfang der fünf Ludwigsburger Lions Clubs. Die Clubs Favorite und Monrepos-Präsident Dr. Thomas Wüst schlugen Hirschhausen als Höhepunkt vor. Das großes Stelldichein zum Auftakt von „100 Jahre Lions“ im Scala-Theater nutzen wir für ein Interview mit dem uns Lions bereits verbundenen Arzt und Comedian Dr. Eckart von Hirschhausen.

Ulrich Stoltenberg für den LION: *Wie viele Eckart von Hirschhausens gibt es eigentlich? Sie treten auf als Arzt, Journalist, Comedian, Bestsellerautor, Fernsehmoderator und Redner auf Wissenschaftskongressen - das kann doch eine Person gar nicht alles leisten?*

Dr. Eckart von Hirschhausen: Es klingt wie sechs verschiedene Berufe, aber im Kern versuche ich einfach, verschiedene Formen für die Inhalte zu finden, die mich begeistern: Medizin, positive Psychologie, Humor und Heilung. Live auf der Bühne bei meinem aktuellen Bühnenprogramm „Wunderheiler“ ist die intensivste Begegnung mit dem Publikum. Fernsehen ist immer ein Medium - es steht also immer etwas zwischen dir und dem Empfänger. Das ist die Kamera, die Mattscheibe, die Entfernung und alles, was sonst noch im Wohnzimmer passiert.

Dafür erreiche ich mit meiner Sendung „Hirschhausens Quiz des Menschen“ ein Millionenpublikum, die würden gar nicht alle in ein Theater passen (lacht). Ich versuche auch viel von dem, was ich im Live-Programm so mag, in die Fernsehsendungen einzubauen: spontane Aktionen mit dem Publikum, spielerische Elemente, die man zu Hause nachmachen kann, oder verblüffende Fakten mit dem Alltag zu verbinden.

Verantwortung, keinen Bullshit zu erzählen

Ihr neues Buch „Wunder wirken Wunder“ ist auf Platz 1 der Bestsellerliste geschnellt, Sie treten zur besten Sendezeit und in vollen, großen Hallen auf. Was macht Ihren Erfolg aus?

Mir macht das, was ich tue, wirklich Freude. Und ich glaube, man kann auf Dauer auch nur gut sein, wenn man sich nicht verbiegt. Der feine Unterschied zwischen Ehrgeiz und Zielen liegt in der Messlatte, ist die innen oder außen? Ich gebe mein Bestes, in jedem Programm und jedem Buch steckt das Herzblut von vielen Jahren Recherche, Rumspinnen, Ausprobieren und Verfeinern. Wenn einem Menschen zuhören, empfinde ich auch eine gewisse Verantwortung, keinen Bullshit zu erzählen.

Und wenn das viele Leute mögen, freue ich mich. Ich bin aber nicht angetreten, um besser oder erfolgreicher zu sein als andere. Wer mich nur aus dem Fernsehen kennt, kennt mich nicht wirklich, Bühne ist und bleibt mein Element. Und darüber hinaus treibt mich an, warum wir ein ▸

Fotos: Paul Ripke

Gesundheitswesen haben, wo sich so viele Menschen nicht zurechtfinden und die Ärzte und Pflegekräfte ausbrennen. Ich tue was für mehr Humor im Krankenhaus, soziales Lernen und Gesundheit in der Schule und arbeite in meiner und in anderen Stiftungen mit. Ich langweile mich ungern.

Chemo heißt bei uns „Heilsoße"

„Wunder wirken Wunder" ist mein persönlichstes Buch, denn ich erzähle von meiner eigenen Reise zwischen Krankenhaus und Kabarett, Fernheilungsseminar und Fernsehen und warum wir in der Familie nicht „Chemo" sagen sondern „Heilsoße". Die Kraft der Gedanken kann uns aufbauen oder runterziehen. Ich schreibe auch, was ich mir für die Pflegekräfte wünsche, wie ich alt werden möchte und was ich tun würde, wenn ich Krebs hätte. Keine Angst, es gibt auch wie im Bühnenprogramm „Wunderheiler" viel zu lachen, aber zwischendrin auch viel zum Nachdenken und Staunen.

Ein Comedian, Mediziner, Journalist auf den Spuren von Patch Adams? Wie weit folgen Sie dessen Vorstellung der Verbindung zwischen Umwelt und Wohlbefinden und ist damit nur die gesellschaftliche Umwelt oder auch die Natur gemeint?

Patch Adams sagte sehr treffend: Ein Krankenhaus ist kein besonders guter Ort für kranke Menschen. Drei Gruppen kämpfen da ums Überleben: die Patienten, das Personal und die Bakterien. Und dummerweise sind die Bakterien die Erfolgreichsten. Zum zweiten ist die Atmosphäre oft deprimierend, das geht bei der funktionellen Architektur los. Wenig Farbe, wenig Freude, „klinisch" ist ja fast ein Synonym geworden für weiß und kalt.

Bakterien sind die Erfolgreichsten

Aber vieles ist auch besser geworden, beispielsweise die Flexibilisierung der Besuchszeiten. Das dritte Problem sind die wechselnden Ansprechpartner, selten ist der Arzt, der mich als Patient aufgenommen hat, auch der Kollege, der dann die Entlassung macht und die nächsten Schritte außerhalb des Krankenhauses koordiniert. An den Schnittstellen geht sehr viel Info verloren. Auch für die Kliniker selbst. Je größer und anonymer die Klinik, desto weniger sehe ich als Arzt oder Schwester die Früchte meiner Arbeit.

Eine der motivierendsten Ideen auf der Frühchenstation war die Fotowand. Wenn man sieht, was aus den winzigen 600-Gramm-Kindern später einmal geworden ist, weiß man auch, warum man da jeden Tag sein Bestes gerne gibt. Warum gibt es sowas nicht auch auf den Stationen für Erwachsene?

„Lieber Kitzeln als Drohen"

Der Erfolg beim breiten Publikum, das zeigen Ihre Bücher, ist offenbar garantiert. In der Publikums-Presse werden Sie zum Teil als „omnipräsenter Witze-Onkel" geschmäht. Kränkt Sie das?

Mal andersherum gefragt: Hat sich jemals etwas durch „ätzen" geändert? Ich benutze meinen Zeigefinger eben lieber nicht zum Drohen, sondern zum Kitzeln. Wenn Menschen sich selber und ihre Weltsicht in Frage stellen, ist das doch Irritation und Aufklärung genug.

Wären Sie gut als Hausarzt oder Therapeut?

Ich bin doch immer noch als Arzt tätig! Wenn ich an einem Abend 2.000 Menschen etwas hoffentlich Substantielles über Medizin und Psychologie näherbringe, hätte ich dafür in der Klinik über zehn Jahre gebraucht. Durch meine 2008 gegründete Stiftung „Humor hilft heilen" habe ich sehr viel Kontakt zu Krankenhäusern. Ich bin zwar aus der täglichen Versorgung und der Routinearbeit raus, aber den Kontakt zur Medizin habe ich immer gehalten und werde viel für Kongresse und Vorträge gebucht.

Wert von verständlicher Sprache näherbringen

An der Uni Gießen habe ich sogar einen Lehrauftrag, einer neuen Generation von Medizinstudenten den Wert von verständlicher Sprache und von Humor in der Kommunikation näher zu brin- ▸

Eckart von Hirschhausen - künstlerische Vita:
Eckart von Hirschhausen ist in Deutschland als Autor, Komiker, und Moderator bekannt. Geboren in Frankfurt am Main, Studium der Humanmedizin mit einem Stipendium der „Studienstiftung des deutschen Volkes“, dann Wissenschafts-Journalismus in Berlin, London und Heidelberg. 1996 beginnt er für Printmedien wie „Focus“ und „Der Tagesspiegel“ zu schreiben und ist ab 1998 als Moderator der Ratgebersendung „Service Gesundheit“ im hr-Fernsehen zu sehen.
Eckart von Hirschhausen macht es sich zur Mission, medizinische Inhalte auf humorvolle und unterhaltsame Weise an sein Publikum zu bringen. Aktuell ist er mit seinem Bühnenprogramm „Wunderheiler - Wie sich das Unerklärliche erklärt“ auf Tour.
Mit Büchern wie „Arzt-Deutsch/Deutsch-Arzt“, „Lachen, wenn der Arzt kommt“, „Die Leber wächst mit ihren Aufgaben“ und „Glück kommt selten allein“ wird Eckart von Hirschhausen zum Bestseller-Autor. 2008 und 2009 darf er sich in Deutschland als erfolgreichster Sachbuchautor bezeichnen und blickt heute auf über fünf Millionen verkaufte Bücher zurück.
2012 erscheint sein Buch „Wohin geht die Liebe, wenn sie durch den Magen durch ist?“. Im Oktober 2016 folgte sein Buch „Wunder wirken Wunder. Wie Medizin und Magie uns heilen“, sofort steigt es auf Platz 1 der „Spiegel“-Bestsellerliste, wo es sich bis heute hält.
Als Moderator ist Eckart von Hirschhausen seit 2010 in der ARD-Quiz-Show „Frag doch mal die Maus“ und „Hirschhausens Quiz des Menschen“ für den WDR tätig. Im Frühjahr wird er im neuen WDR-Format „Wissenscheck“ als Reporter und Wissenschaftsjournalist Lebenswelten entdecken.
Nebenher schult Eckart von Hirschhausen Fach- und Führungskräfte in Seminaren zum Thema „Kommunikations- und Motivationstraining“.
Mit seiner Stiftung „Humor hilft heilen“ engagiert sich Dr. Eckart von Hirschhausen für mehr gesundes Lachen im Krankenhaus mit Clownsvisiten, Workshops für Pflegekräfte und Vorlesungen für die nächste Generation von humanen Humanmedizinern. Die Stiftung finanziert Pilotstudien zu Humorinterventionen bei Schlaganfallpatienten, Herzkranken und in der Palliativmedizin sowie Pionierarbeiten in der Pflegewissenschaft in Kooperation mit der Universität Zürich und der Humboldtuniversität Berlin.
Von Hirschhausen engagiert sich außerdem seit 2011 als ehrenamtlicher Klasse2000-Botschafter, ein Lions-Jugendprogramm, das im November 2016 sein 25-jähriges Bestehen feierte.
Mehr über Eckart von Hirschhausen unter:
www.hirschhausen.com und
www.humorhilftheilen.de

gen. So gesehen habe ich nie den Beruf gewechselt, sondern nur den Spielort. Bleibt nur noch die Frage: Wann werden die Eintrittskarten zu meinem Programm von der Kasse übernommen?

Sie benutzen die mediale Aufmerksamkeit, die Medien benutzen aber auch Sie. Gibt es da über die Jahre nicht die Gefahr des Verschleißens?

Was soll ich denn sagen - ich muss mich jeden Tag ertragen! Diesen Überdruss sehe ich als Journalistenphänomen. Ich bin ja selbst Journalist und weiß, wie es ist, wenn man mehrere Medien verfolgt. Dann nimmt man meine Aufgaben bei der ARD, die Bucherfolge und die Kabarett-Auftritte viel stärker wahr als die Normalbürger. Ich habe meine Gastauftritte in anderen Talkshows extrem reduziert, und außerdem leben wir in einem freien Land mit vielen Fernbedienungen - jeder darf umschalten, was anderes lesen und selber auf die Bühne gehen und es besser machen. Aber urteilen sollte man erst, wenn man einmal bei mir live dabei war!

Humor kann man nicht als Tablette nehmen

Sie nutzen die Aura des Arztes. Muss ein Arzt, der heilen will, nicht auch manchmal schmerzhafte Dinge tun? Oder vermeiden Sie das?

Jeder Mensch weiß, was ihm gut täte - wir tun es nur nicht oder zu wenig. Und das ist meine Motivation. So gesehen ist Medizin-Kabarett eine moderne Form der Prävention. Insbesondere für die ganzen teuren psychischen Erkrankungen, denn Lachen ist vor allem eins: anti-depressiv. Lachen hat im Körper nachweislich so viele positive Wirkungen, dass sich jeder Pharmahersteller danach die Finger lecken würde. Aber Humor kann man eben nicht als Tablette einnehmen, nur als Haltung.

Dann sind Sie ein moderner Geschichtenerzähler?

Medizin, Magie und Entertainment gehörten immer schon zusammen! In allen Kulturen gab es die „Medizinmänner“ und -frauen, die etwas von Kräutern, aber auch viel von Ritualen, Zauber und Gruppenprozessen verstanden. Wir haben aus diesem einen Beruf viele verschiedene gemacht

Dr. Eckhart von Hirschhausen hört wie ein Herz für Lions schlägt und zwar das "Löwenherz" von Dr. Wolfgang Peter Peters.

und beschweren uns, dass uns weder der Röntgenarzt, der Psychotherapeut, der Heilpraktiker noch der Apotheker „ganzheitlich“ sieht. Historisch verdankt die Medizin viel dem fahrenden Volk. Die Narkose wurde von den Gauklern entdeckt, die mit Lachgas die Menschen belustigten und so merkten, dass man dabei auch Zähne ziehen kann. Die Magenspiegelung entstand, nachdem ein Arzt einer Schwertschluckerin zugeschaut hatte, wie sie einen langen starren Gegenstand in ihren Magen versenkte. Und das Aspirin hat man sich von weisen Frauen abgeschaut, die aus der Weidenrinde einen schmerzstillenden Sud brauten. Die Wissenschaft hat die Magie aus der Medizin vertrieben, aber nicht aus den Menschen.

Viele holen sich medizinische Tipps aus dem Internet, manchmal mit haarstäubenden Informationen. Wo kann man sich denn im Netz medizinisch vernünftig informieren?

Deshalb gibt es in meinem neuen Buch „Wunder wirken Wunder“ das Kapitel: Du sollst nicht googeln. Der Mückenstich am Hals wird im Netz schnell zum geschwollenen Lymphknoten, und der ist dann plötzlich Zeichen für einen Tumor. Am besten sucht man nicht blind, sondern geht auf Seiten, wo klar ist, wer dahinter steckt, zum Beispiel die Website **www.gesundheitsinformation.de**

Sie waren mehrere Tage in einem Altersheim, welche Erfahrungen haben Sie da gemacht? - Stichwort Alzheimer?

In meiner Arztausbildung habe ich noch gelernt, Alter und den Tod als bösen Feind zu betrachten. Was für ein Quatsch. Denn dass heute mehr Menschen mit Alzheimer in Deutschland leben, ist, salopp gesagt, ein gutes Zeichen. Es bedeutet: Man ist nicht an etwas anderem vorher schon gestorben. Ich habe in meinem Pflege-Crash-Kurs im Ferdinand-Heye Haus in Düsseldorf viel gelernt. Wahrscheinlich ist der Übergang schlimm ins Alter, wo ich mich ständig vergleiche und ärgere, ▸

Immer dabei und hier im Einsatz: Das Stethoskop, wie auch hier für kleine Löwenherzen. "Aus meiner Zeit in einem englischen Lehrkrankenhaus erinnere ich mich noch, wie mich ein Oberarzt testete: "Was ist der wichtigste Teil des Stethoskops?" Und nachdem ich keine gute Antwort hatte, löste er lachend das Rätsel: "Der Teil zwischen den Ohrenstöpseln."

was nicht mehr geht. Aber ich habe viele Alte getroffen, die mir die Angst genommen haben. Solange es so herzliche Menschen gibt, die sich kümmern wie dort. Leben Sie jetzt. Klingt banal. Aber später ist das Jetzt von jetzt vorbei. Für immer. Das Leben ist wie eine Wunderkerze. Es brennt ab. So oder so. Wundern müssen wir uns selber.

Lachen ist die beste Medizin

Humor hilft heilen - wie kommt man darauf und ist die Wirkung eines Klinik-Clowns nicht doch nur sehr flüchtig?

Der Clown ist in seiner Grundhaltung ein großes Kind, er staunt, er fragt unbefangen nach, er entdeckt in jedem Moment eine neue Welt. Im Krankenhaus engt sich der Blick oft ein auf das Leid, die Erkrankung, den Schmerz. Die Clowns erinnern in ihrem Spiel daran, dass es immer auch eine andere Seite gibt. Das tut den Kindern gut, aber auch den Geschwistern, den Eltern und der ganzen Station. Damit dieser anarchische Impuls weitergetragen wird, schult meine Stiftung „Humor hilft heilen“ unter anderem auch Pflegekräfte in Improvisationstheater, Beobachtungsgabe und herzlichem Kontakt. Denn Lachen ist die beste Medizin.

Wie kann man Humor lernen?

Erstens, indem man die lustigen Momente stärker wahrnimmt und zum Beispiel Fotos macht oder ein Humortagebuch führt. Zweitens, indem man sich gezielt mit humorvollen Menschen umgibt. Drittens, indem man von den eigenen Vorbildern lernt und Sketche nachspielt. Es war

100 Jahre Lions nahm Dr. Wolfgang Peter Peters wörtlich und bildete aus 100 Leroys diese Zahl. Die "Löwen" wurden anschließend für einen guten Zweck verkauft.

Fotos: Ulrich Stoltenberg

noch nie so einfach, an Bücher, DVDs, Videos et cetera heranzukommen. Wer heute nichts zu lachen hat, ist selber schuld.

Wie bringt man sich selbst humorvoll heilend durch den Tag? Wie motivieren Sie sich?

Wichtig sind: Dankbarkeit! Und Sinn stiften! Ich wäre viel gestresster und unglücklicher, wenn sich keiner für meine Kunst interessieren würde. Lieber zu Lebzeiten überschätzt als andersrum! Das Stressigste am Tourleben sind die Reisen und Übernachtungen, aber Gott sei Dank habe ich die Fähigkeit, mich schnell wieder zu erholen. Und was noch viel wichtiger ist: Die Freude, vor dem Publikum stehen zu dürfen, volles Haus und dann lachen die Menschen, sind berührt, auch mal nachdenklich - diese Freude und das Gefühl, etwas Sinnstiftendes zu tun, wiegt allen Stress wieder auf.

Klasse2000 ist ganz nah am echten Leben

Sie engagieren sich seit 2011 als ehrenamtlicher Klasse2000-Botschafter. Was ist aus Ihrer Sicht das Besondere an diesem Programm?

Ich liebe Klasse2000 aus mehreren Gründen: Es ist ganz nah dran am Leben, es vermittelt den Schülern Lebenskompetenzen, und es zielt auch auf die seelische Gesundheit. Und vor allen Dingen ist es eines der wenigen Programme in Deutschland, die einen Wirksamkeitsbeweis angetreten haben. Es gibt unheimlich viele Projekte, die kommen und gehen, und 25 Jahre in diesem Markt unterwegs zu sein, ist schon eine unglaubliche Leistung, noch dazu mit dem Stempel „Wirksamkeit“.

Vielen Dank für dieses Gespräch und „toi toi toi“ für Bühne und TV!

Chefredakteur Ulrich Stoltenberg im Interview mit Dr. Eckart von Hirschhausen in Ludwigsburg, kurz vor seinem umjubelten Auftritt beim Neujahrsempfang aller Ludwigsburger Lions Clubs.