

# Lachen macht gesund

## Humor als Medikament

Er heisst Dr. med. Dietmar Max Burger und er ist Gesundheits-Clown Massimo, Praktischer Arzt und Psychotherapeut. Erste Begegnung am weihnachtlichen «Abend für Humor und Freude». Der Raum ist dekoriert, Früchte liegen auf den Tischen, die Wände sind erhellt durch Kerzenlicht und die Stühle sind in einem Kreis angeordnet. Die Nervosität hat keine Chance, denn die spezielle Stimmung und der weihnachtlich gekleidete Leiter Dietmar Max Burger und Co-Leiter Reto Schellenberg lassen dies gar nicht zu. Meine Begleiterin übernimmt eine Blöckflöte, nur zum Warmhalten bis zur Übergabe an einen weiteren erstaunten Teilnehmer. Ich schnalle mir die überreichte Gitarre um, noch nie gespielt, aber es lässt sich doch immerhin gut trommeln darauf.

schiedlichen Alters, Frauen und Männer, mit Berufen wie Ärzte, Bauern, Lehrer, Hausfrauen, kaufmännische Angestellte, aber auch Pensionierte und Studenten sind dabei.

Das Medizinstudium in Ulm bildete eine wesentliche Ausgangsbasis. Ein Schlüsselerlebnis war für ihn die Arbeit in der Geriatrie. Wie die älteren Patienten strahlten, wenn er begann mit ihnen z. B. «Es Buurebüebli» zu singen. Sie blühten auf in der humorvollen Begegnung am Krankenbett. Sein Entschluss stand fest, er wollte Gesundheit!Clown werden. Deshalb besuchte er in Konstanz eine Clown-Akademie. Seit mehreren Jahren tritt er nun hauptberuflich als Gesundheit!Clown Massimo vor allem in Alters- und Pflegeheimen auf und zwar in unterschiedlichen Rollen wie z. B. als Kochlehrling, Kaminfeger, Rekrut, Kapitän oder auch als Gärtner. Angepasst an die (teilweise dementen) Bewohner und Patienten versucht er so in Einzelbesuchen oder in Gruppen Erinnerungen und Freude zu wecken, trotz aller Gebrechlichkeiten.

Mit einer Weiterbildung zum Psychotherapeuten am «Schweizer Institut für Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor E. Frankl» in Chur erweiterte er sein Berufsbild. Die Diplomarbeit hierzu schrieb er über die Wirkungen von Gesundheit!Clown-Besuchen bei betagten Menschen auf der Basis dieser Psychotherapie-Richtung. Er begleitet nun Senioren auch nach dieser lebenssinnorientierten Methode. Dadurch kann er auch die Seele behandeln, um so Lebenssinn, Humor und Freude als heilsame Ressourcen für die Gesundheit zu beleben. Die Freude ist ihm auch in der Psychotherapie als Seelenarzt und Gemütsdoktor sehr wichtig. Dietmar Max Burger besucht als Gesundheit!Clown Massimo einerseits ältere Menschen in verschiedenen Seniorenheimen sowie einem geriatrischen Spital und führt andererseits auf Wunsch als Psychotherapeut auch Gespräche vor Ort oder privat zu Hause durch.

Christine Culic-Sallmann

Humor als Gesundheitsförderer. Das Angebot besteht. zVg.

Es wird ein Abend ohne Anspannung, voller Freude, Humor und zwischendurch mit einem herzhaften Lachen. Alles Schwere aus dem Alltag ist vergessen. Im Mittelpunkt dieses Abends steht die Geschichte von Max Bolliger «Der Weihnachtsnarr». Im Laufe der Erzählung übernehmen die verschiedenen Teilnehmer die Rollen vom Weihnachtsnarren, den drei Königen, von den drei Kindern, der Schar Hirten, von Maria und Josef. In der Kreismitte bereitliegende Requisiten (Narrenkappe, Blume, Glockenspiel, Stern, leuchtendes Kerzenlicht) werden stichwortweise aufgenommen und führen die Botschaft der Weihnachtsgeschichte deutlich vor Augen. Die Teilnehmenden an den «Abenden für Humor und Freude» sind in der Regel unter-

### Angebote

Alle zwei Monate gibt es im Restaurant Hörnli Themenabende als «Humorcafé St.Gallen». Erstteilnehmende sind jederzeit herzlich willkommen.

Ab 2012 Angebot von Tagesseminaren unter dem Titel: «Die heilsame Kraft der Freude».

Habe ich Ihr Interesse geweckt?

Mehr Informationen gibt's unter: [www.clownmassimo.com](http://www.clownmassimo.com).