



**«Der eigenen Zensur entkommen!»**

**Christian Hablützel veröffentlicht erstes Buch in Gibberish**

*Der Lachyoga-Trainer Christian Hablützel ist der erste Autor, der ein Buch in Gibberish geschrieben hat. Mit dieser Kunstsprache will Hablützel seine Leserinnen und Leser zu den eigenen Emotionen zurückführen. Auf den ersten Blick erscheint es absurd, was der Persönlichkeitstrainer mit den 216 Seiten auf die Beine gestellt hat. Hablützel will Wegweiser von der Absurdität in die Normalität aufstellen. Christoph Müller hat das Gespräch mit dem Künstler Christian Hablützel gesucht.*

**Wer das Buch «Huplö lala düsel Fnurz» aus dem Regal nimmt, lieber Herr Hablützel, wird sich die Augen reiben. Denn beim kopflastigen Zeitgenossen sorgt es für Verwunderung. Ist dies der gewünschte Effekt?**

Verwunderung und Neugierde sind gute Voraussetzungen, um sich einem ungewöhnlichen Thema wie Gibberish anzunähern. Verwunderung ergibt sich zwangsläufig beim Lesen der Gibberish Sprache. Damit es nicht nur dabei bleibt, habe ich mich entschlossen einen Untertitel zu wählen, damit der kopflastige Leser nach dem ersten Kopfschüttler, das Buch nicht gleich wieder ins Regal zurückstellt ;-)

**Sie nennen das Buch «Huplö lala düsel Fnurz» ein Lesebuch. Den Eindruck, einen Ratgeber geschrieben zu haben, wollen Sie von vornherein vermeiden. Braucht das Buch die subjektive Erfahrung?**

Unbedingt. Gibberish entfaltet die grösste Wirkung, wenn es am eigenen Leib erfahren wird. Nur darüber zu lesen, würde den Kopf mit weiteren Informationen füllen, dabei soll der Kopf ja mit Gibberish für einmal abgeschaltet werden. Nach der Erfahrung, auf den letzten Buchseiten kann der Leser dann doch noch etwas über die Hintergründe und Wirkungsweise von Gibberish lesen.

**Als Lachyoga-Trainer oder Humor-Coach haben Sie Erfahrung damit, Menschen aus der Reserve zu locken. Wie viel Authentizität brauchen die Menschen, um sich auf Gibberish einzulassen?**

Viele Teilnehmer brauchen eine Sicherheit, um sich mit fremden Menschen auf solch eine unbekannte Erfahrung einzulassen. Die Angst sich blamieren zu können, steht für viele im Vordergrund. Authentizität ist daher ein wesentlicher Faktor, der die Erfahrung erst möglich macht. Jemandem, der da unglaublich erscheint, wird niemand in diese unberechenbare Erfahrung folgen!

**Das Buch «Huplö lala düsel Fnurz» soll den Menschen Spaß machen. Ist uns denn Alltagsfreude in der Gegenwart aus Ihrer Sicht verloren gegangen?**

Es ist bestimmt schwieriger geworden, den Fokus auf die positiven Seiten des Lebens zu richten. Wir werden täglich mit negativen Schlagzeilen gefüttert, was Unsicherheiten, Sorgen und Ängste fördert. Auch der tägliche Leistungsdruck und der damit verbundene Stress, der bei vielen Menschen den Alltag bestimmt, bietet wenig Zeit und Raum für Achtsamkeit, welche die Freude erst ermöglicht. Geschweige für ein Spassklima. Dabei sind Freude und Spass wichtige Ressourcen, die es heute je länger je mehr braucht, um die Herausforderungen des Alltags konstruktiv zu meistern.

**Das Video zum Buch serviert die eine oder die andere Überraschung für die visuelle Wahrnehmung. Inwieweit ist Gibberish eine Überraschung für Körper, Seele und Geist?**

Überraschung hilft, der eigenen Zensur zu entkommen und vorgefertigte Meinungen und Erwartungen zu sprengen. Diese stehen einer ganzheitlichen, sinnlichen Erfahrung meistens im Weg. Der Verstand, der stets alles kontrollieren möchte, kann die unbekanntes Worte beim Gibberish Brabbeln nicht einordnen. Er wird überrascht, überfordert und kapituliert. Daher schaltet der Kopf aus und es entsteht eine körperliche und seelische Entspannung und Befreiung die oft auch ins Lachen mündet. Gibberish ist daher eine Stressbewältigungs-Methode und eine Humortechnik. Denn auch beim Witz, löst die Überraschung den Lacher aus!

Herzlichen Dank für das Interview.  
Christoph Müller