

# Lachen ist gesund und entspannt

Der Pantomime Fabian Cohn improvisiert mit Bewohnern des Altersheims Adullam

Von Martin Brodbeck

**Basel.** Alice Bloch lacht. «Dieses Spiel habe ich als Kind auch gekonnt.» Fabian Cohn führt ihr ein Fadenspiel vor. Alice Bloch leidet an Makula. Sie sieht darum nicht mehr gut. Aber die bunten Blumen, die ihr der Pantomime als Nächstes hervorzaubert, erkennt sie. Die verzaubern sie. Und den Ball, den ihr Cohn zuspült, wirft sie elegant zurück. Ein kleines Pingpongspiel zwischen den beiden ist die Folge.

Geschminkt als klassischer Pantomime und kostümiert durchstreift Cohn mit der Adullam-Alltagsgestalterin Beatrice Brönnimann das Alters- und Pflegeheim für spielerische Interaktionen. Auf einem Wägelchen schiebt er einen CD-Player mit dem Soundtrack von Charlie-Chaplin-Filmen und verschiedenen Gegenständen vor sich her, schenkt da ein freundliches Lächeln, winkt dort einem Bewohner zu. Wortlos kommt er mit den Menschen in Kontakt, macht deutlich, dass man mit dem Körper mehr sagen kann als mit tausend Worten.

## Symbol für langes Leben

In Friedrich Andrist findet er einen dankbaren Mitspieler. Der geniesst besonders die Rücken- und Kopfmassage, die ihm der heitere Pantomime spontan bietet. Zum Schluss erhält Andrist wie die anderen Heimbewohner auch einen gefalteten Kranich. Andrists Nachbarin Hedwig Ruh freut sich schon auf den kleinen Papiervogel, den Cohn in hundertfacher Ausführung als kleines Geschenk für die Heimbewohner selber gefaltet hat. Das Präsent hat eine tiefere Bedeutung. Der Kranich gilt in Japan als Symbol für ein gutes und langes Leben.

Hedwig Ruh hebt ihre Arme einem Vogel gleich hoch. Sie wird für einen kurzen Moment selber zur Pantomime. Es sind diese Augenblicke, von denen Cohn im Vorgespräch mit der BaZ gesagt hat, dass er nicht nur etwas gibt, sondern auch etwas von den Heimbewohnern zurückbekommt. Ruh geniesst das Spiel mit dem Pantomimen und scherzt. «Ich würde mir das am liebsten von meinem Arzt verschreiben lassen.»

## Altersheim mit Humorkonzept

Natürlich ist die Kunst der Pantomime keine medizinische Therapie. Das Adullam arbeitet mit Cohn im Rahmen seines Humorkonzepts zusammen. Dieses ist Teil des Aktivierungsprogramms. Doch Cohn präsentiert bewusst keine Vorstellungen, die von den Heimbewohnern besucht und konsumiert werden. «Im Zentrum steht die Begegnung, die gegenseitige Wahrnehmung, die Empathie, das Miteinanderspielen und vor allem das gemeinsame Tun und Erleben», so Cohn. Lachen ist gesund. Ein Lachen entspannt die Muskeln. «Wenn ich die Heimbewohner für einen Moment oder etwas länger glücklich machen kann, habe ich mein Ziel erreicht», sagt Cohn lächelnd.

Nicht zu allen Bewohnern findet der Pantomime einen guten Zugang. Ein erblindeter Patient verharrt in seiner Abwehrhaltung. Auch die Duftstoffe, die ihm Cohn zum Riechen anbietet,



**Durch die Blume.** Pantomime Fabian Cohn und Adullam-Bewohnerin Alice Bloch verstehen sich auch ohne Worte glänzend. Foto Aissa Tripodi

lassen ihn nicht gelöster werden. «Ich kann nie sicher sein, ob mein Spiel auch ankommt», so Cohn bei unserem vorgängigen Gespräch. Mit einer kleinen Verbeugung zieht sich der Pantomime zurück. Beatrice Brönnimann begleitet den blinden Patienten zurück in sein Zimmer.

Die Biografie des 35-jährigen Fabian Cohn ist ungewöhnlich. Aufgewachsen ist er in Muttenz. Die ersten Lebensstationen des späteren Künstlers sind recht trocken und gutbürgerlich: Gemeindeforschung Muttenz, Geschäftsprüfungskommission Muttenz, Feuerwehr, Jusstudium in Basel mit Abschluss als lic. iur., Praktikum in den Parlamentsdiensten im Bundeshaus. Danach die erste Stelle als Verwaltungsjurist im Amt für Sozialversicherungsbeiträge des Kantons Basel-Stadt.

Doch dann, vor sieben Jahren, vollzog Cohn den grossen Bruch, gab die sichere Verwaltungsstelle auf, brach die Zelte in Basel ab und zog nach Berlin, wo er an der Etage (Schule für die darstellenden Künste) ein dreijähriges Studium zum Pantomimen und Mimen absolvierte. «Ich habe immer schon gerne gespielt,

aber Schauspieler allein wäre mir zu wenig gewesen», kommentiert Cohn seinen Werdegang. Als Pantomime könne er sein eigener Stückeschreiber, Regisseur und Darsteller sein.

Natürlich werde er immer wieder gefragt, warum er seine gesicherte Juristenstelle mit seinem Engagement als freischaffender Pantomime, Mime und Schauspieler getauscht hat. Für ihn sei es nicht nur ein Sprung in die Unsicherheit gewesen, sondern ein Sprung in ein tolles Abenteuer. Er habe gespürt, dass die Juristerei nicht sein Leben sei. Seinen Wechsel habe er keine Minute lang bereut.

## Wohl in der Haut

Ich sitze mit Fabian Cohn im Café des Adullam. Wir sinnieren über das, was die Gesundheit begünstigt. Wichtig sei, dass die Menschen im Hier und Heute lebten und da ihr Glück und ihre Zufriedenheit fänden, sagt Cohn. Er sieht die Gefahr, dass man nur auf eine ferne scheinbar bessere Zukunft hinarbeitet und dabei die Gegenwart vergisst. Er selber fühlt sich heute in seiner Haut wohl. «Früher habe ich die Sonne

## Gesundheitstipps

### Sein Leben so leben, wie man es möchte

Ein Pantomime im Altersheim mag auf den ersten Blick ein ausgefallenes Gesundheitsthema sein. Ist es aber nicht. Abwechslung und Überraschung im Alltag tun auch jenen gut, die altersbedingt an vielfältigen Gebrechen leiden. Und das Beispiel des Pantomimen und Juristen Fabian Cohn steht auch für etwas anderes. Wer sein Leben so lebt, wie er es möchte, der fühlt sich wohler in seiner Haut. Wer sein Glück nicht in die Zukunft verschiebt, sondern im Hier und Heute umzusetzen versucht, stärkt seine Psyche. Das ist noch kein Garant für ein gesundes Leben. Krankheit kommt oft als Schicksal. Aber wir alle spüren die Wechselwirkung zwischen Körper und psychischem Wohlergehen. -eck

draussen scheinen sehen und bin in einem Bürobetrieb ein Rädchen gewesen», scherzt er. Heute könne er das machen, was ihn erfülle: «Je mehr man Dinge tut, die einen interessieren und Sinn machen, desto zufriedener ist man – und das ist ein wichtiger Beitrag an die Gesundheit.» Ihm bedeute die Arbeit mit seinem Körper viel, sagt Cohn. Allerdings könne dies auch zu einer grossen körperlichen Beanspruchung führen. Darum seine Devise: «Man muss darauf achten, mit seinem Körper und nicht gegen ihn durchs Leben zu gehen.»

Die Bewegungsfreiheit, die Cohn als freischaffender Künstler hat, lässt ihn auch an Grenzen stossen. Es komme vor, dass er bis um ein Uhr morgens am Computer sitze. Denn Cohns Engagement ist vielfältig. Er ist seit 2009 auch noch Dozent für Körpersprache an der Media-Design-Hochschule in Berlin. Und einen Tag in der Woche engagiert er sich für die Künstlergewerkschaft. Da kommen ihm seine juristischen Kenntnisse zustatten.

Seine juristische Vergangenheit will Cohn ohnehin nicht verleugnen. Sein erstes Pantomime-Stück hiess denn auch «Alles, was Recht ist» und befasste sich unter anderem mit der Finanzkrise und Menschenrechten. Sein Erstberuf steht auch hinter seinem Engagement im Adullam. Martin Birrer, Cohns früherer Chef bei der Basler Verwaltung, ist inzwischen Adullam-Direktor und hat in dieser Position Cohns ungewöhnliches Pantomime-Experiment ermöglicht. Inzwischen sind weitere Heime in der Schweiz dazugestossen.

Pantomimische Besuche in Akutspitälern hat sich Cohn noch nicht überlegt, könnte sie sich aber vorstellen. Immerhin arbeitet das Universitätskinderhospital beider Basel (UKBB) seit einiger Zeit erfolgreich mit Spitalclowns. Darum meine Frage: Wieso sollen Patienten, die weder ganz jung noch ganz alt sind, nicht auch nach der Devise «Lachen ist gesund» genesen dürfen?

[www.fabian-cohn.ch](http://www.fabian-cohn.ch)