



„Lachen ist gesund“

Februar... Rosenmontag, Verkleiden, Lachen, Schunkeln...

Vieles wird in diesem Jahr nicht stattfinden, aber müssen wir auf das Lachen verzichten? Vermissen Sie genauso wie ich auch das Lachen? Das herzhafte Lachen mit anderen Menschen? Ein Lächeln das man sehen kann? Die Welt ist stiller geworden. Lachen ist gesund und das beste Mittel gegen Stress.

Psalm 126

Ich bin vergnügt, erlöst, befreit. Gott nahm in seine Hände meine Zeit, mein Fühlen, Denken, Hören, Sagen, mein Triumphieren und Verzagen, das Elend und die Zärtlichkeit. Was macht, dass ich so fröhlich bin in meinem kleinen Reich? Ich sing und tanze her und hin vom Kindbett bis zur Leich. Was macht, dass ich so furchtlos bin an vielen dunklen Tagen? Es kommt ein Geist in meinen Sinn, will mich durchs Leben tragen. Was macht dass ich so unbeschwert und mich kein Trübsinn hält? Weil mich mein Gott das Lachen lehrt, wohl über alle Welt.
(nach Hanns Dieter Hüsch)

Im Himmel wird der Betriebsausflug geplant. Man weiß aber nicht so recht, wohin man fahren soll.

Erste Idee: Bethlehem. Maria ist aber dagegen. Mit Bethlehem hat sie schlechte Erfahrungen gemacht: Keine Hotelzimmer und so. Nein, kommt nicht in Frage.

Nächster Vorschlag: Jerusalem. Das lehnt Jesus ab. Ganz schlechte Erfahrungen mit Jerusalem!

Nächster Vorschlag: Rom. Die allgemeine Zustimmung hält sich in Grenzen, nur der Heilige Geist ist begeistert: "Oh toll, Rom! Da war ich noch nie!"

Leiste dir ein Lächeln!

Schau einmal in den Spiegel, sieh dein eigenes Gesicht. Dahinter wohnst du. An deinem Gesicht kann man sehen, ob du dir Masken aufsetzt, eine verächtliche, eine aalglatte, eine unterwürfige, eine zuckersüß lächelnde, eine gleichgültige, eine verbissene...Dein Gesicht ist der Spiegel deines inneren. Verträgt dein Gesicht kein Lächeln, dann ist dahinter etwas faul. Ein kaltes Gesicht kommt aus einem kalten Herzen. Menschen mit sauren Mienen versauern das Leben. Mach dein Herz gesund. Zaubere aus deinem Herzen ein Lächeln hervor; auf der Straße, im Büro, bei der Arbeit, beim Gespräch, zu Hause. Weil du es schön findest, einfach so. Kannst du nicht lachen, kannst du nicht leben. (Phil Bosmans)

Der Papst besucht zum ersten Mal eine Sauna und ist begeistert. Er sagt: „So gut habe ich mich schon lange nicht mehr gefühlt. Das machen wir morgen gleich nochmal.“ Ein Würdenträger flüstert ihm ins Ohr: „Eure Heiligkeit, morgen geht nicht, da ist gemischte Sauna.“ Darauf der Papst: „Macht nichts. Mit den paar Protestanten werden wir auch noch fertig.“

Die Kunst des Clowns

Man muss viel lachen, selbst dann, wenn man traurig ist. Gott hat uns das Leben gegeben, damit wir glücklich sind und lachen können. Viele Menschen können nicht mehr lachen. Vielleicht sollten sie versuchen einen Clown nachzuahmen, der in seinem Herzen weint und trotzdem spielt, mit einem Lachen auf den Lippen und so von den Tränen seines Herzens befreit wird. Lachen heißt Abstand zu sich selbst zu gewinnen, sich nicht zu ernst zu nehmen. Jeder sollte ein bisschen ein Clown sein. Weil ein Clown immer für andere lebt, nie für sich selbst. Er steht nie im Mittelpunkt, er spielt nur in der Pause, denkt nicht an sich und hat nur ein Ziel, andere Menschen zum Lachen zu bringen. Der Clown verteidigt immer die Kleinen und Hilflosen. Er lacht über die Großen. Er lacht vor allem über das, was grotesk ist, was aber die meisten Menschen gar nicht merken. Er macht es ihnen bewusst. Aber der Clown verletzt nicht. Ein Clown kann lachen, auch wenn er traurig ist.

(Phil Bosmans)

Tünnes und Schäl, beide voll wie Eimer, schwanken durch die Straßen von Köln unter Absingen von despektierlichem Liedgut durch Köln:

„Maria durch Köln-Dünnwald ging...“

Die zwei kommen am Friedhof Melaten vorbei und beschließen eine Abkürzung zu nehmen.

Mitten auf dem Friedhof überkommt sie eine bleierne Müdigkeit, und beide sinken zwischen den Gräbern nieder.

Am nächsten Morgen wird Tünnes wach und schaut sich um.

Was sieht er? Gräber. Soweit das Auge reicht. In dem Augenblick wird Schäl wach. Er rappelt sich auf und sagt:

„Tünnes, was ist los?“ „Was los ist, kann ich dir sagen.

Auferstehung! Wir zwei sind die ersten.“

Ein Lächeln

Ein Lächeln kostet nichts, aber es gibt viel. Es macht den reich, der es bekommt, ohne den, der es gibt, ärmer zu machen. Es dauert nur einen Augenblick, aber die Erinnerung bleibt – manchmal für immer.

Niemand ist so reich, dass er ohne ein Lächeln auskommen kann und niemand so arm, dass er nicht durch ein Lächeln reicher gemacht werden könnte. Ein Lachen bringt Glück ins Haus, fördert den guten Willen im Geschäft und ist ein Zeichen für Freundschaft.

Es gibt dem Erschöpften Ruhe, dem Mutlosen Hoffnung, dem Traurigen Sonnenschein, und es ist der Natur bestes Mittel gegen Ärger.

Man kann es nicht kaufen, nicht erbetteln, leihen oder stehlen, denn es ist so lange wertlos, bis es wirklich gegeben wird. Manche Leute sind zu müde, dir ein Lächeln zu geben. Schenke ihnen deines! Niemand braucht ein Lächeln nötiger als jener, der keines mehr zu geben hat.

(Verfasser unbekannt)

Ein rheinischer Bischof wird jeden Morgen lautstark von seinem Papagei begrüßt:

“Guten Morgen, Herr Bischof!“

Als der Bischof schließlich zum Kardinal ernannt wird, tituliert ihn der Papagei weiter als Bischof.

Dem werd ich´s zeigen, denkt der Würdenträger eines Morgens.

Er zieht seine roten Kardinalgewänder an und baut sich vor dem Papagei auf.

Der ist verblüfft, tritt ratlos von einem Bein auf das andere, legt den Kopf schief und ruft:“ Kölle Alaaf!“

Wendetext: **Gibt`s was zu lachen?**

Gott lächelt uns jeden Tag verschmitzt zu und hört unser fröhliches Gelächter wie Musik!
Nein. Tatsache ist
dass Gott streng ist und wir ihm durch unser Versagen ewig die gute Laune verderben
Ich denke nicht
Dass Gott immer wieder Gnade vor Recht ergehen lässt
Dass Jesus der Gottessohn etwas zu lachen hatte hier in diesem Jammertal
Dass der Geist Gottes wirklich in der Welt lebendig ist
Die Wahrheit ist
Dass Christsein ausschließlich eine ernste Sache ist und ein schweres Los.
Ich weigere mich zu glauben
Dass ich einfach angenommen bin, aus Fehlern lernen und mich freuen darf wie ein Kind
Und Dass Gott es mit Humor nimmt, wenn mir etwas total daneben geht
Es ist doch ganz klar
Dass Gott dem Bösen in der Welt keinen Einhalt gebietet
Dass Jesus vergeblich für uns gelebt hat und gestorben ist
Dass der Heilige Geist in der Kirche verrammelte Türen und Fenster vorfindet
Ich kann unmöglich glauben
Dass in der Zukunft die Hoffnung liegt und die Menschen sich bessern
Es wird sich zeigen
Das Leben ist hart und endet tödlich
Du liegst falsch, wenn du glaubst
An jedem Morgen bringt ein neuer Tag die Chance für einen neuen Anfang
Ich bin überzeugt
Bemühungen sind sinnlos, das Christentum wird bald ausgestorben sein.
Es wäre ein trauriger Irrtum, würde ich sagen:
Als ich zur Welt kam, brachte ich eine frohe Botschaft aus dem Himmel mit!
Humor ist eine göttliche Tugend!

(Lesen Sie nun den Text von unten nach oben)

fdH: Ingeborg Bongardt