

7 Wochen

MEHR... *lachen*

Die fröhliche Faschingszeit ging heuer eher still vorüber und in diesen herausfordernden Zeiten scheint uns das Lachen bisweilen schwer zu fallen. Lachen aber erfrischt und ist gesund für Geist und Seele. In dieser Woche sollen die Momente des Lachens im Mittelpunkt stehen.

## Aus der Bibel

Schon im Buch Hiob ist vom Lachen die Rede. Eigentlich geht es Hiob nicht gut, denn er erfährt schlimme Schicksalsschläge. Trotz allem hält Hiob an seinem Gott fest. Ein Freund ermutigt Hiob mit folgenden Worten: „Mit Lachen wird er deinen Mund füllen und deine Lippen mit Jubel“. (Hiob 8,21)

## Gebet

Ein strahlendes Lächeln  
Ich wünsche Dir ein strahlendes Lächeln  
für alle und von allen, die Dir begegnen.  
Ich wünsche dir ein strahlendes Lächeln,  
das mit guter Laune ansteckt,  
das den Tag heller und freundlicher macht,  
das verschlossene Türen öffnet,  
das Kontakte knüpft und Freundschaften anstößt,  
das den Griesgram aus seiner Reserve lockt,  
das Kränkungen vergessen lässt,  
das Brücken schlägt und Streit beendet.  
Ich wünsche dir und mir ein strahlendes Lächeln,  
das uns durch den Tag begleitet.

*Gisela Baltés*

## Eine Geschichte

### Die kleine Geschichte vom breiten Lächeln (Heinz-Walter Hoetter)

Der alte Peter Miesekopf war überall in der Stadt als missgelaunter Mann bekannt, den alles ärgerte. Mal schimpfte er über das Wetter, dann wieder über die lauten Kinder, die gleich neben seinem Haus auf einem Fußballplatz spielten. Es gefiel ihm auch nicht, wenn die Menschen auf dem grünen Rasen im Park herumliefen oder sich dort hinlegten, wenn die Sonne schien, um sich von ihr wärmen zu lassen.

Peter Miesekopf war in der Tat ein richtiger Querulant, der stets mit böser Miene herumlief und nie lachte. Deshalb machten auch die meisten Menschen, die ihn kannten, einen großen Bogen um ihn herum und mieden ihn tunlichst wegen seiner oft komischen, unangenehmen Art.

Eines Tages klingelte es draußen an Tür von Herrn Miesekopf. Als er sie öffnete und durch den schmalen, offenen Spalt nach draußen lugte, stand da ein wunderbares Lächeln auf der Treppe, das ihn freundlich ansah und ihn bat, die Eingangstür doch bitte noch ein bisschen weiter aufzumachen, damit es in sein Haus könne.

Der Alte dachte natürlich nicht daran, denn er fühlte sich durch das breite Lächeln vor seiner Tür irgendwie belästigt. Schon wollte er wieder losschimpfen, als ein heftiger Windstoß ihm die Tür aus der Hand riss, die mit einem dumpfen Knall gegen die innere Flurwand polterte.

Jetzt stand das breite Lächeln auf einmal direkt vor ihm, sprang ihm sogleich ins Gesicht und machte es sich dort gemütlich. Peter Miesekopf bekam das aber alles nicht mit, denn jetzt fluchte er laut herum, weil ihm die Tür durch den Windstoß entglitten war und den Putz an der Wand beschädigt hatte. Muffelig ging er zurück ins Haus und war den ganzen Tag schlecht gelaunt.

Am nächsten Morgen machte er sich fertig, um einige wichtige Dinge in der Stadt zu erledigen. Unterwegs kamen ihm andere Leute entgegen, die ihn plötzlich freundlich grüßten und ihm allesamt fröhlich zuwinkten. Peter Miesekopf wunderte dies sehr, weil er sich das einfach nicht erklären konnte, warum die Menschen auf ihn einmal fröhlich und gut gelaunt zuzingen.

Immer mehr Leute kamen an ihm vorbei und alle lächelten sie ihm zu. Als er schließlich vor einem Blumengeschäft stand, drückte ihm die junge Verkäuferin sogar eine Sonnenblume in die Hand und wünschte ihm gleichzeitig einen schönen Tag.

Der alte Herr Miesekopf war darüber total verblüfft, doch er fühlte sich auf einmal gegen seinen Willen irgendwie schon viel besser. Überhaupt schien an diesem Tag alles ganz anders zu sein als sonst. Der Himmel kam ihm viel blauer vor als früher, und die liebe Sonne wärmte wohlthuend sein Gesicht, was ihm vorher nie aufgefallen war. Als er etwas später am Stadtpark mit den herrlich grünen Wiesen vorbeikam, winkten ihm auch hier alle Leute zu und lächelten ihn dabei freundlich an. Selbst die Vögel im Park zwitscherten um die Wette, als würden sie es nur für ihn tun. Peter Miesekopf konnte sich das alles nicht erklären, aber er genoss es trotzdem. Er fühlte sich wie ein neuer Mensch.

Als er später nach Hause kam und seine Jacke auszog, schaute er dabei zufällig in den breiten Flurspiegel. In seinem Gesicht sah er ein breites Lächeln, das er die ganze Zeit gar nicht bemerkt hatte.

Deshalb sind mir die vielen Leute also freundlich entgegengekommen, dachte der Alte so für sich und fühlte sich mehr als nur gut dabei.

Genau aus diesem Grunde wollte Herr Miesekopf jetzt sein breites Lächeln nicht mehr ablegen, weil es schlagartig sein ganzes Leben verändert hatte und ihn nunmehr glücklich werden ließ.

## Ideen für diese Woche

♥ Ich achte bewusst darauf, was mir ein Lächeln ins Gesicht zaubern kann

♥ Ich lache einmal auch ohne Grund aus vollem Herzen

♥ Ich suche einen Witz oder eine lustige Geschichte und erzähle sie einem anderen Menschen

♥ Ich schreibe einen Grund zum Lachen auf die **MEHR...** Pinwand in der Kirche