

## **AUGENBLICK MAL! – KIRCHE IM LOKALRADIO**

27.04.2022, INES PLIEN

### **Herzhaft lachen**

Neulich war ich bei einer Aufführung eines Improtheaters. Hier in Rheine, im Gertrudenstift. Kennen Sie das? Improtheater? Auf Zuruf, auf ein Geräusch hin, mit spontanen Einwüfen und eben so viel schauspielerischem Talent, bringen Menschen Großartiges auf die Bühne. Es ist lustig, es ist kurzweilig, es ist improvisiert und eine witzige Szene löst die nächste ab. Lange habe ich mich am Stück nicht mehr so unbeschwert gefühlt.

Nicht nachdenken müssen über die schrecklichen Ereignisse nicht unweit von hier in der Ukraine. Nicht nachdenken müssen, wie es nun mit all den Lockerungen um Corona weiter gehen mag und wie ich mich dazu positionieren möchte. Nicht planen, was die Kinder morgen haben. Nicht an die Arbeit denken und überlegen, wie ich alles unter einen Hut zu bekomme. Ich konnte wirklich eine Zeit lang nur im Hier und Jetzt sein.

Puh, denn wir hetzten und rennen und machen und tun. Und schwere Themen begleiten uns - bewusst oder unbewusst. Manchmal kommt es mir so vor, als würden wir uns selbst das Lachen verbieten. Das ist keine gute Idee.

Lachen hilft, lenkt ab, reguliert, verbindet, bringt Leichtigkeit in den Alltag. Bitte versuchen Sie doch, einfach mehr zu lachen. Sicherlich haben wir nicht immer einen Grund dazu. Aber ich glaube: Gott ist ein Lustiger, ein Fröhlicher. Der lacht sich bestimmt über so einiges hier auf Erden kaputt. Das sollen wir auch tun. Schwer genug ist es eh. Also: Nicht alles auf die Goldwaage legen oder diskutieren. Schmunzeln, wenn etwas schief geht. Das Gegenüber anlächeln. Und wieder mal öfter herzhaft lachen.

Ines Plien, Schulseelsorgerin in Rheine