

## Lachen ist gesund!

Meine lieben Schwestern, liebe Brüder,  
nun ist er da, der Fasching, wieder!  
Obwohl, wenn Ihr mich ehrlich fragt:  
Der Fasching ist vielerorts abgesagt!  
Zu schlimm waren die Nachrichten in der Welt,  
dass es mir die Haare aufstellt.  
Da sagten manche: völlig klar –  
Die Umstände zwingen uns fürwahr,  
das Lustige in diesem Jahr zu lassen,  
weil wir den Terror alle hassen.  
Doch andere meinen wiederum,  
das wäre doch eigentlich wirklich dumm,  
wir würden es dadurch doch aufgeben,  
unser gewohntes Leben hier zu leben!  
Wenn wir zurückschau'n, gab es immer Zeiten,  
in denen Menschen sich nicht freuten –  
und dennoch haben sie's gewagt  
und den Kampf dem Trübsal angesagt.  
Außerdem haben wir hier jüngst bekommen  
Einen blauen Himmel für alle Frommen  
Und auch für all die andern.  
Denn wir sollten alle wandern  
Unter dem **einen** großen Himmelszelt  
Als Kinder des **einen** Vaters in der Welt  
So stehts in der Bibel wohl geschrieben  
Ob gerecht oder nicht wir sind geblieben:  
Über beiden wird die Sonne scheinen  
Und ob wirs gut oder böse meinen:

Der Regen wird gleich auf alle tropfen  
Und an jedes Menschen Fenster klopfen!  
Verstecken sollen wir uns jedenfalls nicht,  
diese Ermutigung hat Gewicht!  
**Und so lautet der Kehrsvers heute aus meinem Mund:  
Lachen ist gesund!**

Natürlich ist Lachen schlecht vorzuschreiben  
und der Pessimismus nur sehr schwer auszutreiben!  
Von daher heißt im Evangelium,  
Mensch Leute, seids doch nicht so dumm  
Und sucht immer Splitter in anderen Augen,  
das kann auf die Dauer doch nicht taugen!  
Meist liegt es vor allem an der eignen Stirn,  
sprich: an dem Brett vorm eignen Hirn!  
*(wörtlich im eignen Aug der Balken,  
doch lässt sich hier kein Reim entfalten!)*  
Das heißt für mich mit andren Worten:  
Wer zu jeder Zeit an allen Orten  
Bei jedem zum Meckern etwas findet,  
für den wohl alle Menschen schwierig sind.  
Vielleicht wär in diesem Fall der Balken:  
Was die andern wohl von mir selber halten?  
Vielleicht, so denk ich, könnte Sinn es machen,  
auch mal über mich selber laut zu lachen.  
**Denn wichtig ist vor diesem Hintergrund:  
Lachen ist gesund!**

Da les ich neulich in der ZEIT  
Es liegt zurück gar nicht so weit:  
Ein Mann wird von seiner Frau geschickt,  
mit einem Einkaufszettel rasch bestückt,

Soll Eier, Mehl und Käse kaufen,  
Und was sonst die Küche kann gebrauchen.  
Und dann sagt sie zu ihm ganz keck:  
Und ich bitte Dich, sei doch so nett,  
wenn Dich was anlacht unterwegs,  
sei es ein Schinken, sei es ein Keks,  
dann nimm's einfach mit und sei nicht bang  
und überleg vor allem gar nicht lang:  
Pack es in Deinen Einkaufswagen,  
brauchst mich nicht extra groß zu fragen,  
Überraschungen mag ich auch sehr,  
und damit tu ich mich nicht schwer!  
Gesagt, getan, der Mann zieht los  
Und nimmt den Einkaufswagen – ganz in groß –  
Die Frau hat so viel aufgetragen,  
da braucht es schon den großen Wagen.  
Der Mann indes hat es geschafft,  
den großen Einkauf gut vollbracht.  
An der Kasse ist die Rechnung lang,  
doch ist dem Mann dabei nicht bang,  
denn nach dem finalen Kassenklick  
bekommt er einen freundlichen Blick  
von der Kassiererin: „Bar oder mit Karte“  
Er zückt die Scheine rasch und wartet -  
Entgegen nimmt sie rasch das Geld,  
das sie dann auch noch hurtig zählt,  
und fragt mit Augen – strahlend klar  
ob alles heut in Ordnung war.  
Ein Lächeln an der Rechnungsstelle  
Macht gute Laune auf die Schnelle!  
Egal, wieviel zu zahlen sei  
Das Lächeln macht es – eins zwei drei,

dass sich die Mine schnell aufhellt  
und freundlich wirkt die ganze Welt!  
Er zahlt, packt ein und fährt nach Haus,  
packt alles in der Küche aus.  
Die Frau schaut auf Mehl und Zimt  
Und stellt rasch fest, dass alles stimmt.  
Dann fragt sie noch mit gespielter Strenge,  
nicht um ihn ernsthaft zu bedrängen:  
„Und sonst hat Dich nichts angelacht,  
das hättest Du mir mitgebracht?“  
Dem Mann fällt's grade wieder ein,  
er überlegt und meint drauf: „Nein!  
Das heißt, doch, freilich! Wenn ich ehrlich bin  
War da doch die Kassiererin!  
Die hat mir geschenkt ein Lachen,  
als ich wollt am Schluss die Kasse machen,  
Und mich angeschaut mit netten Augen  
Ich wollte es erst gar nicht glauben!  
Doch als ich sie beim Gehen fragte  
Und zu ihr ganz freundlich sagte,  
ob sie nicht mit mir kommen möcht',  
Da meinte sie: „Heute wäre es ganz schlecht!“  
Drum hab' ich sie nicht mitgebracht,  
obwohl sie mich so angelacht!“  
Die beiden schaun sich an und prusten  
vor Lachen so, dass sie fast husten –  
und finden die Geschicht' so toll,  
dass es auch die Zeitung wissen soll  
und dadurch viele 1000 Leute,  
die darüber auch noch lachen heute!  
**Sie merken, die Geschichte ist schon in aller Mund  
Und wir lernen draus: Lachen ist gesund!**

Ihr Lieben, nur ein Beispiel, wie aus leichtem  
Humor, gar nicht so seichten,  
des Alltags lustige Szenen werden,  
obwohl so Vieles schwer auf Erden.  
Über so viel könnt ich mich oft aufregen,  
doch soll ich meine Gesundheit pflegen!  
Von daher möchte ich das Schimpfen lassen,  
mir allenfalls ans Hirn hinfassen!  
Und nochmal, das ist ja auch der Bibel Rat,  
die schlechten Bäume in der Tat  
nicht weiter zu bedauern,  
und das Unheil zu betrauern  
sondern das kleine Glück doch zu erkennen  
und es auch wirklich zu benennen!  
Das geht, sie glauben's kaum, tatsächlich,  
denn andersherum ist es ja auch möglich,  
an allem etwas zu kritisieren,  
das geht wirklich langsam an die Nieren!  
Natürlich weiß ich auch bei vielen Themen,  
die mich in der Zeitung täglich lähmen,  
nicht wie das noch sinnvoll ausgehen soll,  
ich hab den Eindruck, mich knutscht ein Troll!!  
doch wird's nicht besser durch das Jammern,  
außer dass leiden meine Herzkammern!  
So mancher, das fällt mir oftmals auf,  
hat im Alltag nur eine Platte drauf  
die heißt:  
**Da is der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Die Politik, die macht mir richtig Angst,  
ich schlag die Zeitung auf: Oje, mir gaangst!  
Schau ich bloß nach Amerika,  
da wird mir täglich sonnenklar:

Was da so läuft, ist wirklich schlimm -  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Der Krieg in vielen Ländern tobt  
Und keiner ist in Sicht, der hier sagt STOP!  
Israel und Gaza, Russland und die Ukraine  
Erfolge sieht man nirgends keine!  
Das hat doch wirklich alles keinen Sinn!  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Deutschland wählt den Bundestag,  
man mag sich fürchten, keine Frag  
Das Ergebnis ist an sich ein Graus,  
man hört: es ging ja nochmal glimpflich aus!  
Doch schaut man mal genauer hin:  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Man könnte in Regensburg an manchen Tagen  
Wegen mancher Themen echt verzagen:  
Auf vielen Straßen täglich Stau,  
an vielen Rändern ein Verhau,  
wo du gräbst, is ne Bombe drin  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Auch in Harting ist nicht alles gut,  
Manchen packt da glatt die Wut:  
Der Bus fährt selten, die Raser schnell,  
Wer da herbaut, kennt man auch nicht, gell?  
In'd Kirch gehns alle nimmer hin:  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**  
Ja richtig, die Kirche, die never ending story:  
Da gibt's viel Verdruss und wenig glory!  
Jeder kann immer mehr erzählen,  
warum er tut den Austritt wählen,  
da hilft kein Schnaps, kein Koffein:  
**Da ist der Wurm drin, da ist der Wurm drin!**

So könnten wir jetzt weitermachen,  
Und ich sags Ihnen: s'ist nicht zum Lachen!  
Aber genau das ist ja das Problem,  
das viele Menschen nicht verstehn:  
dass es tatsächlich wichtig ist,  
worauf mein Blick gerichtet ist:  
Was ich genauer sehen **möchte**:  
Das kleine Gute – oder nur das große Schlechte!  
Wie sagts das Evangelium?  
Es geht im Wesentlichen darum,  
was ich im Herzen hin und her beweg,  
denn davon ist auch viel die Red  
(„*Wovon das Herz ist voll zur Stund,  
davon redet auch der Mund!*“)  
Wenn ich das Schlechte nur bedenke,  
dann werd' ich mir nichts Gutes schenken!  
**Wenn öfter Lustiges spricht mein Mund,  
dann gilt: Lachen ist gesund!**

Die Bitte der Frau von unserer ersten Geschichte,  
ist also kein Unsinn, ganz mitnichten!  
**Wenn Dich was anlacht, brings bitte mit!**  
Das ist in der Tat ein heißer Tipp:  
Drum gibt's so viele Kleinigkeiten,  
vielleicht im Alltag so manche Pleiten,  
die das Leben schöner machen  
und mich so manchmal bringen zum Lachen:  
Ich denk heut an einen Ministranten,  
er gehört zu unseren Konstanten.  
An Weihnachten den Weihrauch er erstmals schwingt  
So manches ihn anfangs noch zum Schwitzen bringt:

Wenn man als Weihrauch alleine ist,  
braucht man Fass UND Schifferl zu jeder Frist!  
Wenn Letzteres plötzlich dann nicht da,  
holt mans nochmal schnell von draußen – is eh klar!  
Der Pfarrer wartet am Ambo voller Huld  
Auf den jungen Christen mit Geduld!  
Der liturgischen Performance tuts nicht weh  
Und lustig ist es außerdem!  
**Zum Lachen gibt's jetzt einen Grund:  
Und Sie wissen: Lachen ist gesund!**  
Beim jüngsten Dank an die KV  
Da stimmten die Namen nicht so ganz genau!  
Den Dank für ihr großes Engagement  
Sollten nach offiziellem Reglement  
Frau Zrenner und Herr Gedak doch bekommen,  
so hatte sichs Pfarrer Hoch auch vorgenommen.  
Doch plötzlich hießen sie: das war der Renner  
Frau Gedak und dann auch Herr Zrenner,  
damit es sich jeder dann auch merkt,  
hats der Kollege noch zweimal verstärkt.  
Doch meine Lieben, sowas passiert,  
über Versprecher lachen wir ganz ungeniert!  
**Hauptsache, zum Lachen gibt es einen Grund,  
Sie wissen ja: Lachen ist gesund!**  
Zuletzt wurde kürzlich auch mir selbst zuteil,  
ein freundliches Lachen alldieweil!  
Beim traditionellen Operettennachmittag  
Da sind sehr viele Leute, keine Frag.  
So mancher denkt sich: Hoffentlich  
Brauche ich während der Musik die Toilette nicht.  
Denn lange dauert der Gesang,  
und eng ist der „Nach-draußen-Gang“.

Man hat sich vielleicht im Vorfeld schon,  
mit dem einen oder andren Glas belohnt.  
Und denkt sich während der festlichen Kultur:  
„Wär ich doch vorher noch schnell gegangen nur!“  
Während der Mensch sich solches denkt,  
bekommt er plötzlich was geschenkt:  
An einer Stelle, passend zu den Blumenworten  
bekommt der Mensch diesen Topf geboten,  
mit schönen Blümchen oben auf,  
Doch irgendwie – wie kommt er bloß darauf,  
denkt er in diesem feierlichen Moment  
daran, was ihn so heimlich drängt  
und hält in seiner Not – der arme Tropf –  
den Blumen- doch glatt für einen Nachttopf.  
In seiner Umnachtung fühlt er sich gerettet,  
indes er sich an diesen Gedanken kettet,  
entdeckt er in dieser schönen Tasse doch –  
am Fußboden ein großes Loch.  
So braucht er eine andere Lösung für sein Problem,  
und dennoch ist der Topf soo schön!!  
**Doch Hauptsache: zum Lachen gibt es einen Grund,  
denn klar ist: Lachen ist gesund!**

Bevor's aber jetzt zu viel wird mit dem Lachen  
Möchte ich rechtzeitig ein Ende machen,  
allmählich lasse ich es dabei bewenden  
und möchte mit etwas Ernstem enden.  
Wir konnten's in der Lesung hören,  
so soll es noch hierher gehören!  
Es gibt Momente, wie jeder Mensch versteht,  
da einem das Lachen schnell vergeht.

Es gibt was, was jede Freude im Leben verdirbt,  
ich meine die Erfahrung, wenn ein lieber Mensch stirbt.  
Auch das geschieht im Leben manchmal sehr behände  
Und ist von jedem Lachen schnell das Ende!  
Doch in der Lesung hörten wir es wohl,  
dass der Tod nicht das letzte Wort behalten soll:  
Natürlich ist das Sterben schlimm,  
dagegen gibt's noch keine Medizin.  
Aber wer glaubt, so sagt es Paulus heut,  
der hat etwas, das ihn trotz allem freut,  
dass Jesus hat den Tod besiegt,  
und dieser Glaube uns genügt,  
auch in den ganz schlimmen Momenten  
im Leben unserer Patienten,  
am Glauben an das Leben festzuhalten  
und sich nicht dem Tod, dem kalten,  
zu beugen, sondern Gott selbst zu trauen  
und sicher auf sein Wort zu bauen,  
dass er uns niemals fallen lassen wird,  
sondern festhält wie ein guter Hirt.  
Im letzten will unseres Kunstwerks „Himmelsblau“  
Auch Gottes Treue zeigen – schau!  
Das ist der Grund, warum in Brandner Kaspers Stück,  
der Tod am Ende ausgelacht wird – zum Glück!  
Und warum an Ostern manche Pfarrer Witze machen,  
damit die Leute endlich wieder lachen,  
sogar über den Tod, denn er hat keine Macht.  
Drum hat Glaubenskraft, wer trotzdem lacht!  
**Also auch hier gibt's zum Lachen einen Grund:  
Und es stimmt: Lachen ist gesund!**

Zu allerguter Letzt sag ich an diesem Ort  
Ein ganz, ganz wichtiges, frommes Wort.  
Ein Wort, das vielen Menschen Sicherheit  
Und einigen auch Heiterkeit verleiht.  
Wenn es dann kommt, das Gesicht aufhellt,  
und wieder versöhnt mit Gott und Welt.  
Es ist ein Wort, das Hoffnung schenkt  
So mancher sich schon lange denkt  
Und sehnsuchtsvoll erwartet,  
manch einer mit dem Fuß schon schartet.  
Ein Wort, das Freude bringt den Herzen  
Und beendet lange Rückenschmerzen.  
Das Wort, das den Einschnitt hier markiert  
Und Zeit zum Denken signalisiert,  
in der Kirche sicher und begehrt,  
weil auch das Ende anvisiert.  
Natürlich, meine Herrn und Damen:  
Ich mein das lang ersehnte: **AMEN.**