

Es war einmal ein Hühnerlachen
Eierige Verse zum 20. Geburtstag des Lachclubs-Rahlstedt



Am 14. November Anno 2004 es begann,
mit Kichern und Gelächter.
Nicht aufgehört seitdem,
weil's froh macht und putzmunter.

Willkommen waren alle,
ob jung, ob alt, ob Frau, ob Mann.
Der Saal war voll am ersten Tag,
und Bärbel, die saß mittenmang.

Los ging's mit Ho & Ho und Ha-Ha-Ha,
dazu in die Hände geklatscht wie die Kinder.
Flott folgte „Sehr gut, sehr gut, yeah!“
Die Daumen hoch, was für ein Spaß!

Und nun begrüßt euch mal wie Inder.
Vor dem Herzen gefaltet die Hände.
Euer strahlendstes Lächeln zeigt her.
Sprecht hierzu „Namasté“.

Alsbald kam dann das Geisha-Lachen.
Die Hände vor's Gesicht gebracht.
Mit Hi Hi Hi durch die Finger geguckt,
oh ja, das war leicht mitzumachen.

Die Arme zum Himmel gestreckt,
tief Luft geholt in den Bauch.
Vornüber gebeugt und wieder gelacht, die
Endorphine sprudeln schon mit Macht.

Ob beim Bären-, Pinguin- oder Hühner-La-
chen,
der ganze Zoo lacht mit!
Alles macht Spaß und hebt das Gemüt,
wenn Freude und Frohsinn erblüht.

Weltweit tauchen täglich neue Übungen auf,
wie Sternschnappen in der Nacht.
Niemand hat sie je gezählt,
doch viele haben mitgelacht.

So schallt und hallt es um
die Welt,
Lachwellen schwingen durch die Luft.
Wie Walgesänge in den Meeren:
„Wir hier, lach mit, sei frei.“

Nun lachen wir schon zwanzig Jahr.
Man glaubt's ja nicht
und doch ist's wahr!
Ich bin sooo stolz auf uns!!!

Wir haben uns durch Krisen gelacht,
das Virus mit Löwenlachen verschreckt,
das Beste aus allem und jedem gemacht,
und Tee getrunken, statt die Köpfe in den
Sand gesteckt.

Es liegen zahllose schöne Lachyoga-Stunden
hinter uns,
sie haben meines und unser aller Leben reich
gemacht.
Presse, Funk und Fernsehen waren da,
Unvergessliche Artikel und Aufnahmen sind
entstanden.

Wir haben alle Jubiläen gebührend gefeiert,
hatten fröhliche und immer unglaublich le-
ckere Weihnachtsfeiern und andere Feste,
auch in meinem Garten.

Wir haben Ausflüge und Wanderungen unter-
nommen. Wir haben die Geburtstage mit
Lachsegen und -Raketen gefeiert.

Lachyoga hat uns zusammengeschweißt,
wie eine glückliche Familie.
Wir haben das große Los gezogen,
sozusagen den Jackpot geknackt.)))

Gibt es noch viel Besseres? Wohl kaum!
Und Bärbel? Die sitzt noch mittenmang 😊

Wir danken Madan und Madhuri für die brillante Idee und ihre unermüdliche Präsenz in der Lachyoga-Welt.

Wir schenken ihnen und uns allen, insbesondere auch denen, die durch Krankheit gebeutelt sind, ein Danke-Lachen und wünschen aus ganzem Herzen Gesundheit, Glück und Frieden!

Wenn ich mir ein Bild vorstelle, wie unsere Lachyoga-Jahre aussehen könnten, dann wäre das ein unfassbar schönes Polarlicht. Es erleuchtete den ganzen Himmel in faszinierenden Farben und Formen. Das Betrachten erfüllt mich zutiefst mit ergriffener Freude.

Wir sind reich gesegnet!
Meinen allerallerherzlichsten Glückwunsch!

Ihr seid wunderbar ♥♥♥

Deshalb freue ich mich schon auf die nächsten fünf+ Jahre mit Ho Ho Hahaha und Bannich gout.)

Eure

Gabriela

Hamburg, den 10.11.2024



Lachen ist eine wertvolle Therapie
für Herz und Seele