

Kirche in WDR 5 | 19.03.2026 06:55 Uhr | Christiane Neufang

Heute schon gelacht?

Guten Morgen!

Und, heute schon gelacht? In den USA feiert man heute am 19. März den "Let's Laugh Day", also den "Lass-uns-lachen-Tag". (1) Das ist kein Witz. Ein ganzer Tag ist für kollektives Lachen reserviert. Weil es gemeinsam guttut.

Und das ausgerechnet jetzt, wo mir das Lachen gerade im Halse steckenbleibt. Am Zustand dieser Welt, den vielen Krisen und Katastrophen könnte ich auch verzweifeln. Wird das je wieder besser? Kann Schlimmeres noch verhindert werden? Wie mögen die Menschen in der Ukraine oder auf den Straßen von Teheran die Aufforderung, "lasst uns lachen" hören? In einer Zeit, in der viele fliehen müssen, für ihre Rechte kämpfen und mundtot gemacht werden. Lachen – das klingt in diesen Tagen wohl eher zynisch. Oder naiv.

Aber vielleicht ist das genau auch der Punkt. Vielleicht brauchen wir das Lachen gerade dann am dringendsten, wenn uns am wenigsten danach zumute ist. Als inneren Widerstand sozusagen.

Als kleiner Akt der Rebellion gegen die Schwermut. Lachen heilt nicht alles, aber es hilft und kann widerstandsfähiger machen, wenn die Zeiten düster sind.

So wie bei Sara aus biblischer Zeit. (2) Sie lacht Gott aus, als er ihr im hohen Alter noch ein Kind verspricht. Das Leben hatte ihr schon alle Hoffnung darauf genommen. Und dann: Wird ihr doch noch ein Sohn geboren. Und sie nennt ihn Isaak, das bedeutet "er lacht". Aus Saras Verzweiflung wird Freude. Aus Bitterkeit, befreiendes Lachen. Vielleicht ist das ja die tiefere Botschaft: Lachen ist keine Weltflucht, sondern echte Lebenskraft. Weil Lachen für einen Moment aus der Starre erlöst und Raum zum Durchatmen schafft.

Gerade jetzt, wo Schreckensmeldungen sich überschlagen – gerade jetzt dürfen wir lachen. Nein, müssen wir sogar. Denn Lachen ist auch Trotz. Ein Zeichen dafür, dass wir uns nicht unterkriegen lassen.

So wie im dänischen Parlament, als vor ein paar Jahren lautes Gelächter ausbrach. (3)

Ministerpräsidentin Mette Frederiksen berichtete den Abgeordneten über den Kauf von vier Zirkuselefanten.

Der Lachkrampf entstand, als sie erklärte, dass die Elefantendame Ramboline nicht von ihrem besten Freund, dem Kamel Ali, getrennt werden dürfte. Das führte zu absurden Szenen im Parlament. Es war ein seltener, humorvoller Moment in einer ersten mehrstündigen Haushaltsdebatte, der ganz Dänemark zum Schmunzeln brachte.

Also: Lachen Sie heute. Über sich selbst oder über eine absurde Situation.
Suchen Sie sich einen Menschen, mit dem Sie gemeinsam lachen können.
Denn geteiltes Lachen ist doppeltes Glück – und manchmal die beste Medizin.

(Ende WDR 4 und Verabschiedung WDR 3 und WDR 5)

Einen gesegneten Tag wünsche ich Ihnen, Pfarrerin Christiane Neufang aus Köln.

Quellen: ?

(1) <https://www.kleiner-kalender.de/event/lass-uns-lachen-tag/107262.html>

(zuletzt abgerufen am 25.02.26)

(2) Die Bibel, 1. Mose 21,6, Luther 2017.

(3) Artikel vom 12.10.2019

<https://www.sueddeutsche.de/panorama/daenemark-parlament-kamel-lachkrampf-1.463720>

4

(zuletzt abgerufen am 25.02.26)

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze