



**Monnericher CSFaul-Frauen greifen durch:**

# Bokassas trauriger Verein soll wieder lachen lernen!

Sie sind wirklich alte Griesgrame, die Damen und Herren von der CSFaul. Der rabenschwarze Großdiktator schaut immer drein, als wäre ihm nicht nur ein Hektoliter *Fernet Branca*, sondern auch noch eine Laus über die Leber gelaufen. Luc Bieder hat in seinem ganzen Leben noch nicht ein einziges Mal gegrint und Fränz Debiltgen ist ein Choleriker kurz vor dem Infarkt.

All dies soll jetzt, dank einer revolutionären Initiative der Monnericher christlich-sozialen Frauensektion, radikal anders werden.

An den kommenden Diensten, am 1., 8. und 15. Juni jeweils abends von 19.30 bis 20.45 Uhr findet in der Sporthalle von Pontpierre (Steebrücken) eine wirklich wegweisende Therapie statt, dank der Luxemburgs traurigste Partei zu

wahren Lachsalven animiert werden soll. Ein Faltblatt sagt uns, wie das bewerkstelligt wird: „Einfach laachen ouni Grond - ei wéi gesond. De Stress einfach ewech laachen. (...) Et bräuch ee bequeme Kleeedung, Turnschlappen (oder déck Strémp), eng Turmmatt (oder Decken) an eng Fläsch Mineralwaaasser. De Cours ass fir Fraen a Männer. Dräimol laache kascht 45 Euro. (...) A wa sech genuch Leit mellen, kënnen mer fir e gudden Zweck laachen!“

## Lachtraining: Kein Humor erfordert

Die ganze Geschichte findet unter der Leitung von Patricia Broccoli statt, die im September 2008 eine Ausbildung als Lachyoga-Lehrerin beim Verband der deutschen Lach-Yoga-Therapeuten e.V. abgeschlossen hat

und ihre Kunst allen Ernstes wie folgt beschreibt: „Der indische Arzt Dr. Madan Kataria hat 1995 Lachyoga erfunden. Alles begann mit einem Lach-Club in einem Park in Mumbay. Diese einfache Idee, mit Lachen das eigene Wohlbefinden zu verbessern, wird heute weltweit gelehrt. Spielerische Lachübungen in Kombination mit Atem- und Entspannungsübungen sind die Basis von Lachyoga. Sie sind für jeden geeignet und werden vielseitig angepasst und variiert. Lachyoga wird vor allem in Gruppen praktiziert. Lachen ist ansteckend und wird durch den bewussten Blickkontakt noch verstärkt. Das natürliche Lachen entspringt wie von selbst aus dem ursprünglich grundlosen Lachen. (...) Durch die regelmäßige Aktivierung der Lachmuskulatur wird die persönliche Bereitschaft zu lachen deutlich gesteigert. Im Alltag ist man somit eher und öfter geneigt zu lachen und die Ereignisse auf eine lustige Weise wahrzunehmen.“

Gottlob sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich. Denn lachen kann jeder. Er muss nur die Bereitschaft dazu mitbringen und die Offenheit für ein neues Erlebnis!

Das Einführungsseminar bietet die Möglichkeit, einen Eindruck der Methodik des Lachyogas zu erhalten. Eine kurze theoretische Einführung erklärt den Ursprung und das Prinzip. Die praktischen Grundübungen sind für jeden durchführbar und, was das Alers Schönste ist und besonders

den christlich-sozialen Teilnehmern entgegenkommen dürfte: „Man braucht überhaupt keinen Sinn für Humor. Das eine oder andere Lachen wird auch Ihnen entwischen.“

## Lieber Wein- als Lachseminar

Nun könnte man den Monnericher CSFaul-Damen ja raten, sie sollten sich in der Sporthalle von Steinbrücken einmal pro Woche ohne Trainerin auf ein Furzkissen setzen. Das würde, ganz ohne Therapeutin und Beitragsgebühr, bestimmt so manche alte Betschwester in eine heitere Kichererbse verwandeln. Oder sie sollten einfach *Den Neie Feierkrop* abonnieren.

Doch wie dem auch sei: Die DNF-Redaktion hat sich immerhin so weit von der Monnericher Dameninitiative inspirieren lassen, dass sie, auf besonderen Wunsch von Pater Corleone, im Herbst für einige Tage an einem Weinseminar teilnehmen wird. Und zwar ohne Turnmatte, Mineralwasser und dicke Strümpfe. Nur über den Zielort wird im *Inner Circle* noch debattiert: Bordelais oder Burgund? Oder vielleicht die Toscana?

**Hildy Johnson**



M  
A  
R  
X

The place to be