

Musiktempel wird zum Lachtreff

Morgens um sieben gute Laune tanken - Erlös für Sanierung des Wilhelmsbader Karussells

Hanau (rb). Die Fassenacht geht ihrem Höhepunkt entgegen. Doch am Aschermittwoch ist keineswegs Schluss mit lustig. Dann nämlich startet der Hanauer Lachtreff. Er ist offen für jedermann und hat rein gar nichts mit karnevalistischem Gedankengut zu tun. Wer allerdings zum Lachen in den Keller geht, der ist fehl am Platz - oder kann vielleicht sogar hier kuriert werden.

Initiatorin Bärbel Sill ist ein häufiger Gast bei Lachtreffs in Frankfurt und Wiesbaden. Dort sind die Gruppen in punkto Berufsgruppen und Alter bunt gemischt. Eines Tages kam die Maintalerin auf die Idee, auch in Hanau einen solchen Anlaufpunkt aus der



Lachen ist die beste Medizin: Das meint auch Bärbel Sill, die ab 1. März jeden Mittwoch nach Wilhelmsbad zum Lachtreff einlädt. Foto: Privat

Taufe zu heben. Die Parklandschaft von Wilhelmsbad inspirierte sie. Ihr Ansatz: Wer sich hier der Gruppe anschließt, der startet besser in den Tag oder kann sogar aus einem seelischen Tief geholt werden. Das Motto der 62-Jährigen: „Hanau und Umgebung lacht von 7.07 bis 8.08 Uhr“. Bereits bei den ersten beiden Vorgesprächen fand sich ein gutes Dutzend Lachwilliger zum Treffen in der Kleinen Parkwirtschaft Wilhelmsbad ein. Sie waren durch eine Zeitungsannonce neugierig geworden. Gespannt ist Bärbel Sill jetzt natürlich auf die Resonanz, wenn es am 1. März los geht. Treffpunkt ist der Musiktempel gegenüber dem Kurhaus.

Die Gesundheitstrainerin weiß um die herzerfrischende Wirkung des Lachens. Allerdings: Lachen auf Kommando lehnt sie ab. Am Anfang steht vielmehr die auflockernde Körperbewegung - „und auf das richtige Atmen kommt es ganz entschieden an.“ Wichtig sei auch der Blickkontakt. Sie selbst will dabei unter dem Einstiegsmotto „Hohohahaha“ die Rolle der Moderatorin übernehmen.

Der Spruch „Lachen ist die beste Medizin“ ist laut Sill längst bewiesen. Es sei belegt, dass Lachen eine Art Akku sei. Es sorge für bessere Durchblutung und Sauerstoff-zufuhr und produziere ein Glückshormon, ähnlich wie es beim Joggen freigesetzt werde. Die Körperchemie werde also entscheidend beeinflusst. Auch die Ausstrahlung profitiere. Lachtreffs hätten keineswegs etwas „Spinnertes“ an sich. Bärbel Sill erinnert im HA-Gespräch an den amerikanischen Journalisten Norman Cousins, der an einer lebensbedrohenden Krankheit litt. Er soll sich buchstäblich gesund gelacht haben.

In Schwung kam die Lachbewegung vor elf Jahren durch den indischen Arzt Dr. Madan Kataria. Er gründete die erste Lachgruppe. Inzwischen ging seine Idee rund um die Welt - es gibt rund 2500 Lachclubs.

Noch weiß Bärbel Sill nicht, ob die Hanauer Gruppe einschlägt. Sie ist jedenfalls bereit, ihr Wissen in der Gruppe weiterzugeben. Gelacht wird sogar für einen guten Zweck. Sie selbst will kein Geld, doch wer - ähnlich wie in Wiesbaden und Frankfurt - eine kleine Summe pro Treff spendet, der tut etwas für die Sanierung des maroden Karussells im Staatspark. Die

Spenden werden 1:1 an den Förderverein weitergeleitet, versichert die Initiatorin.

Der Hanauer Lachtreff startet am Mittwoch, 1. März, um 7.07 Uhr und dauert eine Stunde. Er soll voraussichtlich bis Oktober jeden Mittwoch zur gleichen Zeit am Musikpavillon am Kurhaus stattfinden. Auch regelmäßige Stammtische sind geplant. Erster Treff ist am Dienstag, 14. März, um 19 Uhr in der Kleinen Parkwirtschaft in Wilhelmsbad. Telefonisch ist Bärbel Sill unter 0 61 81/44 14 20 (Fax 4916 24) zu erreichen.

> www.baerbel-sill.de