

Lesen Sie den Text über den Weltlachtag und entscheiden Sie, welche Aussage richtig und welche falsch ist.

(0) ist ein Beispiel für Sie.



Weltlachtag

Lachen ist nicht nur gesund, sondern soll mit dem Weltlachtag am 07. Mai auch den Weltfrieden verkörpern. Durch das gemeinsame Lachen sollen weltweite Brüderlichkeit und Freundschaft erreicht werden. Initiiert wurde dieser Aktionstag 1998 von Dr. Madan Kataria, der auch die Yoga-Lachbewegung geschaffen hat. Gefeiert wird dieser Tag ganz einfach: Punkt 14 Uhr mitteleuropäischer Zeit treffen sich Mitglieder aus Lachclubs auf der ganzen Welt, um gemeinsam drei Minuten lang zu lachen. Natürlich sind alle willkommen, die interessiert sind oder einfach gerne mitlachen möchten.

Hintergrund des Weltlachtages ist nicht einfach nur das gemeinsame Lachen, sondern das Zeichen, das damit gesetzt wird. Es geht darum, gemeinsam für den Frieden einzustehen. Aus diesem Grund wird auf den Veranstaltungen des Weltlachtages auch für den Weltfrieden gebetet und teils finden feierliche Umzüge statt. Hierbei werden Banner mit Aufschriften wie zum Beispiel „Weltfrieden durch Lachen“ oder „Die ganze Welt ist eine große Familie“ mitgeführt. Wichtig am Weltlachtag ist, dass es keinen Grund zum Lachen gibt. Laut Katarias Theorie ist es völlig unabhängig, wieso gelacht wird – die Wirkung des Lachens trete dennoch ein. Lachen gilt als angeborenes Ausdrucksverhalten des Menschen. Dabei wird die Atmung ruckartig unterbrochen und durch Bewegungen des Zwerchfells Atemluft aus der Lunge gestoßen. Lachen hat viele positive Auswirkungen auf den Körper. Es werden zum Beispiel Stresshormone abgebaut und das Immunsystem gestärkt.

Das erste Weltlachtag-Treffen, an dem sich rund 12.000 Mitglieder lokaler und internationaler Lachclubs trafen, fand im indischen Mumbai statt. „Happy-Demic“, das erste Lachtreffen außerhalb Indiens, wurde 2000 in Kopenhagen veranstaltet. Wichtiger Bestandteil des Weltlachtages ist das sogenannte Lachyoga. Dabei sollen die Teilnehmer über ein anfangs künstliches Lachen in ein echtes, grundloses und ausgelassenes Lachen übergehen. Angeregt wird das Lachen durch begleitende Klatsch-, Dehn- und Atemübungen. In Deutschland treffen sich am Weltlachtag fast überall Menschen in Gruppen von 50 und mehr. In der Schweiz findet am Weltlachtag jeweils die Lachparade in Zürich statt.

richtig ▾

0. Der Weltlachtag ist ein internationaler Aktionstag für den Weltfrieden.

An dem Lachtag lachen Mitglieder von Lachclubs gemeinsam überall zur gleichen Zeit.

An dem Lachtag können auch Fremde mit den Lachclubs mitfeiern.

Im Rahmen des Weltlachtags werden auch feierliche Programme veranstaltet.

Die Umstände des Lachens beeinflussen die Wirkung des Lachens.

Das erste Weltlachtag-Treffen hieß „Happy- Demic“.

Das Lachen selbst wird im Lachklub durch spezielle Körperübungen stimuliert.

In Deutschland gibt es mittlerweile über 50 Lachgruppen.

Klicke auf das Wort FINISCH auf der Seite unten!