

auf dem letzten Connect treffen der Lachyoga Trainer ergab es sich, dass bei einigen etwas Unmut darüber aufkam, dass LY manchmal so abwertend und negativ dargestellt wird, in der Regel von Menschen, die es nicht kennen. Um dem entgegen zu wirken kam es zu der grandiosen Idee, die Kraft des Lachens und des Lachyoga durch berührende Geschichten ins rechte Licht zu rücken. Wie soll schon Mutter Theresa gesagt haben: „ Ich werde nicht gegen den Krieg demonstrieren, aber immer für den Frieden!“ Also wollen auch wir unsere Kraft in das Positive stecken.



### **Deshalb suchen wir Geschichten über Erlebnisse, die Du im und mit Lachyoga erfahren hast.**

Eigene Erlebnisse oder solche von anderen, zum Beispiel Mitgliedern Deines Lachclubs oder Deiner Trainings. Erlebnisse und Erfahrungen, die Dich berührt haben und die deshalb vermutlich auch andere berühren werden. Geschichten, die aufzeigen, wie Lachen und Lachyoga Menschen und Situationen verändern kann. Wie Lachyoga Menschen Kraft gibt, sie freundlicher, umgänglicher, mutiger, kommunikativer, gesünder, entspannter, lockerer, weiser, kreativer, ..., macht.

Die Geschichten dürfen die ganze Bandbreite der Emotionen umfassen und alle möglichen Lebenssituationen. Sie sollten dabei nicht allzu lang sein.

**Es ist geplant, diese Geschichten in einem Buch herauszubringen.** Darin wirst Du als Autor, auch mit Deiner Webseite, genannt werden.

Ein möglicher Arbeitstitel für ein Buch lautet:

### **„Lachyogageschichten für Zweifler und Unentschiedene“.**

Wir möchten mit den Geschichten Menschen erreichen, die sich bisher vielleicht von den Übungen haben abschrecken lassen. Die glauben, es handele sich um Albernheiten, um eine Spaßveranstaltung. Die die wahre Kraft des Lachens noch nicht erkennen konnten.

Aber ein Buch wäre auch ein super gutes Geschenk und eine Ressource für Trainer, die inspirierende Geschichten für Ihre LY-Präsentationen brauchen.

Wenn Du eine Geschichte zu erzählen hast, mache Dir erst einmal keine Gedanken über Formulierungen und das Schreiben an sich. Wenn Du lieber erzählen möchtest, könntest Du Deine

Geschichte auch zum Beispiel mit Deinem Handy aufnehmen und uns zuschicken. Gemeinsam werden wir schauen, wie man Deine Geschichte ins beste Licht setzen kann.

Wir sind aktuell eine kleine Gruppe von Lachyogatrainern, die sich als Arbeitsgruppe zusammen gefunden haben, um dieses Projekt umzusetzen. (Beate Schulze Bremer, Brigitte Kottwitz, Angela Buntrock, Karla Pense, Linda Hein, Kerstin Sauerbrey, Yasmin Eisenblätter) Dazu nutzen wir u.a. eine geheime Facebook Gruppe.

Falls Du über Talente und Fähigkeiten verfügst, was die Erstellung eines Buches angeht, z.B. Layout oder Coverdesign und Du Dich einbringen möchtest, melde Dich per Email unter [geschichten@lachlehrerin.de](mailto:geschichten@lachlehrerin.de)

Und ganz wichtig: Bitte sende **Deine** Geschichte(n) an  
[geschichten@lachlehrerin.de](mailto:geschichten@lachlehrerin.de)

„Wir freuen uns sehr auf Deine Erzählungen“