

Waldecker Landfrauentag

Mehr lachen: Schwester Teresa erklärt, warum Humor die beste Medizin ist

03.04.19 18:02



Gut besucht war der Waldecker Landfrauentag in der Korbacher Stadthalle. Mehr als 250 Frauen aus Orten von Nordwaldeck bis zum Edertal waren dabei.

© Stefanie Rösner

Korbach - Gut besucht war am Mittwoch der Waldecker Landfrauentag in der Stadthalle in Korbach. Die Bezirksvorsitzende Elke Jäger begrüßte mehr als 250 Landfrauen.

Humorvoll ging es beim Landfrauentag zu. Die für den Festvortrag eingeladenen Ordensschwester Teresa reiste wegen eines Staus verspätet an, dafür aber mit jeder Menge Ausstrahlung und Witz im Gepäck. Gespannt lauschten die Landfrauen, was die 54-jährige Gläubige zu einem vielversprechenden Thema zu sagen hatte: „Jeder ist normal, bis du ihn kennst.“

Schnell wurde klar, dass grundsätzlich niemand normal ist, sondern jeder seine Macken, vor allem aber Stärken hat. „Die Bibel vermittelt, dass jeder irgendwie seltsam ist.“ Charaktereigenschaften hin oder her – letztlich entscheide unsere innere Einstellung, wie wir auf unsere Umwelt wirken und wie wir mit Kritik oder gar Verletzungen umgehen. Ein Tipp der Ordensschwester lautete schlicht: Wir sollen uns nicht verletzen und

einschüchtern lassen. „Wir fühlen, was wir denken.“ Und was wir denken, können wir selbst bestimmen, ist sie sich sicher. Am besten hören wir ganz auf mit schlechten Gedanken, dann hören auch die Selbstzweifel auf.



Humorvoll: Die Ordensschwester Teresa.
© Stefanie Rösner

„Drehen Sie sich mal zu Ihrer Nachbarin um und sagen ‚Boah, siehst du aber gut aus‘“, rief sie dem Publikum gleich zu Beginn und alle machten begeistert mit. Schwester Teresa ging der Frage nach: Wie können sich unvollkommene Menschen vertragen? Ganz einfach: Indem sie sich selbst nicht so wichtig nehmen, einander vergeben und einfach lachen. „Lachen deeskaliert Konflikte.“ Humor bringe Frieden und könne sogar gesund machen, sagte sie und zitierte einen Forscher, der auf die Lachtherapie setzt.

„Wovon hängt es ab, dass wir uns gekränkt fühlen“, dieser Frage ging die Referentin in ihrem Vortrag wie in ihren Büchern nach. Sie erklärte auf ihre energische und unterhaltsame Weise, was viele schon wussten, wessen wir uns aber immer wieder bewusst werden müssen: Wenn die Seele leidet, wird der Körper krank. Vieles sei es nicht wert, sich darüber aufzuregen.

Deshalb gab die Ordensschwester den Landfrauen und Ehrengästen einige Hausaufgaben. Sie sollen erstens noch am selben Tag jemanden drücken oder küssen. Zweitens sollen sie am nächsten Tag einen wildfremden Menschen ganz freundlich anlächeln.

„Auf was wollen wir warten“, fragte sie. „Was wir in einem Leben an Zufriedenheit nicht erreichen, erreichen wir auch in 500 Jahren nicht.“ Ihr Fazit: „Wir können jeden Tag einander beglücken.“ Und zwar ganz einfach mit Sprache und mit Blicken. Ihr Appell: „Meine Lieben, wir müssen mehr lachen.“