

## **Die „Hauptstadt lacht“: unsere Erlebnisse mit dem „Berlin Laughter Project“**

**Vom 6. bis 17. September 2011 fanden in Berlin die Asien-Pazifik-Wochen statt - für uns Lachyoga-Trainerinnen von der Initiative „Hauptstadt lacht“ diesmal eine ganz besondere Erfahrung.**

Das Rahmenprogramm der Asien-Pazifik-Wochen stand unter dem Motto „Gesundheit“. Alles, was mit Gesundheit zu tun hatte, sollte die Stadt Berlin wie Meridiane durchziehen. Meridiane im doppelten Sinne, die gleichzeitig als Symbol für die Meridiane im Körper und in der Stadt stehen sollten. Wie die Adern, die den Körper mit Leben versorgen. Es sollte Leben in die Stadt gebracht werden, in Form von und durch Lachen. Und zwar an verschiedenen öffentlichen Plätzen in der Stadt, jeden Tag an einem anderen Ort.

Als uns ein spanischer Kurator diese Idee vorschlug, waren wir sofort begeistert. Damit begann ein spannender Prozess, von dessen Wirkungskraft wir am Ende selbst überwältigt waren. Nach einer Reihe von Treffen und Vorgesprächen – im Team des „Berlin Laughter Project“ waren noch ein Kurator aus Malta sowie eine Künstlerin aus Australien – nahmen ganz neue Ideen Formen an, die auch uns neue Perspektiven aufzeigten: Es sollte nicht das Hauptziel sein, die Menschen zum Mitmachen beim Lachyoga zu animieren. Es sollte eher eine Art „Performance“ werden, die zwar zum mitlachen einlud, aber auch ohne Mitlacher leben sollte. Also einfach die Freude vorleben - und damit nicht zwangsläufig zum Lachen, aber auf jeden Fall zum Nachdenken anregen. Schließlich kann man nicht nicht reagieren auf Menschen, die mitten auf der Straße lachen.

Wir hatten dennoch keine Ahnung, wie die Reaktion ausfallen würde. Schon gar in einer Stadt wie Berlin, in der die Einwohner für ihre Schnodderigkeit bekannt sind! Würde man uns vielleicht beschimpfen – mit Tomaten bewerfen? Fortjagen? Oder einfach ignorieren? Wir waren höchst gespannt. Doch wir wussten: das tägliche Lachen wird wirken. Und wenn es nur für uns selbst ist. Wir wollen hier unsere Erfahrungen mit Euch teilen, aus verschiedenen Perspektiven.

Mit lachenden Grüßen von Angela Mecking und dem Team „Hauptstadt lacht“.

### ***Nun heißt es erstmal: üben, üben, üben!***

#### **Die Proben** (von Kerrin Köpnick)

Eine Gruppe erfahrener Lachtrainerinnen anzuleiten, muss schlimmer sein als Flöhe oder anderes Getier zu hüten. Diese Erfahrung musste Stefanie Hanna - unsere dramaturgische Begleiterin - aber auch jede Einzelne von uns machen, als es um das Einstudieren der Lach- Performance ging. Unsere Vorschläge zu den einzelnen Lachübungen sind wahnsinnig kreativ und wunderschön verspielt. Stefanie nahm alles auf, überdachte alles in Windeseile und stellte uns ebenso schnell ein Konzept vor. Ein Konzept, das sowohl Lach-Yoga-Übungen, die uns allen bestens bekannt sind, enthielt, als auch Meckereien eines Marktschreiers und ein Tänzchen. Da standen wir nun, Profis in Sachen Lach-Yoga, Meister der Improvisation, und sollten etwas einstudieren? Ja, sag mal! Wer sind wir denn? Mitglieder einer Volkstanzgruppe? Manche murrten leise, manche stumm. Irgendwie war das, was wir da taten für uns alle eigenartig, aber wir alle machten mit.

Bei der nächsten Probe hatte sich das Programm geändert. Das nahmen wir mit links, denn wir können ja improvisieren. Zuspätkommende wunderten sich über die Änderungen, aber Stefanie duldete keine Widerrede, immerhin war die Probe längst im Gang. Wir übten einmal und noch einmal auf der Bühne im Haus der Kulturen der Welt, ein drittes Mal unter anderen akustischen Bedingungen im Foyer des Hauses. Und: dieses Üben machte uns immer mehr Spaß. Die nächsten Proben sollten ca. 2 Monate später stattfinden, kurz vor dem Start in der Öffentlichkeit.

Nach der Sommerpause trafen wir uns in der Abendsonne auf dem Dach des HKW. Die gute

Stimmung und der Spaß an dieser Arbeit ließen das Programm rund werden. Aber nur das Programm, denn es kamen doch so nach und nach Diskussionen über den Sinn dieses Vorhabens auf. Immerhin machen wir das alles in unserer Freizeit. Entgeltlos! Da muss doch ein bisschen Werbung für uns drin sein.

### **Generalprobe!**

Morgen soll das Spiel beginnen, 10 Tage lang werden wir, immer an einem anderen Ort in Berlin unsere Lach- Performance in der Öffentlichkeit präsentieren. Heute werden wir das letzte Mal miteinander NUR üben. Es dauert sage und schreibe 50 Minuten, ehe wir mit der Probe beginnen. Wir sind alle gereizt. Es ist doch nicht schwer, pünktlich anzufangen! Dann endlich tritt Ruhe und Konzentration ein. Stefanie übernimmt die Probe und teilt uns mit, dass sie das Programm geändert hat. Erschrocken sieht sich jede von uns um. Das gibt es doch nicht. Aber dann kommt die in uns allen wohnende Heiterkeit zurück, was soll's, dann machen wir es eben anders. Wir üben das Neue, aber keineswegs Unbekannte. Es klappt. Jetzt kommt nur noch ein Durchlauf, der erste in der Öffentlichkeit, der erste vorm Reichstag: Schon auf dem Weg dahin verlieren wir uns. Das noch mal zu den Flöhen. Es dämmt, als wir auf dem fast menschenleeren Platz ankommen. Wir fangen an. Sonnenuntergang! Einige Passanten sind doch noch zugegen und nehmen unser Lachen wohlwollend auf, ja sie schicken tatsächlich ihr Lachen zurück. Ich nehme das Mikro und will anfangen, über das alberne Gegacker zu schimpfen. Mein Ruf verhallt, das Mikrofon funktioniert nicht. Die Batterie! Wir machen weiter: Lachcocktail, Körperzellenrock, Harley- Lachen, Schlussmoderation ohne Mikro. Geschafft! Wirklich geschafft! Was das wohl morgen wird?

### **Dienstag, 6. September: Hauptbahnhof** (von Sigrid Pohl-Häußler)

Nach der langen Vorbereitungszeit war es endlich so weit, der erste Tag der Asien-Pazifik-Wochen. Nach der feierlichen Eröffnung im Konzerthaus am Gendarmenmarkt, trafen wir uns am Hauptbahnhof, ein buntes Bild boten wir.

Die runden Tafeln mit den lachenden Gesichtern wurden im Eingangsbereich auf der Spreeseite ausgelegt, erregten Aufmerksamkeit.

Wir fanden uns im Kreis zusammen, für eine kurze Zeit – Konzentration. Dann ausschwärmen und lachen. Spannend zu beobachten die Reaktion auf unsere Heiterkeit. Von Anfang an machte es Spaß die eingeübten Teile unserer Performance vor unwissendem, überraschtem Publikum vorzuführen. Alles lief wie geplant. Da alle Projekte von „Meridian Urban“ an diesem Tag gestartet wurden verspätete sich der Fotograf, so dass wir viermal auftraten. Wir hatten uns die Herzen einiger junger Leute erlacht die uns mit „Wir wolln Euch lachen sehñ“ anspornten, die auch gerne mitmachten. Es war ein gelungener Auftakt der Lust auf mehr machte, auf viel mehr davon.

Vor dem Berliner Hauptbahnhof





### **Mittwoch, 7. September: Reichstag** (von Angela Mecking)

Der Regen hat endlich aufgehört. Und es zeigen sich die ersten Sonnenstrahlen. Die Stimmung ist gut unter uns Lachtrainerinnen, die wir uns nach und nach einfinden. Wir erkennen uns immer schnell gegenseitig - an der bunten Kleidung, einem ungewöhnlichen Zylinderhut, der lustigen rothaarigen „Pumukeline“-Perücke von Anne. Heute ist ein Kamerateam dabei. Janina – so stellt sich die Redakteurin vor, die eine Reportage über „die schönen Dinge des Lebens“ – oder auch „alles was nicht Beruf ist“ – drehen will. Die Wiese vor dem Reichstag ist groß, der Regenguss von vorhin hat die meisten Menschen vertrieben. Es ist leer. Wir legen trotzdem los, laufen lachend über die Wiese und freuen uns an uns selbst. Denn wir sind davon überzeugt und merken es auch: die Energie ist da. Und sie wirkt. Vielleicht auch indirekt. Und vereinzelt bleiben nun doch Menschen stehen. Sie staunen. Sie filmen. Sie fotografieren. Lachende Menschen, einfach so – das sieht man in Berlin recht selten. Gerade hier im Regierungsviertel, wo Menschen in Schlips und Kragen vom einen Termin zum nächsten hetzen. Doch nicht alle wollen sich ihren Spaß nehmen lassen. Ein junger Mann im Anzug gesellte sich begeistert dazu. Und lacht sich einen spaßigen Feierabend-Cocktail mit uns. Seine Begleiterinnen bleiben skeptisch am Rand sitzen, können sich aber ein Lachen irgendwann auch nicht mehr verkneifen. Schließlich bleibt eine Gruppe japanischer Touristen hängen und fotografiert. Diese Bilder aus Berlin werden ungewöhnliche Bilder sein. Bilder, die für Brücken stehen, und für die herzliche Verbindung zwischen Menschen. Passend zu den Asien-Pazifik-Wochen 2011.

### **Donnerstag, 8. September: Brandenburger Tor** (von Marita Ahrens aus Nürnberg)

Frohgelaunt kamen wir bei Nieselregen am Pariser Platz am Brandenburger Tor an. Wenn nur die Security nicht wäre! Durchlaufen darf man, aber nicht lachen!!!!!! Na, dann gehen wir eben vor die Amerikanische Botschaft. Denkste, Püppchen, auch dort wurden wir in den Regen in der Mitte des Platzes verwiesen. ABER: wir sind ja nicht von Pappe, es wurde gelacht, was das Zeug hält. Und wir hatten einigen Erfolg. Anschließend noch eine Stunde Lachen bei Angela im Club.... Der Tag war gerettet! Am nächsten Morgen schon zurück nach Nürnberg. Schön war`s!!!!

### **Freitag, 09. September: Potsdamer Platz** ( von Claudia Kneifel)

Heute schien nicht die Sonne zum Lachen und später fing es an zu regnen.

Auf dem Potsdamer Platz, vor der großen Standuhr, war trotzdem einiges los. Während unserer Performance hielten die Leute an, die gerade die Ampelanlage überquerten oder von der U-Bahn herströmten. Es fing bald an zu regnen und wir gingen zur U-Bahn über.

In dem Zugang zu den U-Bahngleisen spielte ein Gitarrist seine Musikstücke. Wir postierten uns den Gang entlang mit den Bildern, der Gitarrist spielte nicht mehr, als wir unsere Performance vorführten. Die Menschen strömten an uns vorbei, als der Zug einfuhr. Manche verzogen kaum eine Mine, ernste ausdruckslose Gesichter, sie wollten nur schnell nach Hause ohne auf dem Weg gestört zu werden. Es gab aber auch die schmunzelden

Menschen, die ein Lächeln in ihren Gesichtern zeigten. Diese nahmen unsere Prospekte interessiert an. Ein Vater mit seinem Sohn blieben stehen und der Vater sagte zu seinem Sohn, das wir Lachyoga vormachen. An den Plakaten zeigten einige Passanten Interesse und hätten gerne einige erstanden. Mit unserer Lachperformance schickten wir die vorbeilaufenden Menschen in ihren verdienten Feierabend. Hoho...hahaha!

#### **Samstag, 10. September: Unter den Linden** (von Franz Schmalhofer aus Regensburg)

Bei dieser Lachperformance lachte zum ersten Mal auch die Sonne mit, in der Hauptstadt Berlin: Es war schön warm und blauer Himmel mit strahlender Sonne. Vor dem Portal der Humboldt-Universität war der Gehweg "Unter den Linden" sehr breit, so dass die Passanten auch während der Lachperformance ungehindert ihren Weg gehen konnten. Wie man es von dieser Location an einem Samstag am späten Nachmittag erwarten konnte, waren auch viel junge Personen und Paare unterwegs. Viele von Ihnen ließen sich durch den Lachevent anstecken, blieben stehen, lächelten und einige brachen sogar selbst in deutlich hörbares Lachen aus. Andere weniger gut geneigte Passanten nahmen einen weiten Bogen, um den Lachern erst gar nicht zu begegnen. Jeder Passant tat das, wozu er gerade aufgelegt war. Ein Passant war so von dem Event beeindruckt, dass er bei allen drei Performances mit seiner digitalen Videokamera selbst sehr kreative Aufnahmen aus ungewöhnlichen Perspektiven aufnahm. Auch diese Lachperformance war so wiederum ein beeindruckender großer Lacherfolg, auch wenn die Lachyogatrainerinnen nicht ganz so zahlreich erschienen waren wie bei den vorausgegangen Events.

#### **Sonntag, 11. September: Kochstraße/Friedrichstrasse (Checkpoint Charlie)** (von Anne Rauch alias Pumukeline)

Heute müssen wir erstmal genau schauen wo wir uns hier zum Lachen formieren wollen. Am Checkpoint Charlie wird an Fotowänden Zeiten und Ereignissen gedacht, die nicht sehr zum Lachen sind, aber auch die Maueröffnung ist hier dokumentiert. Vor diesen Freudenbildern sammeln wir uns auf dem Bürgersteig für unsere Lachperformance. Der Bürgersteig ist hier nicht breit, so dass die Passanten, meist Touristengruppchen, nah an uns vorbei laufen müssen. Wir beginnen mit der ersten Performance...und begegnen dabei den Mitbenutzern des Bürgersteigs. Überraschte Gesichter, angesteckte Mienen.... Clownin Dolly, in der Mauerstadt groß geworden, winkt eifrig den Jugendlichen und Kindern auf der anderen Straßenseite zu, die ihr freudig zurückwinken. Heute trennt hier keine Mauer mehr, sondern nur eine Straße liegt dazwischen. Auch für Josefine, die in Berlin aufgewachsen ist, war es ein besonders berührendes Erlebnis, sich an diesem Ort zum Lachen zu treffen. So lassen sich die beiden zum Abschluss noch mit den unechten Grenzsoldaten am ausgedienten Kontrollpunkt fotografieren. Und dann schauen wir alle, dass wir noch vor dem angesagten heftigen Abendgewitter nach Hause kommen.

#### **Montag, 12. September: Gendarmenmarkt** (von Josefine Grimmer)

Was für eine Ehre, als so etwas habe ich zumindest empfunden: auf DEM Platz der Plätze in Berlin unsere Botschaft verbreiten zu dürfen! Das Wetter war uns mehr als hold und so hatten wir bestimmt wieder eine wunderbare Ausstrahlung. Wir hatten eilige, neugierige, fein gezwirnte, extra für unsere Performance gekommene Lachkollegen und sogar weit gereiste „Gäste“: junge Berlinbesucher aus Japan und eine Gruppe junger Schauspielschüler aus Bulgarien, die sich von den Treppen des Konzerthauses zu uns gesellten und wir sozusagen Teil ihrer Kurzausbildung in Sachen „mal eben so Lachen“ waren. Mit den Passanten, die mal eben so den Platz überquerten, sich zum Teil vom Rande her zuschauend oder mittendrin mit uns amüsierten, waren wir eine gute Ergänzung zu Französischem und Deutschem Dom und dem Konzerthaus. Marktschreien, Infos verteilen, Harley fahren – alles lief fein und unseren abschliessenden Drink im Cafe neben dem Deutschen Dom bei einem sanften Sonnenuntergang hatten wir uns verdient!



Die runden lachenden Gesichter als Markierung habe ich lieben gelernt und empfand sie als sehr sehr unterstützend. Danke Maria und dem Team und ...Norbert, Simone und Orlando.



Teil der Lach-Aktivistinnen – beim Relaxen vor dem Konzerthaus am Gendarmenmarkt

**Dienstag, 13. September: Am Kottbusser Tor / Kreuzberg** ( von Gabi Bergsdorf)

Na das war ja wohl eine Aufregung: Heute ist das Fernsehteam vom RBB da. Doch bevor das Team loslegen konnte, war da noch eine Dame vom Radio 88.8. Spontan wie wir sind, haben wir gleich gezeigt, was wir lachtechnisch drauf haben. So laut haben wir die ganzen Tage nicht gelacht, und wir haben auch jeder unseren Kommentar zum Thema Lachen abgegeben... das sprudelte nur so aus uns heraus. Die Reporterin war sehr zufrieden und wir konnten uns auf unsere Performance konzentrieren. Wir lachten und schwirten durch die Gegend. Die Kamera schwenkte hin und her und ein tolles Publikum hatten wir auch. Am liebsten hätten alle mitgemacht. Auch der „Maismann vom Gemüsestand nebenan trötete lautstark mit, da mussten wir auch herzhaft lachen. Sigrid und Heidi wurden noch von der Reporterin persönlich befragt - standen dann wie Profis vor der Kamera - richtig toll! Es waren auch Zuschauer dabei, die den Werbefilm in der U-Bahn gesehen hatten. Wir kamen uns schon richtig wie Staaaaars vor... Mein Fazit: wir sind einfach spitze!!!

Gabi aus Berlin-Kreuzberg

**Mittwoch, 14. September: Am Hackeschen Markt** (von Carola Visser)

Lachen ist auch sexy!!! Dies konnte man besonders an den LachYoginis beobachten, die von Mal zu Mal strahlender und schöner wurden! Jede/r gab das Beste, mit viel Herzblut. - Kurz vor 18.00 breitete Simone, die australische Künstlerin wieder ihre Lachteppiche auf dem Gehweg aus – runde Bodenbeläge mit tollen Fotos von lachenden Gesichtern-. Das kleine Aborigine Mädchen mit der grünen Zunge hat mir davon am besten gefallen. Sehr gut finde ich auch immer die Schweigeminuten im Kraftkreis zur Einstimmung. Dann beginnt die erste Performance und wir verteilen uns lachend. Manche Passanten bleiben stehen und haben mitgelacht oder auch gefilmt. Manche sind schnell weitergelaufen. Viele sind noch mal stehen geblieben und haben zurück geschaut... Zum Schluss mit der Lach Harley im Konvoi davon. Hihi.., schön war es.. Ich danke Euch allen, gerne immer wieder. Es war ein tolles Erlebnis, gemeinsam den Hackeschen Markt zu belachen.

Ein Ort mitten im Herzen von Berlin, die Atmosphäre trunken von Geschäftigkeit.

...und wir mitten drin, hahaha...

Was gibt es Schöneres, als die Welt mit einer Kaskade des Lachens zu infizieren.. Verschwendet Eure Lachviren.....Hahaha..., thank you, muchas gracias, dankeschön.....und gerne immer wieder!

#### **Donnerstag, 15. September, letzter Tag: Alexanderplatz** (von Heidi Janetzky)

Letzter Tag des Projekts. Krönender Abschluss auf dem Alexanderplatz. Krönend, weil der Alex laut Statistik der belebteste Ort Berlins ist. Krönend auch, weil fast alle TeilnehmerInnen der Lachperformance zugegen waren. Krönend aber auch, weil wir scheinbar schon von vielen Menschen erwartet wurden. Und das bei ganz gutem Wetter, aber etwas stürmischem Wind. Kaum hatten wir unsere riesigen Lachfotos auf dem Pflaster des Platzes positioniert, kaum hatten wir uns zum Einstimmungskreis aufgestellt, strömten Menschen auf uns zu und reihten sich in den Kreis und in die darauf folgende Lachperformance ein, so als ob sie 10 Tage lang nichts anderes getan hätten. Das hob unser aller Stimmung, so dass unser großer SpielSpaß und unser besonders fröhliches Gelächter viele Vorübergehende bewog, inne zu halten und mit uns mitzulachen. Die Stimmung war so ansteckend, dass es fast gar nicht auffiel, dass unsere kleine transportable Mikrofonanlage heiser war und uns den Dienst versagte. Nach zwei Performances ohne Mikro auf dem Platz war dann Kerrin, unsere Moderatorin, zwar ebenfalls heiser, jedoch wie wir alle in absoluter Hochstimmung. Diese wurde vom starken Applaus der ZuschauerInnen und MitlacherInnen getragen. Beschwingt sammelten wir alle unsere Materialien ein und erstürmten lachend den U-Bahnhof. Hier bereiteten wir die dritte und unwiderruflich letzte Lachperformance vor. Der Ort war nicht ganz so optimal. Da wir uns in der Nähe der Notrufzentrale der BVG aufgebaut hatten, musste Maria, unsre Produzentin vom Haus der Kulturen der Welt, erst einmal den Wachdienst von der offiziellen Richtigkeit unseres Standortes überzeugen. Unserer Stimmung tat das keinen Abbruch. Wir gackerten und kicherten voller Vorfreude. Wir durften die Performance auch lachen.....nur....nicht so laut. Erhielten auch Mikroverbot. Doch das ging ja sowieso nicht. War gar nicht so einfach, das „Nichtsolutlachen“. Natürlich gingen bei der letzten Performance ein wenig die Lachpferde mit uns durch. Ich hatte die Moderation übernommen und damit zu tun, mit meiner Stimme über das Lachen zu kommen. Dann fuhren wir alle zum letzten Mal mit dem Lachmotorrad „davon“. Ende gut – alles gut. Ein wenig Wehmut. Vorfreude auf die LachTanzParty am nächsten Tag und der Wunsch aller, die Performance ab und zu zu wiederholen. Jaaaaaaaaaaaa.....hahahahahahaha.....

Wir wünschen Euch allen weiterhin ein frohes Lachen und viele Lachmeridiane, die Euer Leben und ganz Deutschland durchziehen!

Angela, Kerrin, Carola, Claudia, Josefine, Annemarie, Anne, Anna Maria, Franz, Brigitte, Doris, Gabi, Konstantin, Sigrid, Heidi, Marita.

