

LACHEN IS GEZOND

Het is algemeen gekend dat lachen een gezonde activiteit is. Het heeft een positieve invloed op het gemoed van elke mens. Vorig jaar werd in Frankfurt zelfs het eerste lachcongres georganiseerd. Mensen konden er kennis maken met onder andere lachyoga. Of er was die werkwinkel onder de naam: 'Lachen is de eerste stap naar geluk'. Blijkbaar hebben tal van sprekers daar mensen weer de kunst van het lachen geleerd. Was er misschien een congres nodig, omdat veel mensen het lachen hebben verleerd?

Met een glimlach...

Als er dingen gratis zijn in het leven, dan is het onder andere toch de glimlach op het gezicht van een mens. Die glimlach die je vriendelijk 'goeie dag' zegt. Die spontane glimlach die een verhaal van blijheid en vreugde in zich draagt. Als mensen voelen dat ze begrepen en gezien worden, dat ze weer alle kanten uit kunnen, dan komt dat gevoel naar buiten op hun gezicht als een brede glimlach. Dat andere gevoel is ook waar. Er is die lach die uitlacht en bespot, die mensen kwetst en klein maakt. Dan voelen mensen zich klem gezet en gaan ze huilen. Of er zijn die tranen van onmacht en onzekerheid in het leven. Maar zelfs dan, wanneer je iemand ontmoet die je begrijpt, die naar je luistert, kan een glimlach op het gezicht getoverd worden. En een glimlach vraagt niets terug van mensen. Integendeel. Een glimlach wordt juist geboren omdat je voelt niet alleen te zijn, begrepen en gedragen te zijn. Het is zo anders dan die gemaakte en geforceerde glimlach op fotoshots of affiches. En er zijn er dezer dagen genoeg te zien langs onze wegen. Het is alsof de weg je toelacht. En met een vraag... Geef mij maar de spontane glimlach die vertelt over de echtheid en waarachtigheid van mensen. Daarin ligt precies de kunst van het lachen.

Glimlach van God

Een groot theoloog, die heel zijn leven met God bezig geweest is, zei op het einde van zijn leven: 'Wil je begrijpen waar het bij geloven over gaat, bewaar dan de glimlach van een kind.' Mooi dat je een heel leven lang met God geworsteld hebt, om tot deze eenvoudig menselijke conclusie te komen. Die spontane glimlach van een kind vertelt dat het zich geliefd weet. En precies daar gaat het over bij geloven. De ontdekking en de erkenning dat je geliefd bent. Een glimlach als antwoord op Gods belofte, op zijn 'ja-woord' tegen ieder van ons. En wanneer God naar ons glimlacht, dan is het een knipoogje van zijn trouw doorheen alles. God lacht onze onmacht en onze onzekerheid niet weg. Zijn lachen laat geen puinhoop na en geen kwetsuren. Zijn lachen is daarentegen genezend. Hij wil juist niets anders dan mensen trouw blijven, doorheen alle pijn en vreugde. En Hij hoopt op een knipoogje van ons terug. Wanneer we ons geliefd en gedragen voelen door zijn Liefde. Zijn glimlach is ook echt en waarachtig. Want hij meent het met ons. Hij heeft het beste voor met iedere mens. Zo mag het lachen van een gelovige altijd een lachen zijn door tranen heen. We zijn maar kleine mensen midden een wereld van man-en-macht. God werkt niet met de logica van de beste en de populairste. Hij blijft trouw in zijn Liefde, in zijn nabijheid voor mensen. Hij is als die milde lentelach die golft over het dorre winterlandschap. Als dat ons niet tot vreugde en blijheid mag stemmen?

Wees voor elkaar een glimlach

Ook een clown brengt ons aan het lachen. Uiterlijk ziet hij er komisch en leuk uit, getooid en gesierd buiten alle menselijke proporties. Hij moet dan ook voor even clown zijn! Maar onder de maskers zit een mens van vlees en bloed, vaak getekend en gekwetst door het leven. En toch

brengt hij mensen aan het lachen. Wij zijn ook maar mensen, vaak ontmoedigd en teleurgesteld. Misschien dragen we kwetsuren mee in ons leven. We hoeven geen maskers op te zetten, ons niet beter voor te doen dan we zijn. Want eens vallen toch alle maskers af. Alleen die spontane, gemeende en vriendelijke glimlach zal vertellen: 'Je bent geliefd, je bent graag gezien, je mag er zijn.' Want er is er één, God zelf, die het eerst naar ons heeft gelachen. Omdat Hij gelooft in ons. Hij stelt zijn vertrouwen in mensen. Is ons antwoord op zijn vertrouwen dan niet onze glimlach voor elkaar? Vandaar dit knipoogje naar jullie...

Johan Loones

(alle reacties welkom op johan.loones@skynet.be)