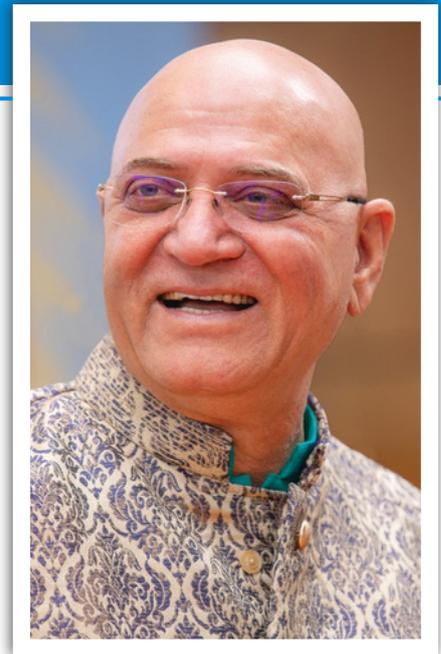


# Feier des Weltlachtags

Sonntag, 4. Mai 2025

## Mission: Gesundheit, Glück und Weltfrieden durch Lachen

Am Sonntag, den 4. Mai 2025, wird sich die Lachyoga-Gemeinschaft mit Familie und Freund:innen versammeln, um den Weltlachttag zu feiern. Dieser besondere Tag wird jedes Jahr am ersten Sonntag im Mai begangen. Der Weltlachttag hat es zum Ziel, das weltweite Bewusstsein dafür zu fördern, wie tägliches Lachyoga zu mehr Gesundheit, Glück und Frieden beitragen kann.



Doch wie kann Lachen zum Weltfrieden beitragen? Das Konzept ist einfach: Lachen führt zu persönlicher Transformation – und diese innere Veränderung kann positive Veränderungen in der Welt um uns herum bewirken. Der Schlüssel liegt in der inneren Wandlung, die erforderlich ist, um äußere Veränderungen herbeizuführen.

Die Konflikte, die wir in der Welt sehen, spiegeln die inneren Kämpfe der Menschen wider. Bedingungsloses Lachen hat die Kraft, unsere innere Chemie zu verändern, unsere Stimmung zu heben und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Wenn wir uns innerlich gut fühlen, verändert sich auch unsere Wahrnehmung der Außenwelt – was zu einer positiveren Grundeinstellung führt.

Lachen ist eine universelle Sprache, die Kulturen verbindet und Menschen aus allen Lebensbereichen zusammenbringt. Durch den Aufbau von frei zugänglichen, sozialen Lachclubs erschaffen wir eine globale Gemeinschaft von mitfühlenden und liebevollen Menschen, die sich dem bedingungslosen Lachen, der Freundlichkeit und dem Frieden verschrieben haben.

Am 13. März 2025 haben wir das 30-jährige Bestehen der Lachyoga-Bewegung gefeiert, die sich inzwischen in über 120 Ländern weltweit verbreitet hat.

Lasst uns an diesem Weltlachttag die Arme zum Himmel strecken, tief durchatmen und eine Minute lang herzhaft lachen. So können wir positive Lachwellen in die Welt senden und zum Frieden in der Welt beitragen.

### **Dr. Madan Kataria**

Begründer der Lachyoga-Bewegung  
Nashik, Indien

[www.laughteryoga.org](http://www.laughteryoga.org)  
[help@laughteryoga.org](mailto:help@laughteryoga.org)