



The World Foundation for Natural Science

The New World Franciscan Scientific Endeavour of The New World Church

Restoring and Healing the World through Responsibility and Commitment in accord with Natural and Divine Law!

European Headquarters ✦ PO Box 7995 ✦ 6000 Lucerne 7, Switzerland ☎-Tel: 41(41)798 0398 ☏-Fax: 41(41)798 0399
World Headquarters ✦ PO Drawer 16900 ✦ Washington DC, 20041, USA ☎-Tel: 1(703)631-1408 ☏-Fax: 1(703)631-1919 ✦ www.naturalscience.org

Lundi 23 mars 2020

RIRE EST LE MEILLEUR REMÈDE !

Quand vous riez, plus d'une centaine de vos muscles sont en action. N'hésitez pas à les compter... De plus, vous respirez plus profondément que d'habitude et les cellules du corps sont alimentées avec plus d'oxygène, les processus de combustion sont stimulés, les muscles sont détendus et votre cœur – y compris la circulation – est stimulé. Votre foie se désintoxique plus facilement et le cerveau ralentit la production d'hormones de stress comme l'adrénaline et le cortisol. En retour, il produit davantage de sérotonine, « l'hormone du bonheur ».



Expérience n°1 :

Un homme marche dans la rue et applaudit toujours deux fois. Finalement, quelqu'un lui demande : « Qu'est-ce que vous faites ? » – « Je fais peur aux éléphants ! » – « Mais il n'y a pas d'éléphants ici. » – « Vous voyez, ça marche ! »

Les gens qui rient beaucoup inspirent trois fois plus d'oxygène, les poumons sont mieux ventilés et la probabilité de maladies respiratoires diminue.

Expérience n°2 :

Lorsqu'une femme apprend de son médecin qu'il ne lui reste que six mois à vivre, elle demande : « Y a-t-il autre chose que je puisse faire ? »

« Oui, il y en a une », répond le médecin. « Vous pourriez épouser un comptable. » – « Et cela va m'aider à vivre plus longtemps ? » s'émerveille la femme. – « Oh non, cela ne le fera pas », répond le médecin. « Mais cela vous fera passer ces six mois comme une éternité. »

Rire peut être très épuisant. Une personne qui rit active 17 muscles seulement dans son visage. Les gens qui rient respirent par secousses, l'air passant à près de 100 kilomètres à l'heure à travers leurs bronches et leurs poumons, faisant vibrer les cordes vocales environ 300 fois par seconde chez les hommes et un chiffre-record de 500 fois chez les femmes.

Expérience n°3 :

En Allemagne, comment appelle-t-on le pain le plus vendu ? Réponse : « Celui-ci ! » Et la deuxième sorte la plus vendue ? Réponse : « Non, celui-là ! »

Mais attention : plus les muscles du visage et du haut du corps sont tendus, plus les muscles des jambes sont détendus. Certaines personnes peuvent à peine se tenir debout en riant. Et si vous riez vraiment fort, vous devez vous attendre à ce que vos muscles de la vessie ne fonctionnent que de façon limitée.

Expérience n°4 :

Un Écossais souffre de problèmes d'estomac. On lui recommande un homme qui guérit par suggestion. Ce dernier le regarde profondément dans les yeux et ordonne : « Vous êtes guéri ! Dites que vous êtes guéri. » – « Je suis guéri ! » s'écrie l'Écossais avec soulagement. « Très bien. Cela fera dix shillings ! » L'Écossais regarde profondément dans les yeux du guérisseur et déclare : « Vous avez été payé ! Vous avez été payé. »

« L'humour est le parapluie des sages », a écrit l'auteur allemand Erich Kästner, et c'est le Britannique Charles Dickens qui a déjà fait remarquer au 19ème siècle : « Rien au monde n'est aussi contagieux que le rire et la bonne humeur. »

Ne riez jamais de quelqu'un mais riez avec lui.
Si vous devez vraiment rire de quelqu'un, riez
de vous-même. Il est préférable alors de
sourire, avec douceur et affection.

Mais n'attendez pas jusqu'au premier dimanche
du mois de mai, car c'est la Journée mondiale
du rire. Oui, vraiment, ce n'est pas une blague !



Publié le Lundi 23 mars 2020 dans les catégories Coronavirus, Santé

<https://www.naturalscience.org/fr/news/2020/03/rire-est-le-meilleur-remede/>