

29 de março

Sorrir É O Melhor Remédio?

A alegria embeleza o rosto, mas a tristeza deixa a pessoa abatida. Provérbios 15:13.

Segundo o Dr. Victor Heisser, tanto a cara carrancuda quanto o sorriso atuam fisiologicamente sobre glândulas internas que são fontes de saúde para o corpo humano. Se você sorri, as glândulas liberam a secreção que ajuda a manter o corpo saudável; se fecha a cara, elas a retêm e o corpo adocece.

A Bíblia já falava disso, conforme você pôde ver no verso de hoje. Uma pessoa alegre fica com semblante bonito. Dá vontade de ficar o dia inteiro conversando com ela. A pessoa amarga, ainda que seja esteticamente perfeita, não consegue prender a atenção por muito tempo.

Houve um rapaz que se apaixonou por uma moça bonita, porém mal-humorada. O namoro deles durou apenas sete dias. Quando terminou, todos queriam saber por que ele desistiu de uma garota tão linda. Ele disse: "Ela era bonita, eu sei, mas era mais legal olhar sua fotografia que passar um dia inteiro com ela!" Ninguém agüenta por muito tempo alguém que vive brigado com a vida.

Uma equipe de cientistas comprovou que são necessários 26 músculos para rir e 62 para franzir a testa. Em outras palavras, sorrir é o mais barato tratamento de pele, pois mantém a juventude, enquanto fechar o rosto provoca envelhecimento precoce!

Há médicos convictos de que uma atmosfera agradável é essencial para a boa digestão. O efeito da raiva foi medido em animais. Constatou-se que a simples presença da fotografia de um cão pode parar o processo digestivo de um gato. Quando uma pessoa ri, os músculos do diafragma, do tórax e do abdômen são vigorosamente exercitados. À medida que o ar entra pelo pulmão, durante uma boa risada, o estômago e o intestino são movimentados numa forma que lhes faz um grande bem.

Se uma pessoa não tem sensibilidade para rir, ela não está capacitada para entender as verdades de Deus. Como disse um rabino: "Se um homem não sabe rir de uma boa piada, desconfie da doutrina dele!" Mas atenção: o sorriso só é bom se Jesus pode rir comigo. Gracejos sem propósito e piadinhas obscenas podem estimular boas gargalhadas, mas não trazem saúde para a alma ou paz para o espírito.