

При всей явной несерьезности такого явления, как смех, он, оказывается, имеет особое предназначение — постоянно коррелировать, подправлять социальное поведение человека. Поэтому люди смеются над ошибками и просчетами, над промахами и пороками.

Правда, порой смеются и над добродетелями. Вот почему юмористика, и особенно сатира, пышно расцветает в нездоровом обществе: есть над чем смеяться, к тому же именно юмор является «спасательным кругом на бурных волнах житейского моря».

Дарите улыбки!

Хочется напомнить популярный у американцев призыв: «Храните улыбку!» Да, в любых, даже самых жестоких житейских ситуациях следует хранить улыбку, не забывая о том, что ее можно и нужно дарить окружающим вас людям.

Учитесь смотреть на все благоглупости нашего бытия через призму иронии и здорового смеха. Ибо именно они усиливают нашу психологическую защиту, делая многое из того, что происходит с нами или же вокруг нас, менее страшным, не столь травмирующим, легче переживаемым.

Итак, смейтесь на здоровье! Защищайтесь иронией и улыбкой от обрушивающихся на вас стрессов!

Из новейшей медицины...