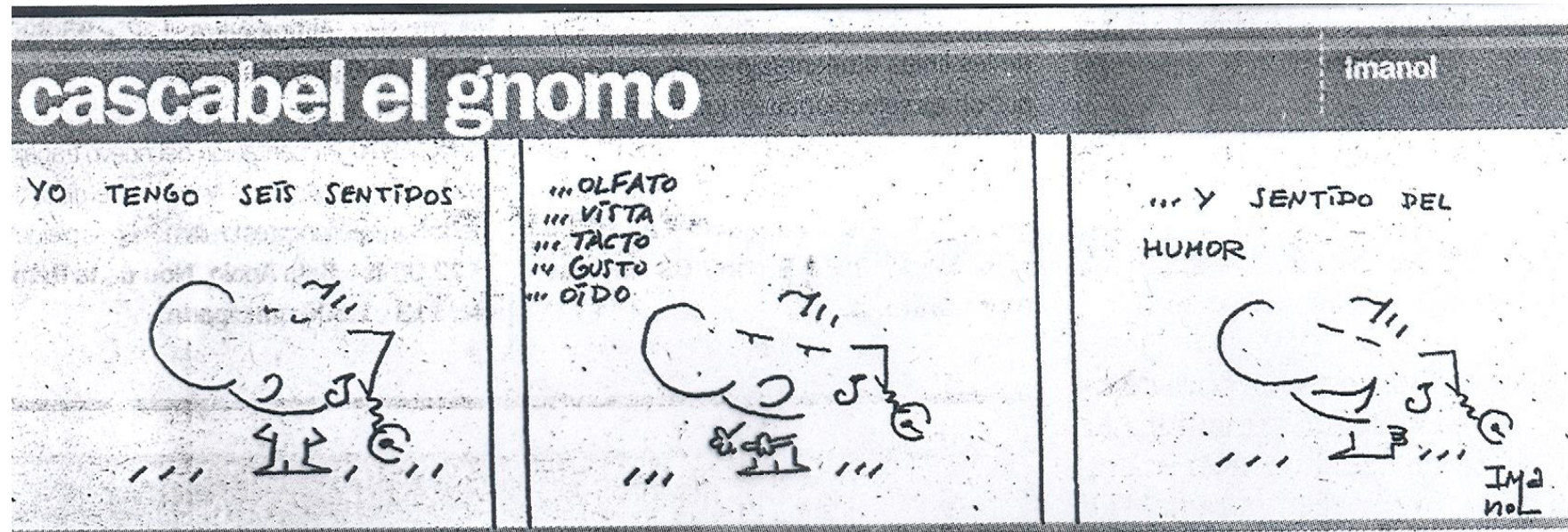
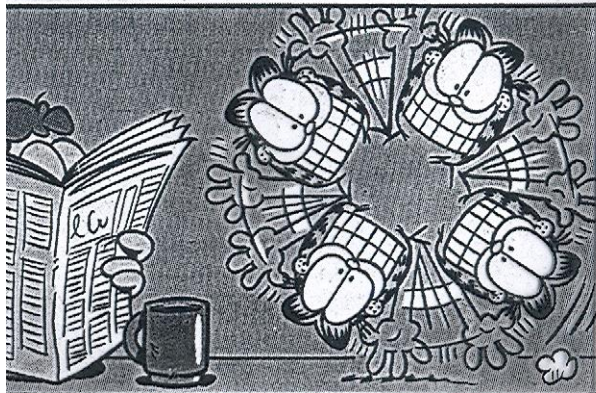
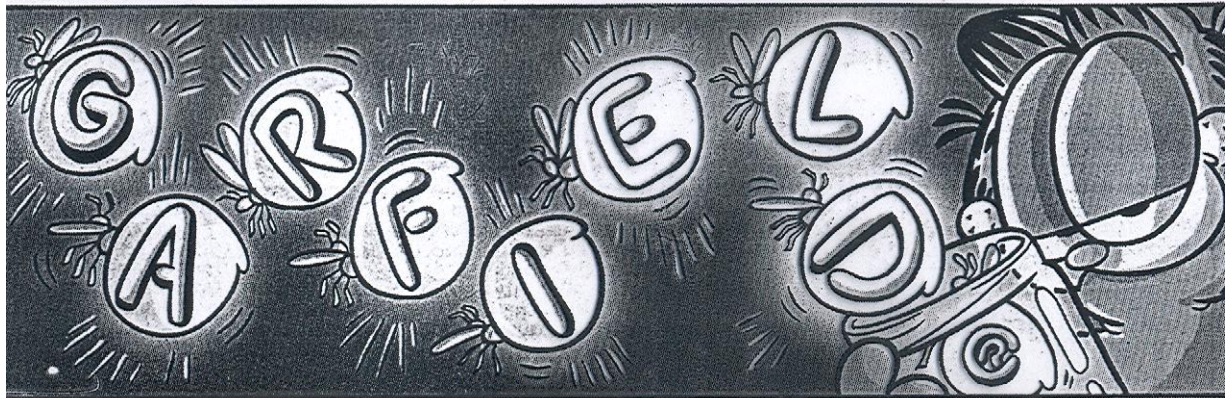




Risoteràpia, el valor terapèutic del riure





Distributed by Universal Press Syndicate

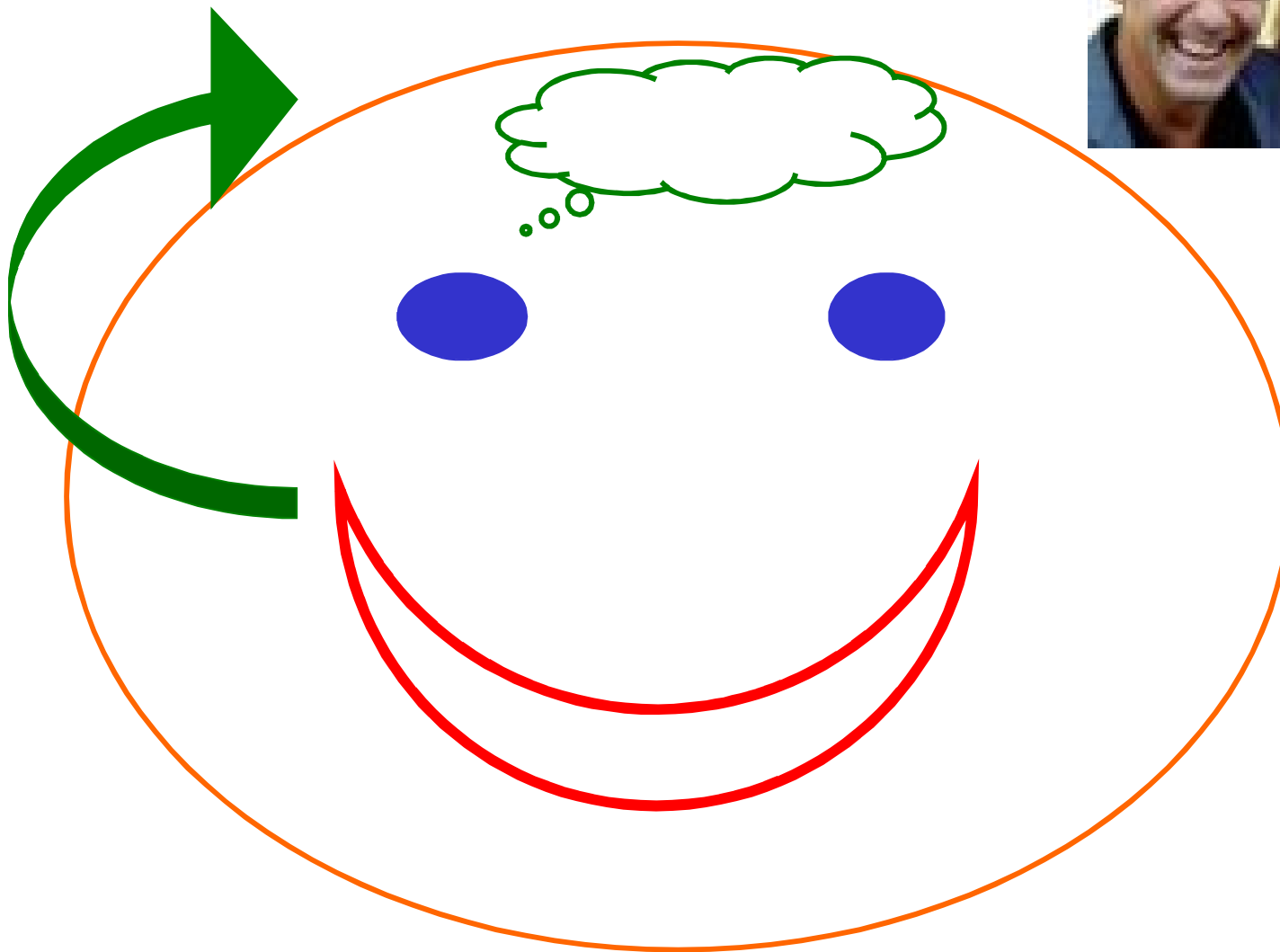


www.garfield.com



Risoteràpia, el valor terapèutic del riure





Risoteràpia, el valor terapèutic del riure



Risoteràpia, el valor terapèutic del riure

**TRISTESA**

**ALEGRIA**

**RÀBIA**



**AMOR**

**POR**

Risoteràpia, el valor terapèutic del riure

Alguns riures que surgeixen del **temo**



Tímida

Morbosa

Nerviosa

Diabòlica

Angoixant

Maligna

Grollera

Irònica

Histèrica

Alguns riures que es desenvolupen a partir de

l'**amor**: Simpàtica

Alegre

Cordial

Feliç

Pelan

Franca

Seductora

Gojosa

**Risoteràpia, el valor terapèutic del riure**

# El cop de Getmana





Es pot fer!!

HO FARÉ !

PUC FER-HO

INTENTARÉ FER-HO

COM FER-HO ?

VULL FER-HO

NO PUC FER-HO

NO HO FARÉ

A QUIN ESGLAÓ' ESTÀS SITUAT AVUI?



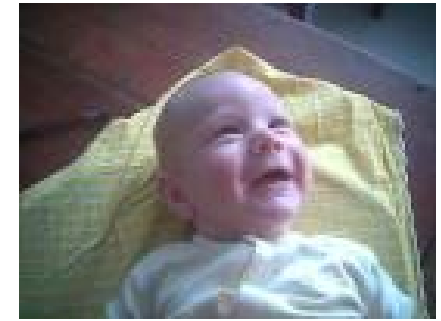
**EN UN MUNDO HOSTIL A LA TERNURA  
LA DISIDENCIA MAS EFECTIVA ES LA SONRISA**

**EN EFECTO...  
... Y NUNCA SE NOS  
DEBERÍA DE OLVIDAR**

**... POR MUCHO  
QUE LO INTENTEN**



*80/10*



Una sonrisa no cuesta nada, pero da mucho.

Enriquece a quines la ofrecen.

Dura un instante, pero en ocasiones su recuerdo dura eternamente.

Nadie es lo bastante rico o poderoso como para poder prescindir de ella, ni nadie es lo bastante pobre como para no poder enriquecerse con ella.

Una sonrisa crea felicidad en el hogar.

Fomenta la honradez en los negocios y es la piedra angular de la amistad.

Puede estimular al fatigado, reconfortar al desanimado, alegrar al triste y es el mejor antídoto natural con los problemas.

Pero no se puede comprar, mendigar, prestar o robar, ya que no tiene ningún valor hasta que se da.

Cuando alguien esté demasiado cansado para sonreírle, sonríale usted.

No hay nadie más necesitado de una sonrisa que quien no tiene ninguna que ofrecer.

Leslie Gibson

**Risoteràpia, el valor terapèutic del riure**

## Recueda:



- ❶ Somriu a tu mateix, a casa teva, al carrer
- ❷ Somriu als altres
- ❸ Mira't al mirall i somrieix-te, també sense mirall
- ❹ Exagera
- ❺ Fes coses noves, diferents, canvia de camí a casa
- ❻ Busca el sentit graciós de les coses
- ❼ L'humor és un amortiguador excelent: utilitza-ho
- ❽ No et preocupis per petites coses, i pensa que quasi totes les coses són petites

NO T'OBLLIDIS QUE L'IMPORTANT ETS TU

Risoteràpia, el valor terapèutic del riure





El maestro estaba de un talante comunicativo, y por eso sus discípulos trataron de que les hiciera saber las fases por las que había pasado en su búsqueda de la divinidad.

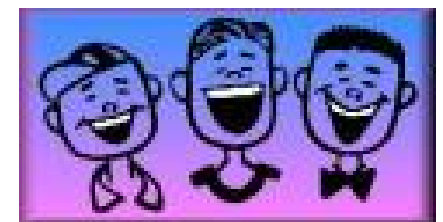
Primero, les dijo, Dios me condujo de la mano al País de la Acción, donde permanecí un aserie de años. Luego volvió y me condujo País de la Aflicción, y allí viví hasta que mi corazón quedó purificado de toda afección desordenada.

Entonces fue cuando me vi en el País del Amor, cuyas ardientes llamas consumieron cuanto quedaba en mí de egoísmo. Tras lo cual, accedí al País del Silencio, donde se desvelaron ante mis asmobrados ojos los misterios de la vida y de la muerte.

¿ Y fue ésta la fase final de la búsqueda? Le preguntaron.

No respondió, el Maestro,...Un día dijo Dios: Hoy voy a llevarte al santuario más escondido del Templo, al corazón del propio Dios...

Y fui conducido al País de la Risa



**Risoteràpia, el valor terapèutic del riure**