



Портал > > Доброновости > Доброта продлевает жизнь

## Доброта продлевает жизнь

2015-03-22 - Арзу - 0Комментариев - в Доброновости

Ученые, изучающие природу психосоматических заболеваний, уже давно пришли к выводу, что эмоции, которые испытывает человек, отражаются на его здоровье.

Самая древняя в мире восточная медицина основывается на теории, что каждая из человеческих эмоций оказывает прямое влияние на тот или иной орган и даже систему органов.

Негативные эмоции разрушают, ведут к заболеваниям. Положительные – исцеляют, позволяют почувствовать полноту жизни.

Ниже в таблице дана информация об органах, негативных эмоциях и какими позитивными эмоциями необходимо заменять:

Органы	Негатив	Позитив
Печень и желчный пузырь	Гнев, стыд, злость, стресс, зависть, фрустрация, ревность	Доброта, щедрость
Сердце и тонкий кишечник	Ненависть, нетерпение, злость, спешка, жестокость, обида	Любовь, уважение, счастье, благодарность
Легкие, толстый кишечник	Грусть, депрессия	Честность, мужество, порядочность, смелость
Почки	Страх, фобии	Доброта, смелость, щедрость, сила воли
Селезенка и желудок	Беспокойство, недоверие	Открытость, доверие, дружелюбие, принятие

Согласно проверенной тысячелетиями теории, можно смело утверждать, что доброта способна помочь поддержать здоровье не одной системы органов, а фактически всего организма в целом.

В последнее время ученые приходят к выводу, что у злых и корыстных людей есть патологические изменения на генном уровне, так как добро - врожденная потребность человека. Поэтому все-таки нельзя сказать, что оно совершается человеком абсолютно бескорыстно.

Ведь человек, совершая добрый поступок, испытывает в такой момент выброс в кровь некоторого количества гормонов радости и хорошего настроения - эндорфина и серотонина.

Как известно, недостаток серотонина приводит к депрессиям, а без эндорфина невозможно почувствовать себя счастливым.



Друзья! Давайте делать добрые дела!

**Утенок Убу рекомендует:**

**Принимаем и дарим ДОБРО каждый день утром, днем и вечером,  
запиваем Благодарностью и Улыбкой!**