

Celebrando el Día Mundial de la Risa

5 de mayo de 2024 (domingo)

En el Día Mundial de la Risa, riámonos y plantemos un árbol

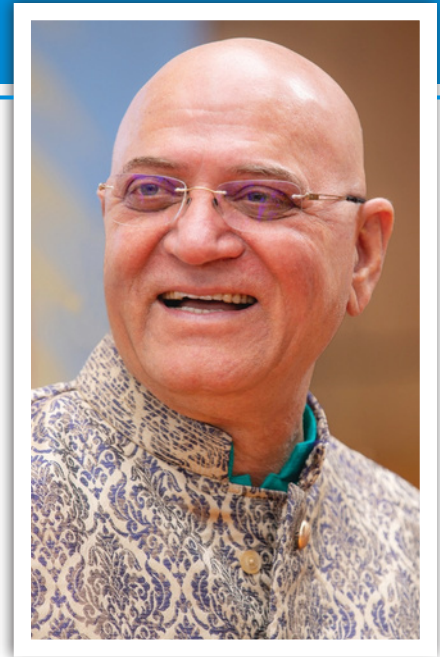
En el Día Mundial de la Risa, riámonos y plantemos un árbol. Este domingo, 5 de mayo de 2024, la comunidad del Yoga de la Risa se reunirá con familiares y amigos para celebrar el Día Mundial de la Risa. Observado el primer domingo de mayo de cada año, el Día Mundial de la Risa tiene como objetivo promover la conciencia global de los beneficios de la risa para la salud, la felicidad y la paz mundial a través de la práctica diaria del Yoga de la Risa.

¿Cómo puede contribuir la risa a la paz mundial? El concepto es sencillo: Reír de manera intencional promueve una transformación personal, y este cambio personal puede conducir a cambios positivos en el mundo que nos rodea. La clave reside en la transformación interior, que es esencial para efectuar cambios en el mundo exterior.

Los conflictos que se observan en el mundo reflejan las batallas internas que tienen lugar en el interior de los individuos. La risa incondicional tiene la capacidad de alterar nuestra química interna, elevar nuestro espíritu y mejorar nuestra sensación general de bienestar. Sentirse bien internamente puede cambiar nuestra percepción del mundo exterior, lo que conduce a una perspectiva más positiva.

La risa es un lenguaje universal que tiende puentes entre culturas y conecta a personas de distintos países. Mediante la creación de Clubes de la Risa sociales y gratuitos, estamos construyendo una comunidad global de personas compasivas y solidarias comprometidas con el amor incondicional, la bondad y la compasión.

Con presencia en más de 120 países, el Yoga de la Risa ha creado una comunidad mundial de millones de personas alegres. En este Día Mundial de la Risa, riámonos de corazón durante un minuto en nombre de la paz mundial y plantemos un árbol para salvaguardar nuestro medio ambiente.



Dr. Madan Kataria

Fundador del Movimiento de Clubes de Yoga de la Risa
Nashik, Inde