

Люди часто кажуть, що “всі хвороби від нервів”, небезпідставно. Дані Всесвітньої організації охорони здоров’я свідчать, що 75 % всіх хвороб пов’язано з негативними емоціями.

30–50 % людей, які звертаються до лікувальних закладів, потребують лише корекції емоційного стану.

Учені Каліфорнійського університету в США стверджують, що ключ до успіху — це позитивні емоції.

Дослідники Японії довели, що існує тісний зв’язок між негативним емоційним станом і здоров’ям.

Учені з університету Вейн у штаті Мічіган вивчили 230 фотографій і з’ясували, що:

- ті люди, які не усміхалися, прожили приблизно 72 роки;
- особи, що усміхалися “частково”, — 75 років;
- власники широких усмішок — 80 років.