

# A TERAPIA DO RISO

*A Cura pela Alegria*

---

Dr. Eduardo Lambert

---

Ilustrações de João Alves da Silva



## Resumo de A Terapia do Riso

A Terapia do riso, terapia da alegria ou risoterapia existe desde que o ser humano foi criado. Saber sorrir e rir é uma arte de bem viver inerente a todos nós desde que nascemos, e uma receita que precisa ser prescrita a todos os que querem amar, a todos os que querem viver alegremente, sejam quais forem os problemas que tenham de enfrentar.

O sorriso e o riso são uma linguagem universal de comunicação que se exterioriza sem palavras no nosso semblante. Isso acontece quando adotamos atitudes positivas perante a vida, decididos a vencer nossas barreiras e a realizar nossos sonhos e ideais.

A alegria de viver e a felicidade são uma consequência natural dessas atitudes, beneficiando profundamente, não só a nós mas a todas as pessoas do nosso convívio. Mas para ter essa atitude positiva perante a vida temos de fazer tudo para promover uma mudança interior, afastando toda tendência à negatividade, curando nossas atitudes e pensamentos contraproducentes, para viver com esperança, fé e coragem, impelidos, consequentemente, pelo amor, que é o maior agente de cura que pode existir.

Este livro, em toda a sua simplicidade, é uma contribuição para que o leitor, através do riso, desperte em si o gosto pela vida e é, ao mesmo tempo, uma homenagem a todos os que sabem ver e perceber o lado bom das coisas, criando um clima de felicidade e prazer que contagie o ambiente em que vivem e as pessoas com quem convivem.

Portanto, vamos sorrir e rir, pois rir é o melhor remédio.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)