

Nella fisiologia del corpo, c'è un aspetto affascinante, un mistero della nostra natura non ancora del tutto risolta dalla scienza, il pianto.

Quando piangono gli esseri umani esprimono le loro emozioni, liberano i sentimenti, si salvano dal dolore e dalla paura, guardano fuori la loro natura nella sua totalità. Siamo convinti, per educazione o per convenzione sociale, che le persone forti non debbano lasciarsi andare. Ci trattengono, ricacciamo indietro le lacrime, perché gli altri non ci vedano in questa situazione. Così facendo ci forniamo una distorta concezione dell'uomo, che vede nel pianto una prova di debolezza. Nulla di più sbagliato. Non si può pensare che il pianto sia legato solo alla tristezza o a stati di commozione e più profondo: esprime una vasta gamma di sentimenti; dal dolore alla frustrazione, dalla rabbia alla gioia. Ti capita spesso di vedere come la risata sia seguita dal pianto: c'è una correlazione perché ridere e piangere scatenano una grande energia, che raggiungono il suo apice, e liberatorio e riporta all'equilibrio.

"Alcuni dicono che la pigrizia è brutta, ma non sanno che permette di girare a testa alta con il viso coperto dalle lacrime"

Jim Morrison

"Piangere non indica che sei debole. Sin da quando sei nato, e sempre stato un segno che sei vivo."

Charlotte Brontë



"A differenza delle altre emozioni, le lacrime sono difficili da nascondere"

Anonimo

"Piangere non significa essere deboli. Piangere significa essere stati forti troppo a lungo."

Jim Morrison

"Riconosciamo le nostre emozioni, fanno parte di noi"

Anonimo







