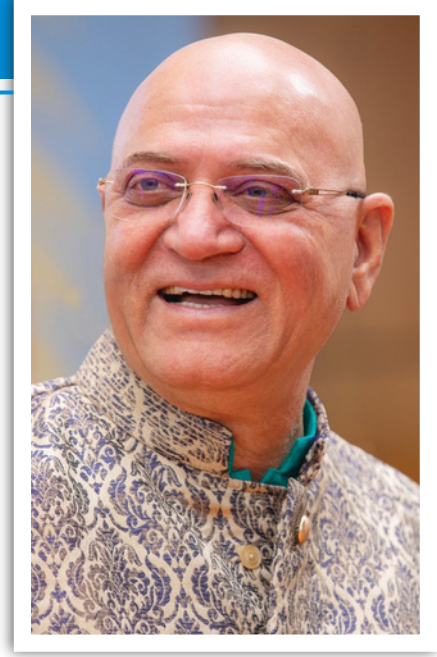


Dünya Kahkaha Günü'nü Kutluyoruz

Pazar, 4 Mayıs 2025



Misyon: Kahkaha Aracılığıyla Sağlık, Mutluluk ve Dünya Barışı

4 Mayıs 2025 Pazar günü, Kahkaha Yogası topluluğu aile ve arkadaşlarıyla birlikte Dünya Kahkaha Günü'nü kutlamak için bir araya gelecek. Her yıl Mayıs ayının ilk Pazar günü kutlanan Dünya Kahkaha Günü, kahkahanın sağlık, mutluluk ve dünya barışı için faydalarına yönelik küresel farkındalığı artırmayı amaçlar.

Peki, kahkaha dünya barışına nasıl katkıda bulunabilir? Kavram oldukça basit: kahkaha kişisel dönüşüm sağlar ve bu bireysel değişim, çevremizdeki dünyada olumlu değişikliklere yol açabilir. Dış dünyayı değiştirmek için gerekli olan anahtar, içsel dönüşümde saklıdır.

Dünyada gördüğümüz çatışmalar, bireylerin içinde yaşadığı içsel mücadelelerin bir yansımasıdır. Koşulsuz kahkaha, iç kimyamızı değiştirme, ruh halimizi yükseltme ve genel iyilik halimizi artırma gücüne sahiptir. İçsel olarak iyi hissettiğimizde, dış dünyaya bakış açımız da değişir ve daha olumlu bir tutum geliştiririz.

Kahkaha, kültürleri birleştiren ve her kesimden insanı birbirine bağlayan evrensel bir dildir. Ücretsiz ve sosyal Kahkaha Kulüpleri kurarak, koşulsuz sevgiye, şefkate ve barışa adanmış, duyarlı bireylerden oluşan küresel bir topluluk inşa ediyoruz.

13 Mart 2025'te, 120'den fazla ülkeye yayılmış olan Kahkaha Yogası hareketinin 30. yılını kutlayacağız.

Gelin, "Dünya Kahkaha Günü"nde, kollarımızı gökyüzüne kaldırıp derin bir nefes alalım ve bir dakika boyunca içten kahkahalarla gülelim. Kahkahanın olumlu titreşimlerini dünyaya barış getirmesi için gönderelim.

Dr. Madan Kataria

Kahkaha Yogası Hareketinin Kurucusu
Nashik, Hindistan

www.laughteryoga.org
help@laughteryoga.org