



Je hersenen produceren genoeg elektriciteit om een lampje te laten branden.

Als je via een van je zintuigen informatie krijgt, reist het signaal met een snelheid van meer dan 160 km per uur via je zenuwen naar de hersenen.

Je immuunsysteem beschermt je met klieren zoals je amandelen en met organen zoals je thymus en milt tegen schadelijke virussen en bacteriën.

Bij blinde mensen verandert de visuele cortex van de hersenen zodat hun tastzin en gehoor gevoeliger worden.

De duurste digitale camera kan op dit moment 400 megapixels vastleggen, maar het menselijke oog kan 576 megapixels zien.

Het menselijke oog kan duizenden verschillende kleuren onderscheiden, en je neus kan duizenden verschillende geuren herkennen.

Omdat je twee ogen hebt, kun je diepte zien. Probeer dat maar eens uit: houd één oog dicht en probeer een klein voorwerp vlakbij je aan te raken.

Het gehoor is bij mensen het snelste zintuig. Je hersenen herkennen een geluid 10 keer sneller dan dat je met je ogen kunt knipperen, in maar 0,05 seconden.

Als je hersenen gevaar opmerken, wordt er adrenaline afgegeven waardoor je hart sneller gaat kloppen, je sneller gaat ademen, je pupillen zich verwijden, en je spijsverteringssysteem wordt uitgeschakeld zodat andere spieren zich met ongelooflijke kracht kunnen samentrekken.

Het menselijke hart klopt tijdens een gemiddeld leven meer dan 3 miljard keer. Dat is meer dan 100.000 keer per dag.

Het heiligste aan ons lichaam is het vermogen om ons voort te planten - om leven te scheppen.

Het bloed brengt het afval van je lichaam naar de nieren en lever waar het gesorteerd en afgevoerd wordt.

Het bloed verdeelt de voedingsstoffen uit je spijsverteringssysteem.

Je hart pompt 5,5 liter bloed per minuut. Dus in een gemiddeld leven pompt het hart bijna 1,5 miljoen vaten bloed - genoeg om 200 treinwagons mee te vullen.

De lever reguleert meer dan 500 verschillende processen. Dit orgaan is zo belangrijk dat als iemand twee derde ervan door een ongeluk of operatie verliest, het in maar vier weken tot zijn oorspronkelijke grootte teruggroeit.

Het bloed vervoert zuurstof van de longen naar andere organen. Het bloed neemt koolzuur mee terug naar de longen, waar het uitgedemd wordt.

'Ons lichaam is het werktuig van onze geest.'

President Boyd K. Packer (1924-2015), president van het Quorum der Twaalf Apostelen, *Let Not Your Heart Be Troubled* (1991), 211.

De huid geeft bacteriedodende stoffen af en dient als je eerste beschermlaag tegen binnendringende micro-organismen. De meeste bacteriën die op de huid terecht komen, sterven snel.

Gebroken botten kunnen genezen.

Je huid kan van de ene plaats op je lichaam worden getransplanteerd naar een andere plaats en daar verder groeien. Zij is het grootste orgaan van je lichaam en vernieuwt zichzelf constant.

Menselijke botten zijn sterk. Bij elke stap die je zet, wordt je gewicht gedragen door 26 botjes in je voet.

ONGELOOFLIJKE DINGEN DIE HET LICHAAM KAN DOEN

Je lichaam is van top tot teen een ongelooflijke schepping. Je kunt ermee verven, hiken, voetballen, handwerken, fluit spelen en heel veel andere leuke dingen doen.

Zoals de profeet op pagina 50 zegt: 'Je lichaam is een prachtige schepping van God, ongeacht de gaven die het wel of niet heeft meegekregen. [...] Probeer te beseffen hoe ongekend bijzonder het is wat je ziet als je in de spiegel kijkt [...]: een kind van God, door Hem naar zijn beeld geschapen.'