



Il cervello produce abbastanza elettricità da accendere una piccola lampadina.

Quando ricevete informazioni attraverso uno dei vostri sensi, il segnale viaggia dai nervi al cervello a oltre 160 km/ora.

Il sistema immunitario, usando ghiandole come le adenoidi e organi come il timo e la milza, può proteggervi da virus e batteri nocivi.

La corteccia visiva del cervello delle persone non vedenti cambia per rispondere di più al tatto e all'udito.

La fotocamera digitale più costosa al momento può catturare 400 megapixel, ma l'occhio umano può vederne 576.

L'occhio umano può distinguere migliaia di colori diversi e il vostro naso può riconoscere migliaia di profumi diversi.

Due occhi vi danno la visione binoculare, utile con la percezione della profondità. Mettete alla prova chiudendo un occhio e cercando di toccare un oggetto piccolo che avete accanto.

Quando il vostro cervello è allertato per il pericolo, viene rilasciata l'adrenalina, che accelera la frequenza cardiaca, aumenta la respirazione, dilata le pupille e spegne il sistema digestivo per consentire ad altri muscoli di contrarsi con una forza incredibile.

L'udito è il senso umano più veloce. Il cervello può riconoscere un suono 10 volte più velocemente di un batter d'occhio, in soli 0,05 secondi.

L'aspetto più sacro di tutti è che il nostro corpo ha il potere di procreare — di creare la vita.

Il cuore umano batte più di tre miliardi di volte in una vita di media durata. Sono più di 100.000 volte al giorno.

Il sangue porta le scorie del corpo ai reni e al fegato perché le smistino e le smaltiscano.

Il sangue distribuisce il nutrimento dal sistema digestivo.

Il cuore pompa 5,5 litri di sangue al minuto. Quindi, durante una vita di media durata, pomperà circa 1,5 milioni di barili di sangue, sufficienti a riempire 200 vagoni.

Il fegato è responsabile di oltre 500 processi distinti. È talmente importante che, se a una persona vengono asportati due terzi del suo fegato a seguito di un trauma o di un intervento chirurgico, esso riacquisterà le dimensioni originali in appena quattro settimane.

Il sangue fornisce ossigeno dai polmoni agli altri organi. Il sangue rimuove il biossido di carbonio dai polmoni perché venga espirato.

Le ossa rotte possono guarire.

La pelle secerne sostanze antibatteriche e serve come primo strato di difesa dai microrganismi invasori. Molti dei batteri che si depositano sulla pelle muoiono velocemente.

Le ossa umane sono forti. Le 26 piccole ossa del vostro piede possono sopportare il peso del vostro corpo a ogni passo che fate.

La pelle può essere asportata da una parte del vostro corpo perché cresca in un'altra parte. È l'organo più grande del corpo umano e si rinnova costantemente.

“Il nostro corpo fisico è lo strumento del nostro spirito”.

Presidente Boyd K. Packer (1924–2015), presidente del Quorum dei Dodici Apostoli, *“Let Not Your Heart Be Troubled”* (1991), 211.

COSE INCREDIBILI CHE IL CORPO PUÒ FARE

Dalla testa ai piedi, il vostro corpo è una creazione meravigliosa. Grazie al corpo potete dipingere, fare escursioni, giocare a calcio, lavorare all'uncinetto, suonare il flauto e fare molte altre attività divertenti.

Come spiega il profeta a pagina 50: “Il vostro corpo, quali che siano i suoi attributi naturali, è una stupenda creazione di Dio. [...] Meditate la magnificenza di ciò che vedete quando guardate allo specchio: un figlio o una figlia di Dio, che Egli ha creato a Sua immagine”.