

## Le Yoga du rire

*Et on se tient les côtes HA HA HA  
Souple sur les genoux HOU HOU HOU  
Sous le regard des autres HA HA HA  
On s'amuse comme des fous HOU HOU HOU*

Suivez ces conseils avec sérieux  
On s'concentre et on fait de son mieux  
On s'tort de rire, plié en deux  
On sourit, on a la banane,  
on vibre des pieds jusqu'au crâne,  
le corps et l'esprit ouvrent les vannes...  
ouvrent les vannes !

*Et on se tient les côtes HA HA HA  
Souple sur les genoux HOU HOU HOU  
Sous le regard des autres HA HA HA  
On s'amuse comme des fous HOU HOU HOU*

Si on peine à rire, on se chatouille  
Si on s'aime, au pire, on se papouille  
les zygomatiques, on les dérouille

On inspire jusqu'à c'qu'on soit calmés  
on s'étire pour ne plus s'inquiéter  
On respire la joie, la bonne santé...  
la bonne santé !