

Radość



Trudno jest opisać radość. Łatwiej wskazać momenty, w których ją odczuwamy. Radość to uczucie, które pojawia się, gdy możemy odpocząć po wyczerpującym dniu; gdy jemy nasze ulubione danie; gdy spędzamy czas z osobami, które lubimy albo gdy wyjaśnimy sobie nieporozumienie i wszystko wraca do normy.



Czasami jesteśmy po prostu zadowoleni z siebie. Na przykład udało nam się coś osiągnąć: dostaliśmy dobrą ocenę, ktoś nas pochwalił lub pokonaliśmy swój lęk. Czujemy się dobrze, gdy robimy to, co lubimy: tańczymy, bawimy się, śpimy do południa.



Jest coś takiego jak radość chwilowa, czyli euforia. Nagły wybuch szczęścia. Jest też takie poczucie szczęścia, które trwa dłużej – kiedy czujemy, że wszystko idzie po naszej myśli i nie musimy się niczym przejmować.



Kiedy jeszcze jesteśmy szczęśliwi? Wtedy, gdy jesteśmy zakochani! W takim stanie chcemy wszystkim opowiadać o swojej miłości. Chcemy dzielić się swoim szczęściem. Nieraz trudno o tym powiedzieć, ale łatwo to pokazać.

A Ty kiedy jesteś radosny?



Źródło <http://sztuka24h.edu.pl/?p=6532>

Jak okazujesz swoją radość?

A. Rajzok