

Name: Candela Fuente

Alter: 15 Jahre Alt



Ich!

**Schule: Colegio Central
Universitario Mariano
Moreno**

Land: Argentinien



Der Flagge

Glück ist eine sehr wichtige Sache für den Menschen. Wikipedia sagt: „Glück ist ein sehr vielschichtiger Begriff, der Empfindungen vom momentanen zu anhaltenden, vom friedvollen bis zu ekstatischen Glücksgefühl einschliesst, der uns aber auch in Bezug auf ein äusseres Geschehen begegnen kann.“



Aber...
was ist
Glück
für
mich?

Ich denke, dass Viktor Frankl die Beste Definition vom Glück hat. Er sagte: "Was der Mensch wirklich will, ist letzten Endes nicht das Glücklichsein, sondern ein Grund zum Glücklichsein".

Für mich ist die Freiheit eines der notwendigen Dinge zum Glücklichsein.



Man kann nicht
glücklich sein,
wenn man nicht
frei ist.



Der Spaß ist sehr wichtig. Man braucht ihn manchmal, weil unser Gehirn () müde werden kann.



Viele Philosophen glauben, dass absurde Dinge der Schlüssel zu unserer psychischen Gesundheit sind.

Der **ERFLOG** hilft unserem Selbstwertgefühl. Wenn wir ein
gutes

Selbstwertgefühl haben, können wir viele neue
Herausforderungen akzeptieren.



Adrenalin setzt andere Hormone frei, die uns glücklich fühlen lassen.

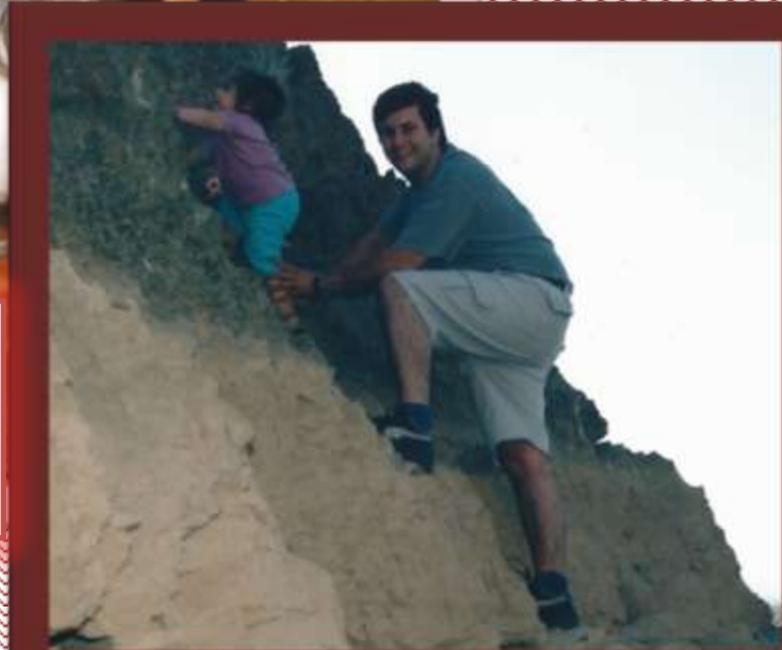
Joggen und Fallschirmspringen (zum Beispiel) kann traurigen Leuten helfen



Neue Dinge zu entdecken kann sehr gut sein.
Aber manchmal ist es traurig, weil manche
Dinge nicht so kommen, wie wir denken, aber
das Leben wäre langweilig ohne
Überraschungen.



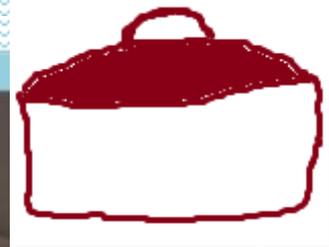
All das was ich vorher genannt habe sind nicht wirklich wichtige Dinge um glücklich zu sein, weil das ganz individuell ist und wenn es für die eine Person Glück bedeutet, muss es das für die andere nicht auch heißen



. Glück ist ein Zustand der Seele, den man nur bekommen kann mit Liebe, und Liebe es existiert nur, wenn wir teilen.

Das Leben kann grau sein, wenn wir nicht die kleine Dinge sehen.

Ein Sonnenuntergang, unser Lieblingslied, eine Umarmung... Das sind die Dinge, die für mich unserem Leben Farbe verleihen. Und natürlich, **ESSEN!**



Danke schön!

