

# LA RICERCA DELLA FELICITA'

Spiegare che cosa è la felicità non è cosa facile. Essa sembra essere definita proprio dal fatto di essere provvisoria, sfuggente, fugace, irraggiungibile..

Essa ci costringe a quella rincorsa continua ed affannosa che chiamiamo "desiderio". Filosofi ed artisti, scrittori, poeti e musicisti si sono cimentati nell'impresa di dare voce a ciò che la gente comune sperimenta nella propria vita.



## FELICITA': ALCUNE DEFINIZIONI

Per tentare di definire questa condizione di alcuni studiosi hanno posto l'accento sulla **componente emozionale**, come il sentirsi di buon umore, altri sottolineano l'**aspetto cognitivo e riflessivo**, come il considerarsi soddisfatti della propria vita. La felicità a volte viene descritta come contentezza, soddisfazione, tranquillità, appagamento a volte come gioia, piacere, divertimento.

Secondo Argyle (1987), il maggiore studioso di questa emozione,

**LA FELICITÀ È RAPPRESENTATA DA UN SENSO GENERALE DI APPAGAMENTO COMPLESSIVO CHE INTERESSA AREE SPECIFICHE COME IL MATRIMONIO, IL LAVORO, IL TEMPO LIBERO, I RAPPORTI SOCIALI, L'AUTOREALIZZAZIONE E LA SALUTE.**

QUESTA DEFINIZIONE E' MOLTO VICINA ALLA DEFINIZIONE CHE L'O.M.S. ( ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA' ) HA DATO DELLA SALUTE:

**" LA SALUTE E' DA INTENDERSI COME IL PIENO BENESSERE FISICO, PSICHICO E SOCIALE DELLA PERSONA."**