

FELICITA'

Felicità per me è riuscire a togliersi di dosso le preoccupazioni che ci assillano tutti i giorni, riuscire a vivere serenamente.

La felicità per me è fare felici gli altri. Penso che sia un sentimento inutile se non puoi dividerlo con gli altri. Per me quindi la mia felicità è legata a quella degli altri.

Per me la vera felicità consiste nel potermi esprimere senza vincoli di sorta, senza problemi. Sarebbe ideale per me potermi sentire sempre me stessa. La felicità non sarebbe affrontare la vita senza problemi ma poterli affrontare sapendo di non essere sola. La felicità arriverebbe con la realizzazione della mia libertà.

Per me la felicità è quando tutti i "pezzi" della mia vita trovano il loro posto. Quando non ho la solita confusione nella testa e nel cuore. Mi sento felice quando sono con le mie amiche o con il mio ragazzo perché trovo comprensione, i problemi si ridimensionano oppure posso condividere qualcosa di bello.

Per me la felicità in questo momento è sapere di avere al mio fianco persone che mi vogliono bene e sono che sono felici anche solo sapendo che io sto bene. E' vivere la vita attimo per attimo tentando di mantenere i bei ricordi che mi fanno stare bene. Saper affrontare le sfide a cui la vita mi sottopone senza evitare le mie responsabilità.

Per me la felicità è la capacità di sapere cosa è meglio per il nostro bene e farlo, anche se inizialmente può comportare delle rinunce.

Felicità è un bicchiere di vino con un panino, avere la sicurezza di avere dei veri amici al fianco, avere una certa tranquillità in famiglia, vedere soddisfatte le mie aspettative personali (di studio soprattutto).

Per me la felicità a pieno tutti i momenti della nostra vita, cercando sempre di trovare del buono in qualsiasi persona e in qualsiasi situazione. Porsi degli obiettivi e raggiungerli anche se sopraggiungono difficoltà, non fermarsi alle prime paure!

Un bicchiere di vino con un panino, tenersi per mano e andare lontano. Non complicarsi la vita ma viverla pienamente, intensamente e cercare sempre il buono e il bello di tutto e tutti e ridere, ridere, ridere.

Per me la vera felicità, in questo momento, è passare un momento con le mie amiche ridendo e scherzando, stare bene con la mia famiglia. E' riuscire a vivere in modo autentico una relazione con qualcuno, dimenticare i problemi.

Per me la felicità è avere accanto delle persone buone e sincere che ti vogliono bene e tengono a te e portare avanti degli obiettivi che ti sei prefisso facendo di tutto per portarli a termine.

Gli amici, gli hobby.

La felicità secondo me non esiste, o meglio, esistono momenti felici e di contentezza.

Per me la felicità è riuscire a rendere felici le persone che mi stanno accanto e a cui voglio bene.

Per me essere felici significa essere in pace con se stessi, trovare la propria strada e vivere bene le relazioni con gli altri. Può durare anche solo un attimo, un attimo in cui sembra che tutto questo si sia realizzato.

Per me la felicità è vivere ogni giorno senza rimorsi, affrontando tutto a testa alta.

Poter guardare indietro quello che si è fatto e non provare rimorsi per quello che non si ha perdonato/fatto perdonare, essere sicuri del futuro, avere fiducia (es. in Dio), amore (essere amati e amare amici/ ragazzo/a), sentirsi importanti per qualcuno.

Per me la felicità è un piccolo momento in cui, anche per qualcosa di piccolo, ci si sente a posto con il mondo e felici di vivere.

Per me la felicità è riuscire con i propri atteggiamenti a rendere contente le persone più care e sapere che esse si fidano di te. In aggiunta, pensando in maniera più egoistica, la felicità è il sentirsi realizzati nella vita.

Per me la felicità è star bene con le persone che mi vogliono veramente bene e mi fanno sorridere durante le giornate senza avere troppi pensieri e preoccupazioni.

SOFFERENZA

Il porsi degli obiettivi che si ritengono importanti ma non riuscire a raggiungerli.

Provo sofferenza quando non sono felice e di conseguenza quando anche gli altri non lo sono.

La sofferenza per me è sentire di non poter cambiare una data situazione; del fatto che non riesco ad accettare ancora serenamente un cambiamento. Soffro quando vorrei cambiare gli stati d'animo delle persone che stanno male accanto a me e non posso. Soffro perché so che potrei fare soffrire un'altra persona.

In questo momento mi stanno facendo soffrire alcuni problemi e difficoltà che stanno vivendo persone a cui voglio bene. Mi fa soffrire perché vorrei per loro tutto il bene possibile e che per le loro fosse sempre tutto facile. Mi fa soffrire non poter far nulla per poter cambiare quella situazione.

Quello che mi provoca più sofferenza è la possibile incapacità di non riuscire ad aiutare le persone a cui tengo come vorrei fare davvero.

La sofferenza per me corrisponde al rendermi conto che sto sprecando le cose belle che mi sono state donate o che potrei raggiungere obiettivi più alti ma che non li raggiungo solo per pigrizia o svogliatezza.

La pagella del Galimberti, le attese interminabili prima di un discorso con Maurizio dopo che lui ti ha detto "ti devo parlare", essere a conoscenza di problemi di qualcuno al tuo fianco e non poter far molto, o meglio nulla, per rimediare.

Le persone che si arrendono e vivono nella mediocrità; le persone che hanno dei sogni e si impegnano per realizzarli; le persone che non vivono la loro vita con il sorriso.

La gente triste, che non sorride, che soffre. Non riuscire a rendere felice qualcuno. Chi non dice quello che pensa, le facce di merda.

La sofferenza per me è non capire cosa hai costruito per tutta una vita e non apprezzarlo e agire di conseguenza. Pensare che i tuoi problemi non riguardano le persone più vicine. Non capire più una persona che pensavi di conoscere.

Mi provoca sofferenza vedere persone che ti frequentano solo per comodità loro.

Gli hobby, gli amici.

La sofferenza è sapere che la felicità non esiste. Purtroppo viviamo aspettandola non sapendo che vivere ogni momento rende felici.

Ciò che in questo periodo mi provoca più sofferenza è il non riuscire ad aiutare economicamente la mia famiglia.

La “non felicità”...sofferenza degli altri cui si vuole bene, sentirsi inadatto, relazioni difficili.

Quello che mi provoca più sofferenza è per il momento nulla.

Non poter cambiare le cose , non trovare soluzioni, non sentirsi importanti per nessuno.

Per me la sofferenza in questo momento può essere data principalmente dall'indifferenza delle persone quando tu cerchi di renderle felici e loro non fanno lo stesso con te.

Mi provoca sofferenza vedere determinate persone come all'apparenza possano sembrare dei buoni amici per poi rivelarsi incoerenti e falsi.

In questo momento mi fanno soffrire gli atteggiamenti di diverse persone che fanno finta di essere amici e poi dietro hanno altri atteggiamenti.