

Die Grundinterpretation, die in uns Freude entstehen lässt, ist „Das ist richtig“ oder „Das ist schön“.

Was wir als richtig erleben, beurteilen, empfinden oder wahrnehmen, löst in uns Freude aus. Genau wie das, was unserem Empfinden nach schön ist. Was wir als richtig erleben, beurteilen, empfinden oder wahrnehmen, löst in uns Freude aus.

Durch Freude feiern wir das Leben. Wir bekräftigen das, was unseren Bedürfnissen entspricht. Wenn ich etwas als schön oder richtig definiere, bedeutet dies ja schließlich nicht mehr und nicht weniger, als dass es so ist, wie ich es mag. Durch Freudekraft würdige und stärke ich das auf dieser Welt und natürlich auch in meinem Leben. Freude ist damit die Kraft der Wertschätzung und des Feierns. Ihre luftige Leichtigkeit lässt mich das Leben beschwingt angehen und die Schönheit auf dieser Welt erkennen. Durch Freude bringe ich meine schönsten Seiten zum Leuchten. Ich zeige meinen Mitmenschen und dem Rest der Welt, was ich alles wunderbar finde – und das lässt mich strahlen!

Wir brauchen Freude, um ...
das Leben zu genießen.
zu lieben.
die Dinge mit Humor zu nehmen.
zu wissen, wer wir sind und was uns ausmacht.
unsere Lebensaufgabe zu finden und ihr nachzukommen.
Führungspositionen einzunehmen.
gesunde Beziehungen zu führen.
inneren Frieden zu haben.
Charisma zu entwickeln.

Quelle: Dittmar, Vivian; Virani, Gefühle & Emotionen - Eine
Gebrauchsanweisung: S.52 ff.. Kindle-Version.

Baumscheiben aus verschiedenen Holzarten mit Epoxydharz, gewachst