આપણે સુખી ?

સુખી અંગેના નિષ્ણાતો જણાવે છે કે સુખી માણસ ઓબ્જેક્ટિવ લક્ષણો ધરાવે છે. એનું સુખ જે રીતે વ્યક્ત થાય છે, તેની અમુક વાતો અહીં બતાવવામાં આવી છે-

૧. સુખી માણસ સ્મિતનો ઉપયોગ કરે છે.

ર. સુખી માણસના મિત્રો અને સગાં વહાલાં તેને સુખી માને છે.

૩. સુખી માણસનો ઈન્ટરવ્યૂઅર તેને જાણતો ના હોવા છતાં તે સુખી જણાય છે.

૪. સુખી માણસ મિત્રો સાથે સંપર્કો જાણવાની પહેલ કરે છે.

પ. સુખી માણસ બીજાને મદદ કરવાની પહેલ કરે છે.

૬. સુખી માણસની વહેલી મૃત્યુ પામવાની સંભાવના ઓછી હોય છે.

૭. સુખી માણસના આપધાતની સંભાવના ઓવી હોય છે.

૮. સુખી માણસને માનસિક માંદગી થવાની સંભાવના ઓછી હોય છે.

૯. કામ કરવાના સમયે સુખી માણસની ગેરહાજરીની સંભાવના ઓછી હોય છે.

આ નવ ટિપ્સથી આપણી જાતનું પરીક્ષણ કરી શકએ કે આપણે સુખી છીએ કે નહીં ?