

► КАК ПРОЖИТЬ СЧАСТЛИВУЮ ЖИЗНЬ?

Толстикова Е.А., Зуева А.С., Кузьмицкая М.Н., Савченкова П.А., Самусенков К.Д.

" <"0 0 0"> 0' " 0 0'

" " " "

Россия, 214019, Смоленск, ул. Крупской, д.28

tolstikovakatia@yandex.ru – Толстикова Екатерина Андреевна

Резюме: Если бы я имел безрассудство еще верить в счастье, я бы искал его в привычке – (Франсуа Рене де Шатобриан). Проблема поиска счастья - вечная проблема, волнующая ни одна поколение. В век развития современных технологий она становится особенно острой, так как человеку больше нет смысла беспокоиться о выживании и есть время подумать о себе. Но тут возникают вопросы "А что такое счастье вообще" - состояние души или обычные химические процессы в организме? Как можно достичь состояния счастья и эйфории простым и легким способом?"»

Ключевые слова: гормоны счастья, депрессия, заменители счастья.

► HOW TO LIVE A HAPPY LIFE?

Tolstikova E.A., Zueva A.S., Kuzmitskaya M.N., Savchenkova P.A., Samusenkov K.D.

Uelgpwllle'cf xlkgt <Rt qhguqt 'O cunqxc 'P CP 0'O F.'Rj F'"

Smolensk State Medical University

28, Krupskoj St., Smolensk, 214019, Russia

tolstikovakatia@yandex.ru - Tolstikova Ekaterina Andreevna

Summary: If I had the recklessness still to believe in happiness, I would look for it in habit (François René de Chateaubriand). The problem of finding our happiness is an immortal problem, exciting no one generation. In the century of modern technology the problem becomes particularly sharp as a person hasn't any reason to worry about himself and there is time to think about yourself. But then the question occurs "what is happiness in general a state of soul or usual chemical processes in the body? How can you achieve a state of happiness and euphoria by a simple, easy way?».

Key words: happiness hormones, depression, happiness substitutes.

