

هي حالة تجعل الشخص يحكم على حياته وأيامه، بأنها جميلة ومستقرة نتيجةً لشعوره بالبهجة والسرور معاً، فينتج عن هذه الشعور حياة خالية من المشاكل والاضطرابات، ويكون هذا الشعور نتيجة لقيام الإنسان بعمل يحبه لنفسه أو نتيجة تقديمه بخدمة معينة لشخص يحبه وتختلف السعادة من شخص إلى شخص،