Dane aktualne na dzień: 29-03-2024 11:33

Link do produktu: https://www.ezoswiat.pl/wdziecznosc-najtanszy-bilet-do-szczescia-liv-larsson-p-3408.html



Wdzięczność. Najtańszy bilet do szczęścia - Liv Larsson

Cena	**34,99 zł**
Numer katalogowy	**978-83-8143-632-8**

Opis produktu

Jeśli chcesz częściej czuć się szczęśliwy, przeczytaj tę książkę, a przede wszystkim użyj jej.

Dostajesz do ręki narzędzie, które pomoże ci silniej odczuwać wdzięczność i bardziej doceniać to, co masz. Dzięki temu narzędziu możesz się uczyć, jak aktywnie wpływać na przeżywanie szczęścia, zamiast być biernym i tylko tęsknić do miejsca lub do stanu, w którym chciałbyś się znaleźć.

Wdzięczność pozwala podwyższyć poziom zadowolenia z życia i odkryć, co jest w nim naprawdę ważne, jest sposobem pielęgnowania związków, ułatwia uzupełnianie zapasów energii i wchodzenie w głębszy kontakt z ludźmi. Ułatwia też refleksję nad tym, co zostało ci dane, jest drogą do dokonywania bardziej świadomych wyborów.

Ta książka zawiera ćwiczenia wdzięczności na 52 tygodnie. Wykonując je, przeżyjesz cały rok wdzięczności, a uczucie szczęścia stanie się twoim wiernym towarzyszem.