

Dane aktualne na dzień: 03-04-2025 10:36

Link do produktu: <https://wydawnictwo62.pl/liv-larsson-wdzieczosc-p-86.html>



Liv Larsson WDZIĘCZNOŚĆ

Cena	29,90 zł
Dostępność	Dostępny

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.