



El pequeño libro de la gratitud

El camino más corto para ser feliz y disfrutar de la vida

Autor: Emmons, Dr. Robert A.

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484456155

Páginas: 96

Dimensiones: 10,5 x 14,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP: 7,95 €

Está científicamente demostrado: irradiar gratitud al mundo es la forma más sencilla y efectiva de alcanzar la felicidad, pero también de dormir mejor, recibir más amor, reducir el estrés y disfrutar más de la vida en todos los sentidos.

Los sencillos y breves ejercicios que aporta esta obra abrirán tu corazón a la gratitud y te permitirán ser consciente de los muchos dones que recibes cada día. Practicar la gratitud te beneficiará en todos los sentidos y generará a tu alrededor una reacción en cadena de efectos positivos.

Dedica unos instantes a dar gracias a la vida y comprobarás que ella te responde sin falta con más felicidad, salud y prosperidad.