

Wdzięczność oczami nauki – co daje i jak się jej nauczyć.

Obejrzyj film, a dowiesz się jak zwiększyć swoją psychiczną siłę i odporność.

https://www.youtube.com/watch?v=5GQ8P5i7cnQ&feature=emb_title

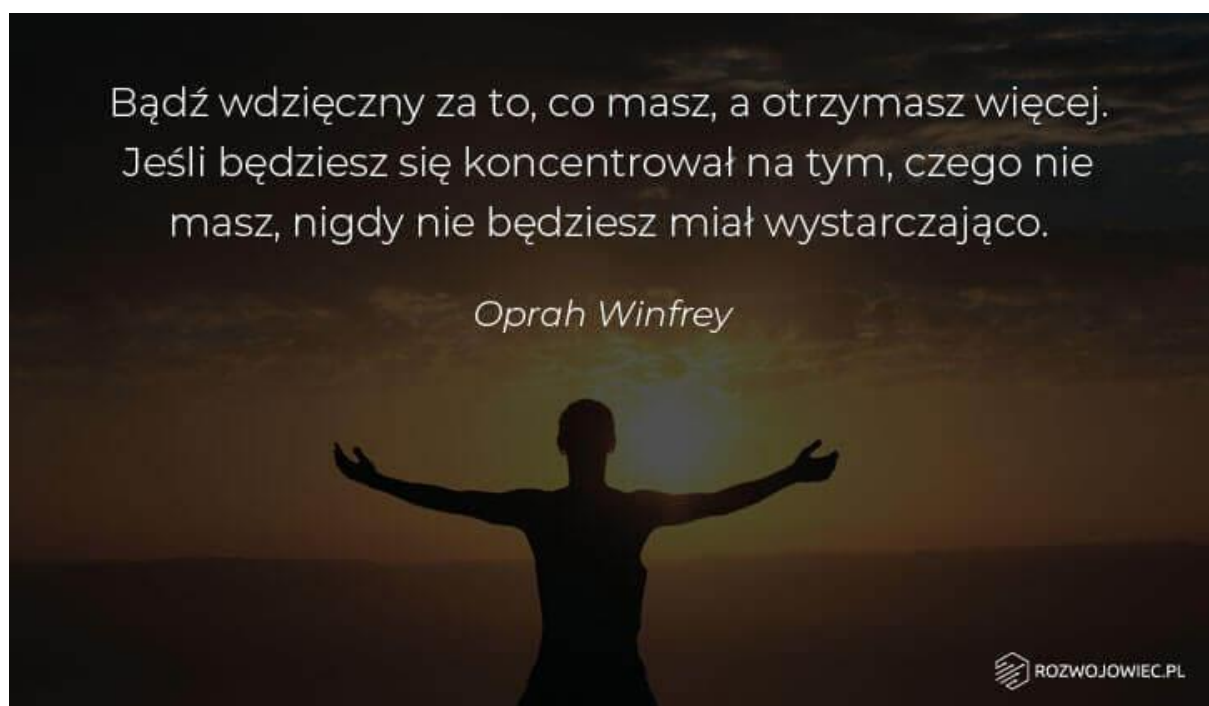
Oto cytaty, które pomogą Ci dostrzegać więcej rzeczy, za które możesz być wdzięczny/a.

Jeśli chcesz znaleźć szczęście, znajdź wdzięczność.

Steve Maraboli

Bycie wdzięcznym nie oznacza, że wszystko jest dobre. Oznacza jedynie, że potrafisz to zaakceptować jako dar.

Roy T. Bennett



Świat posiada wystarczająco dużo pięknych gór i łąk, widowiskowego nieba i spokojnych jezior. Posiada wystarczająco bujnych lasów, kwiecistych łąk i piaszczystych plaż. Posiada mnóstwo gwiazd oraz obietnicę nowego wschodu i zachodu słońca każdego dnia. To, czego świat potrzebuje więcej, to ludzi, którzy to docenią i będą czerpali z tego przyjemność.

Michael Josephson

Doszedłem do wniosku, że prawdziwie bogaci ludzie nie są bogaci przez to, że są oszczędni lub wybrali być oszczędnymi. Ale przez to, że są tak wdzięczni, zadowoleni i pełni poczucia własnej wartości, że nie muszą nikomu niczego udowadniać przez materialne rzeczy. Dlatego wychodzą na oszczędnych.

Jan Mckingley Hilado



Zarezerwuj codziennie chwilę, żeby pomyśleć o tym, jak wiele posiadasz. To może nie być wszystko, czego pragniesz, ale pamiętaj – ktoś gdzieś marzy o tym, żeby mieć to, co Ty.

Germany Kent

Czerp radość z drobnych rzeczy. Pewnego dnia możesz spojrzeć wstecz i zorientować się, że to były jednak duże rzeczy.

Robert Brault



Materiały zaczerpnięto ze strony rozwojowiec.pl