

gratidão
por hoje



DANIELE CARAZZATO

APRENDENDO SER GRATO EM UM MUNDO INGRATO

Sobre o Autor



Olá, sou Daniele Carazzato, tenho 41 anos, nasci em São Paulo e vivi a maior parte da vida no Rio de Janeiro. Atualmente trabalho na área da Beleza, onde me sinto realizada. Ao decorrer da minha vida passei por momentos difíceis, mas sempre mantive pensamentos positivos mesmo diante deles. Sempre acreditei na força do pensamento e que tudo passa. Procurei enxergar o lado bom das coisas, afirmo com toda certeza que foi o que me levou a vencer todos os obstáculos. Hoje tenho como objetivo transmitir essa forma de pensar e assim estar contribuindo para uma qualidade de vida melhor.

Com O GRATIDÃO POR HOJE tornamos isso possível.

"Eu acredito que não há segredos para se tornar bem-sucedido na vida. E eu realmente creio que o resultado do verdadeiro sucesso na vida é proveniente do trabalho duro, da preparação e, o mais importante de tudo, do aprendizado através das falhas."

Termos e Condições

NOTÍCIA LEGAL

O Publicador se esforçou para ser o mais preciso e completo possível na criação deste relatório, não obstante o fato de ele não garantir ou representar a qualquer momento que o conteúdo é preciso devido à natureza em rápida mudança da Internet.

Embora tenham sido feitas todas as tentativas para verificar as informações fornecidas nesta publicação, o Publicador não assume nenhuma responsabilidade por erros, omissões ou

interpretações contrárias do assunto aqui descrito. Quaisquer negligências percebidas de pessoas, povos ou organizações específicas não são intencionais.

Nos livros de conselhos práticos, como qualquer outra coisa na vida, não há garantias de

renda. Os leitores são aconselhados a responder a seu próprio julgamento sobre suas circunstâncias individuais para agir em conformidade.

Este livro não se destina ao uso como fonte de aconselhamento jurídico, comercial, contábil ou

financeiro. Todos os leitores são aconselhados a procurar serviços de profissionais competentes nas áreas jurídica, comercial, contábil e financeira.

Você deve imprimir este livro para facilitar a leitura.

Índice

Prefácio

Capítulo 1:

Noções básicas de gratidão

Capítulo 2:

Como a gratidão se encaixa com a abundância

Capítulo 3:

Decidir o que agradecer

Capítulo 4:

Como a gratidão trabalha com abundância

Capítulo 5:

Entrando na mentalidade certa

Capítulo 6:

A diferença entre mentalidade positiva e negativa em
Gratidão

Capítulo 7:

Transformando Dias Ruins em Dias de Gratidão

Capítulo 8:

Como a gratidão pode mudar o que você atrai

Capítulo 9:

Vantagens e desvantagens

Capítulo 10:

Conclusão

Aprendendo a ser grato em um mundo ingrato

Prefácio

O mundo hoje está cheio de incertezas e desafios, e a última coisa que queremos fazer é dizer "obrigado". Com as dificuldades, turbulências, dificuldades e problemas que as pessoas enfrentam atualmente, fica realmente ainda mais difícil ver os lados bons do mundo. As coisas se tornam tão irracionais e imprevisíveis.

O mundo se torna tão diferente. Ser grato neste mundo muito ingrato é realmente desafiador.

No entanto, é preciso entender que, embora o mundo pareça tão difícil e as coisas possam seguir como você deseja, ainda há muitas coisas pelas quais agradecer. Não importa que coisas boas aconteçam na sua vida, se você não tiver a atitude de gratidão, nunca seja completamente feliz.

Aprender a ser grato quando as coisas dão errado, quando surgem problemas, quando dificuldades acontecem fará uma enorme diferença em sua vida e na maneira como você se sentirá sobre a própria vida. A vida é sempre melhor quando você se sente abençoado, por mais difícil que pareça.

Gratidão é ver a vida como um presente maravilhoso e maravilhoso. Depois que você sentir grande sobre o mundo e sua vida, você encontrará a verdadeira felicidade e paz.

Quando tudo dá errado, é realmente difícil estar em estado de gratidão, mas se você permanecer grato por essas pequenas bênçãos que você tem, sua vida ficará mais feliz.

Aprendendo a ser grato por esse mundo ingrato é algo que vale a pena fazer.

Obtenha todas as informações que você precisa aqui.



Aprendendo a ser grato em um mundo ingrato

Capítulo 1:

Introdução

Desenvolver uma atitude de gratidão sincera e sincera por todas as suas bênçãos atuais libera o poder supremo para obter muito mais. Agradeça todos os dias e você verá como ser grato por tudo o que tem hoje pode criar grandes mudanças em sua vida.

"Obrigado" - essa palavra simples pode mudar a vida de alguém. Com os problemas que podemos enfrentar todos os dias em nossas vidas, essa pequena palavra é frequentemente a palavra mais negligenciada a cada dia. Sempre vemos o pior da vida e é por isso que nunca nos tornamos verdadeiramente felizes.

Expressar sua gratidão ou até mesmo agradecer pelas coisas que você tem é realmente importante.

Isso mudará toda a sua vida - a maneira como você vê a vida, a maneira como lida com seus problemas e a maneira como lida com os desafios diários.



Aprendendo a ser grato em um mundo ingrato

O que significa gratidão?

Gratidão significa contar suas bênçãos, agradecimento, reconhecendo as coisas que você recebe e notando esses prazeres simples em sua vida.

No momento em que você acordar de manhã, faça uma pequena oração, dando graças a outra vida que lhe foi dada.

Gratidão significa aprender a viver um tipo de vida como se as coisas fossem milagres, e também significa estar plenamente consciente em bases contínuas sobre o quanto você recebeu.

A gratidão também muda seu foco das coisas que lhe faltam na vida para uma grande abundância que agora está presente.

Também é bom notar que a pesquisa psicológica e comportamental mostrou as melhorias mais surpreendentes da vida trazidas pela prática da gratidão.

Traga uma vida agradecida e gratificante e as coisas que a vida oferece a você nos torna mais resistentes e ainda mais felizes.

Resilientes, no sentido de que, independentemente dos desafios e dificuldades que experimentamos, sabemos que a vida não é cruel para nos dar algo que não podemos suportar.

Isso nos fortalece com a crença e a mentalidade de que, não importa quantos problemas possamos encontrar, as bênçãos que recebemos são muito maiores que elas.

A gratidão fortalece os relacionamentos, reduz o estresse e melhora a saúde.



Capítulo 2:

Como a gratidão se encaixa com a abundância

Uma vez que você desenvolva uma atitude sincera por todas as bênçãos que recebe, isso libera o poder de receber ainda mais do que você já tem.

Ter o sentimento de gratidão significa essencialmente não dar nada por garantido e agradecer a abundância de vida que você obteve.

A gratidão realmente se encaixa com abundância em vários aspectos. Como um escritor famoso diz: "Muitas pessoas estão presas no estado de pobreza por falta de gratidão".

A abundância sempre acompanha a gratidão, porque sempre podemos atrair grande riqueza e abundância com o poder da gratidão.



Como se encaixa

A palavra "obrigado" significa muitas coisas e, na verdade, essas são as palavras mais perfeitas que você tem a dizer para tudo. Hoje, muitas pessoas estão se perguntando por que sua vida não é realmente abundante, por que muitas coisas boas não lhes acontecem, por que não são completamente felizes.

Existem muitos "porquês".

Muitas pessoas estão vivendo uma vida cheia de reclamações. Esta é realmente uma das principais razões por trás de sua falta de abundância na vida. Se você sempre vê as coisas negativamente, nunca apreciará as coisas boas que possui e as bênçãos que recebe.

Uma vez que você começa a ver tudo na sua vida como uma bênção e como boas coisas pelas quais agradecer, sua vida se tornará significativa e você será feliz. Seu senso de gratidão trará grande abundância com a qual você sonha.

A maneira como você vê a vida, a maneira como pensa sobre as coisas ao seu redor, faz uma enorme diferença sobre o quão abundante você está em sua vida hoje.

O sentimento de gratidão é realmente poderoso e é uma parte essencial da sua vida que tem a capacidade de se levar às coisas que você deseja. Quando você começa a olhar e concentrar sua própria energia em ser verdadeiramente grato, você traz abundância real em sua vida.

A vida é cheia de bênçãos. Está cheio de muitas coisas que você precisa e deseja. Nós realmente complicamos isso com nossos padrões de pensamentos negativos. Depois de abrir os olhos para as melhores coisas ao seu redor e por todas as coisas simples que podem ser ótimas para você, você pode ver quão rico você é e quão abundante é sua vida.

A gratidão sempre se encaixa com abundância. A chave primária para obter abundância real na vida é aprender a agradecer, mesmo que você esteja vivendo em um mundo ingrato.

Capítulo 3:

Decidir o que agradecer

Há muitas coisas ao nosso redor para agradecer; é apenas uma questão de apreciar as bênçãos que você recebe e reconhecer o quanto você é abençoado por tê-las.

Educar-se para o sentimento de atitude, na verdade, significa não dar nada por garantido e dar valor ao que você possui. Pratique a atitude de nunca adiar a ação ou a palavra para expressar sua gratidão.

Muitas pessoas tendem a dar como certo as coisas que estão presentes em suas vidas. Na verdade, existe um exercício de gratidão nos instruindo a imaginar perder algumas das coisas que você está dando como certa hoje, como sua família, sua casa, bem como sua capacidade de ouvir e ver, caminhar ou qualquer coisa que esteja lhe oferecendo atualmente conforto.

Imagine perdê-los e depois imagine que você receberá todos eles todos os dias. Pense em como você ficaria agradecido quando isso acontece e quando cada um é devolvido a você.

