

Innamorati ogni giorno di te

Il vero segreto della felicità sta nell' innamorarsi nella vita quotidiana.

A piccoli passi cerchiamo di scoprire la gioia e la soddisfazione della nostra quotidianità. Impariamo ad essere grati. A fine giornata prova a scrivere su un foglio 5 cose per cui provi gratitudine.. cose piccole e semplici che forse diamo per scontato.

Al mattino invece guardati allo specchio, sorridi e fatti un complimento. Proprio oggi amati un po' di più! Non rimandare, non aspettare un'occasione speciale!

Magari una volta a settimana, magari soltanto per oggi, scegli il tuo abito migliore ed indossalo. Permettiti di essere te stessa, di essere bella. Perché le persone belle sono più felici, più grati e più buoni verso gli altri.



