



A felicidade possível

Critérios para analisar a própria vida

André Rodrigues

A felicidade possível: Critérios para analisar a própria vida

Deixando de lado as fantasias e os sentimentalismos, este livro apresenta um conceito simples e prático para a felicidade: É o sentimento de satisfação com a própria vida. Logicamente, uma pessoa poderá sentir-se satisfeita com a própria vida se estiver vivendo uma vida satisfatória. Abordando temas como as causas do sofrimento, o estudo de si mesmo, a eliminação das emoções negativas, a necessidade de perdoar, a resolução de assuntos mal resolvidos e a limpeza psicológica dos ambientes, ensina a analisar a própria vida para descobrir o que impede de ser feliz, quais requisitos já possuímos e quais nos faltam. Ainda que a felicidade esteja absolutamente fora de nosso alcance, podemos trabalhar sobre nós mesmos para desenvolver um estado psicológico equilibrado, mediante o qual seremos capazes de lidar melhor com os problemas e as dificuldades da vida. Trata-se, certamente, de uma forma de compensação, para todas as vezes que esta for o que pudermos ter.

[Clique aqui para obter este livro](#)