Ser más feliz

Autor

Horacio Martínez Herrera

Sinopsis

La felicidad es un estado interno de satisfacción y alegría que se produce en la persona cuando se activa su capacidad de libertad, de conocimiento, de amor y de creación, cuando disfruta de alcanzar un propósito deseado y cuando se siente plena de energía física, mental y espiritual. Para ser feliz hay que aprender: a comprender que la felicidad está hecha de pequeños detalles y que son esos pequeños detalles, y no los grandes acontecimientos, los que determinan nuestra felicidad personal, a vivir intensamente el momento presente, a valorar lo que tenemos en este momento, en todos los aspectos, sin amargarnos por lo que falta. La felicidad es fruto del equilibrio mental que se caracteriza por un sentimiento de identidad basado en la percepción de sí mismo como sujeto y agente de las propias capacidades, por el desarrollo de la objetividad y de la razón, por la capacidad de amar y de crear. La felicidad de los seres humanos es proporcional a su bondad. Cuando una persona es consciente de estar logrando transformar la vida de otras personas siente una profunda alegría y sabe que haber vivido valió la pena.

HM

Sobre el autor

Horacio Martínez Herrera



Impreso

Año de publicación: 2013

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Número de páginas del contenido principal: 104 Páginas

ISBN13: 9789587710267

$60.000 COP

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

E-Book

Año de publicación: 2023

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Número de páginas orientativo de un producto digital: 104 Páginas

ISBN13: 9789585037342

$29.900 COP



Palabras clave

Felicidad; Persona

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen