

DR. PAUL PEARSALL – autor do best-seller *A Receita do Prazer*

Escreva a sua Própria
RECEITA
do **PRAZER**

60 MANEIRAS DE CRIAR EQUILÍBRIO E ALEGRIA NA SUA VIDA



Cultura

Resumo de Escreva Sua Própria Receita Prazer

Neste livro, o psicólogo Dr. Paul Pearsall apresenta 60 novas idéias para estabelecer o equilíbrio da sua vida. Combinado a sabedoria da cultura polinésia com pesquisas científicas comprovadas, o Dr.

Pearsall descreve as cinco chaves para uma vida feliz e gratificante: paciência, união, satisfação, modéstia, e ternura. Esses princípios tão simples são bases de todas as receitas deste livro, que explicam como aplicar esses cinco princípios à sua vida diária, descobrindo maneiras prazerosas de se divertir e conviver bem com as outras pessoas.

Depois de apresentar dezenas de idéias, o Dr. Pearsall ensina como podemos escrever nossas próprias receitas do prazer, de acordo com as circunstâncias da nossa vida.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)