

Comunicare il sorriso di Dio

Proposta per oggi : SABATO 30 MAGGIO 2020

La gratitudine è capace di dare una svolta alla nostra vita, specialmente se diventa un'abitudine, uno stato permanente in cui i nostri sensi e la nostra attenzione sono continuamente tesi a riconoscere le piccole e grandi cose che arricchiscono la nostra vita.

Se ti chiedessi di scrivere 20 cose per cui sei grato, forse molte sarebbero simili a quelle individuate nelle scorse settimane.

Il gioco di oggi può aiutarti a trovare nuove cose per cui ringraziare:
l'Alfabeto della Gratitudine.

Prendi carta e penna (oppure il tuo Diario della Gratitudine) e scrivi in verticale su un foglio, riga per riga, tutte le lettere dell'alfabeto; per ogni lettera, scrivi una cosa per cui sei grato.

Se vuoi cimentarti nella versione professionale utilizza anche le lettere J, K, W, X e Y.

Variante: per ogni lettera, scrivi il nome di una persona e affianco il motivo per cui sei grato della sua presenza nella tua vita.

Ultima complicazione: **non valgono cose che si possono comprare.**

Lo ammetto: sarei curioso di vedere qualche lista completa



Buon divertimento, a domani

