



生き甲斐

# IKIGAI

**OS CINCO PASSOS PARA ENCONTRAR  
SEU PROPÓSITO DE VIDA E SER MAIS FELIZ**

KEN MOGI

# Resumo de IKIGAI: Os cinco passos para encontrar seu propósito de vida e ser mais feliz

Viver uma vida plena, longa e feliz? Sim, é possível. A fórmula, segundo os japoneses, é encontrar o seu próprio ikigai, que vai ajudar você a definir e apreciar os prazeres da vida.

Aqui, você irá descobrir os cinco passos para alcançá-lo e, assim, encontrar satisfação e alegria em tudo aquilo que faz. Esse antigo segredo dos japoneses pode fazer você viver mais, ter mais saúde, ser menos estressado e, principalmente, mais realizado com a sua vida.

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