

HYGGE

Ropa cómoda, velas encendidas, una iluminación cálida, unos calcetines gruesos, una manta, una buena película, un sofá y una tetera humeante frente a una chimenea... Un paseo por el bosque disfrutando de los colores rojizos del otoño, un paisaje nevado, las primeras flores brotando en un jardín... Una conversación sincera, hacer la comida juntos, confeccionar en familia adornos navideños. Todo eso y mucho más es parte de la filosofía *Hygge*.

Un libro inspirador que te da las claves para crear ambientes de intimidad consciente y reconfortar tu alma.





Christina Stub



• **Estilo de vida**

• **Editorial Arcopress**

Danesa de origen (Copenhague 1969) y residente en Girona (España) desde 1991. Diplomada en Ciencias Empresariales, escritora, grafóloga, técnica en morfopsicología, redactora de la revista *Espai de Llum* y fundadora de *Espai Natura Girona*, una librería de referencia especializada en temas espirituales y de crecimiento personal donde se llevan a cabo diferentes actividades enmarcadas en ese ámbito.

Es autora de cuatro obras, una novela infantil *Hasse i Flama*, dos novelas de intriga con el despertar

de la consciencia como telón de fondo, *Bajo los menhires de la Albera* y *El despertar de las ovejas*, y un ensayo dentro del sector del crecimiento personal y espiritual titulado *Sense ombra de dubte*.

Escribir sobre *Hygge* la ha embarcado en un auténtico viaje hacia sus orígenes y hacia la esencia de lo que todos buscamos como seres humanos: seguridad, pertenencia, confort, confianza y conexión con la vida.

DESCUBRE POR QUÉ LA SOCIEDAD DANESA ES LA MÁS FELIZ DEL MUNDO

Este libro es un viaje hacia la esencia del *Hygge* danés, una sociedad que encabeza el ranking de los más felices del mundo. Describe un sentir, un deseo de ahondar en el confort, la tranquilidad y el bienestar de sentirse seguro y protegido. Porque esta pequeña palabra, *hygge*, encierra la clave de un gran arte: el arte de crear ambiente, amar la vida, encontrar la calma y dar profundidad al momento presente para alcanzar mayor nivel de felicidad y paz interna.



Editorial
ARCOPRESS

www.arcopress.com

Prensa y comunicación:

José María Arévalo

639 14 98 86

957 46 70 81

jarevalo@editorialalmuzara.com

ISBN: 978-84-17057-17-6

IBIC: V, W

PRECIO: 15 €

PÁGINAS: 112

FORMATO: 14,5 x 22 cm

Rústica con solapas



9 788417 057176