



# Happy Everyday

มีความสุขได้ทุกวัน



ข.เขียน

**Happy Everyday มีความสุขได้ทุกวัน**

เขียน : ข.เขียน

**ISBN (e-book) 978-616-312-549-1**

**พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤศจิกายน 2567**

**ราคา 39 บาท**

ภาพและข้อเขียนในหนังสือเล่มนี้ สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

© Lemon Book. All rights reserved.

**บรรณาธิการบริหาร กวียา เนาวประทีป**

**ออกแบบรูปเล่ม Lemon Book**

**LEMON**

**จัดทำโดย**

**สำนักพิมพ์เลมอน ในเครือบริษัท แอปป์ บานานา จำกัด**

**เลขที่ 45 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 40 ถนนจรัญสนิทวงศ์**

**แขวงบางยี่ขัน เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700**

**โทรศัพท์ 0-2433-7755 โทรสาร 0-2433-7703**

**จัดจำหน่ายในรูปแบบสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์โดย**

**บริษัท เกรทมีเดีย เอเจนซี จำกัด**

**เลขที่ 85 ซอยบรมราชชนนี 75 แขวงบางระมาด**

**เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170**

**โทรศัพท์ : 0-2433-7755 โทรสาร : 0-2433-7703**

1

# ฝึกขอบคุณ Gratitude

ลองเขียนสิ่งที่คุณรู้สึกขอบคุณในแต่ละวัน  
แม้จะเป็นเรื่องเล็กๆ ก็ช่วยเพิ่มความสุขได้  
การฝึกขอบคุณตัวเอง จะช่วยให้เรามองเห็น  
คุณค่าในตัวเองและมีความมั่นใจมากขึ้น