

## Libros

# Aprende a Quererte

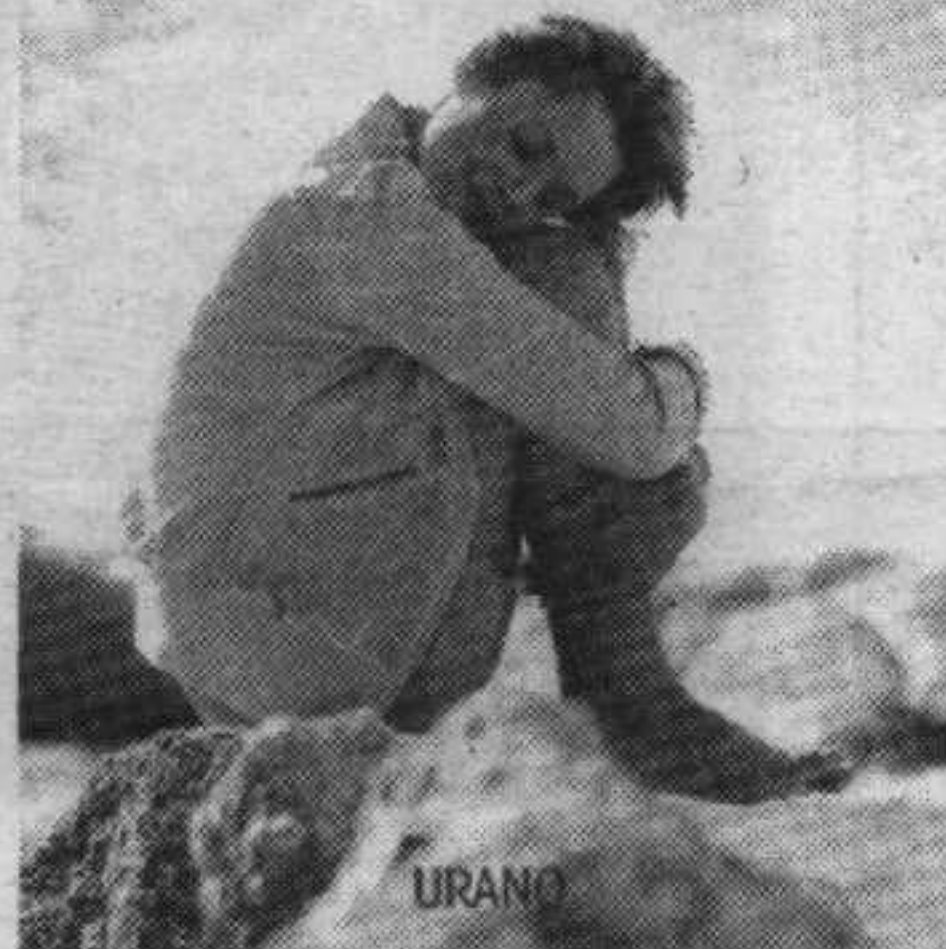
11341  
Daphne Rose Kingma  
Editorial Urano

DAPHNE ROSE KINGMA

autora de *Encontrar el verdadero amor*

*Aprende a quererte*

Desarrolla el trabajo más importante  
que puedes hacer en tu vida



¿Estás dispuesto a emprender un viaje de autodescubrimiento, cuyo destino es el amor por ti mismo y por los demás? Tal vez el camino no sea fácil, pero contamos con la mejor guía posible: Daphne Rose Kingma, reconocida psicoterapeuta y autora de numerosos libros sobre el amor. A través de interesantes testimonios, ejercicios prácticos y reflexiones que hablan directamente al corazón y al alma, recorreremos con ella cuatro pasos para dejar atrás la baja autoestima: aprender a expresarse, llevar a cabo actos que contribuyan a nuestro crecimiento, despejar el espacio emocional y, por fin, encontrar un camino para llegar a la realización personal.