Los dones de la imperfección

Líbrate de quien crees que deberías ser y abraza a quien realmente eres. Guía para vivir de todo corazón

Brown, Brené

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788484456568
Páginas: 208
Dimensiones: 14,5 x 21 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 10,00 €
Coleccion: Serendipity

SINOPSIS

«Ahora veo que, a pesar de que conocernos y comprendernos a nosotros mismos es importantísimo, hay algo más esencial aún para vivir de todo corazón: amarnos a nosotros mismos.»
«Ahora veo que el hecho de reconocer nuestra historia y de querernos a nosotros mismos durante todo ese proceso es lo más valiente que podremos hacer jamás.»
«Ahora veo que cultivar una vida de todo corazón no es una meta, sino un camino sin fin. Es el camino de toda una vida. Es el trabajo del alma.»
Brené Brown, del prefacio

«Este notable libro trata de ese viaje que es nuestra vida y que nos lleva desde el "¿qué pensará de mí la gente?" hasta el "yo soy suficiente tal cual soy". La inigualable habilidad de Brown para fusionar su original trabajo de investigación con sinceros relatos de la vida real consigue que leer **Los dones de la imperfección** sea muy parecido a mantener una profunda y estimulante conversación con una amiga muy sabia que nos ofrece sabiduría, compasión y muy buenos consejos.»
HARRIET LERNER, autora de *La danza de la ira*

Solo cuando tengamos la valentía suficiente para explorar nuestros lados oscuros descubriremos el poder infinito de nuestra luz.