



Fecha de publicación:
12/04/2023

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensafictioninternacional@planeta.es

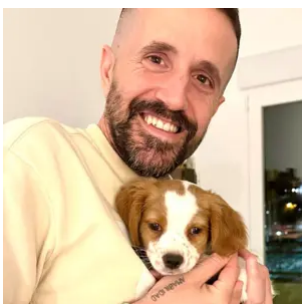
Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es



El amor comienza en ti

Curro Cañete

AMARTE Y DISFRUTAR DEL PRESENTE ES UNO DE LOS OBJETIVOS MÁS IMPORTANTES DE LA VIDA. NO TE COMPARES CON OTROS. TUS RESPUESTAS ESTÁN EN TI

Para construir una vida plena, necesitas una buena autoestima. Por eso amarte a ti mismo es el primer paso para ser feliz, sentir paz y amar a otros.

Vivimos en un mundo lleno de exigencias y desafíos donde pararse a pensar en uno mismo resulta cada vez más difícil.

En este libro, práctico y riguroso, el famoso escritor Curro Cañete comparte con generosidad los pasos concretos para liberarte de apegos negativos, quererte incondicionalmente y convertirte en una persona emocionalmente fuerte. Aquí y ahora, tienes la oportunidad, aprende a amarte de verdad. Cuando leas este libro y lo consigas, todo será diferente: las cosas saldrán mejor, la realidad será más amable y gozarás de la vida tal y como mereces hacerlo.

Estás a punto de comenzar un viaje que transformará tu vida

Curro Cañete

Curro Cañete (@currocanete) es licenciado en Derecho y Periodismo y *coach* titulado por la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. Ha ayudado a miles de profesionales a enfocarse y a aumentar su éxito y su felicidad. Apasionado por el comportamiento humano, su propósito es que las personas crean en sí mismas para disfrutar de la vida, vivir sin miedo y cumplir sus sueños.