

image not found or type unknown



Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz

Fecha de publicación:

04/09/2015

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Zoraya Peñuela R. (Jefe de prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1214

Email: zorayap@planeta.com

Nombre: Susana Serrano Arango (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1215

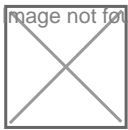
Email: susana.serrano@planeta.com.co

Nombre: Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

Teléfono: (57)6079997 ext.1216

Email: ltandrade@planeta.com.co

image not found or type unknown

**Walter Riso**

Walter Riso ha conseguido traducir los principios científicos del comportamiento a un lenguaje accesible para todo el público.

Muchas personas son víctimas de lo que Walter Riso denomina mandatos irracionales perfeccionistas o "antivalores exitosos". Estos mandatos pretenden que seamos "hombres y mujeres que han alcanzado el top 10", es decir, seres excepcionales en alguna área, no importa el costo emocional que esto implique. Preceptos publicitados y trasmitidos que se convierten en una forma de autoexigencia cruel e injustificada o en la búsqueda una "perfección psicológica" agotadora e irracional. Un sufrimiento inútil que se instala y echa raíces en nuestra mente con la anuencia y premeditación de una cultura obsesionada por los "ganadores" y "los fuera de serie".

El objetivo del presente libro es rebelarse contra esos mandatos y promover una autoaceptación incondicional y sin excusas. Su consigna, así los amantes de la excelencia entren en crisis, es categórica: "puedes ser escandalosamente feliz en medio de tu maravillosa imperfección". La realización personal no está en ser el "mejor", sino en disfrutar plenamente de lo que haces.

Walter Riso

Nació en Italia y vive entre América Latina y Barcelona. Es doctor en Psicología, especializado en Terapia Cognitiva y con una maestría en Bioética. Desde hace treinta años, trabaja como psicólogo clínico, alternando esta práctica con la cátedra universitaria y la publicación de obras científicas y de divulgación. Sus libros, traducidos a más de veinte idiomas, han tenido un éxito arrollador, cumpliendo el propósito de crear una vacuna contra el sufrimiento humano y proponiendo estilos de vida saludables.

Para más información: www.walter-riso.com