

# WALTER RISO

# AMA Y NO

# SUFRAS

Cómo disfrutar plenamente la vida en pareja

**Fecha de publicación:**

26/03/2019

**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)

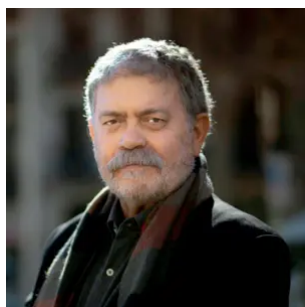
**Teléfono:** (57)6079997 ext.1215

**Email:** susana.serrano@planeta.com.co

**Nombre:** Tatiana Andrade (Coordinadora de Prensa)

**Teléfono:** (57)6079997 ext.1216

**Email:** ltandrade@planeta.com.co



## Ama y no sufras

### Walter Riso

Vívelo y disfruta de tu relación.

Incluso los que presumen estar perfectamente acoplados a su pareja, en lo más recóndito de su ser albergan dudas, inseguridades. ¿Quién no ha sufrido alguna vez por estar con la persona equivocada, porque se apaga la llama o, simplemente, por la caricia que nunca llegó? *Ama y no sufras* lleva más allá lo que el autor expuso en *¿Amar o depender?* No sólo se trata de amar sin apegos, que es un logro importante, sino de acabar con todo tipo de sufrimiento inútil relacionado con el amor.

Sentir amor es más fácil que explicarlo, porque nadie nos ha educado para amar y ser amados, al menos de manera explícita. Habrá quienes digan que el amor no es para entenderlo, sino para sentirlo y disfrutarlo, y que el romanticismo no soporta ningún tipo de lógica: nada más erróneo.

### 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](http://www.walter-riso.com)