



Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz

Walter Riso

La realización personal no está en ser “el mejor”, sino en disfrutar plenamente de lo que haces.

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 ten*”, es decir, seres excepcionales en algún área, no importa el costo emocional que eso implique. Preceptos publicitados y transmitidos que se convierten en una forma de autoexigencia o en la búsqueda de 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 –aunque los amantes de la excelencia entren en crisis– es categórica: puedes ser escandalosamente feliz en medio de tu maravillosa imperfección.

Fecha de publicación:

03/09/2015

Sello Editorial:

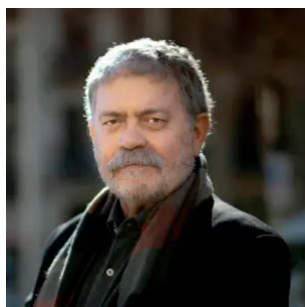
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



Walter Riso

Walter Riso nació en Italia, y vive entre América Latina y Barcelona. Es doctor en Psicología, se especializó en Terapia Cognitiva y obtuvo una maestría en Bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria y la realización de publicaciones científicas y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear una vacuna contra el sufrimiento humano proponiendo estilos de vida saludables en distintos órdenes de la vida. El éxito de los libros de Walter Riso es arrollador.