

WALTER RISO

MARAVILLOSAMENTE IMPERFECTO, ESCANDALOSAMENTE FELIZ

Diez premisas
liberadoras que
transformarán tu vida
de manera radical

Planeta



Fecha de publicación:
03/03/2025

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Aniela Vanoni

Email: aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

Nombre: Ariel Benítez

Email: ahbenitez@eplaneta.com.ar

Nombre: Santiago Satz

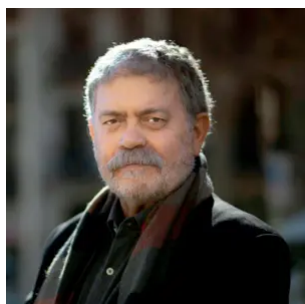
Email: ssatz@eplaneta.com.ar

Nombre: Tomás Villafañe

Email: tomas.villafane@eplaneta.com.ar

Nombre: Cecilia Pintos

Email: cpintos@eplaneta.com.ar



Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz (NE)

Walter Riso

Diez premisas liberadoras que transformarán tu vida de manera radical.

Diez premisas liberadoras que transformarán tu vida de manera radical.

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 algún área, no importa el costo emocional que esto implique. Preceptos publicitados y transmitidos que se convierten en una forma de autoexigencia cruel e injustificada, 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».

Este libro nos enseña a rebelarnos 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 lo que haces.

Walter Riso

Walter Riso realizó estudios universitarios de psicología, es especialista 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 distintos medios. Actualmente es profesor de terapia cognitiva en diversas universidades e institutos de Latinoamérica y España, y es presidente honorario de la Asociación Colombiana de Terapia Cognitiva. Sus libros han cumplido el propósito de crear estilos de vida saludables en distintos ámbitos y han sido traducidos a varios idiomas.

Para más información: www.walter-riso.com