

WALTER RISO

¿AMAR O DEPENDER?

Cómo superar el apego
afectivo y hacer del amor
una experiencia plena
y saludable

Planeta



¿Amar o depender? (NE)

Walter Riso

Nuevas ediciones de los libros de Walter Riso que no te pueden faltar.

Nuevas ediciones de los libros de Walter Riso que no te pueden faltar.

“Amar sin apegarse es amar sin miedos. Es asumir el derecho a explorar intensamente el mundo, a hacerse cargo de uno mismo y a buscar un sentido de vida. También significa tener una actitud realista frente al amor, afianzar el autorrespeto y fortalecer el autocontrol. Es disfrutar de la dupla placer/seguridad sin volverla imprescindible. Es hacer las paces con Dios y con la incertidumbre. Es tirar la certeza a la basura y dejar que el universo se haga cargo de uno. Es aprender a renunciar”.

¿*Amar o depender?* es ya un clásico sobre las relaciones afectivas. En sus páginas, el autor nos enseña que el amor sano es una suma de dos en la cual nadie pierde, y que es posible —y recomendable— entregarse al otro sin tener que desaparecer en él.

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



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