

image not found or type unknown



# Maravillosamente imperfecto, escandalosamente feliz (NE)

**Fecha de publicación:**

01/02/2025

**Sello Editorial:**

Editorial Planeta

**Walter Riso**

Diez premisas liberadoras que transformarán tu vida de manera radical.

## 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

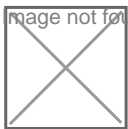
## Diez premisas liberadoras que transformarán tu vida de manera radical.

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.**

image not found or type unknown



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