



Fecha de publicación:
02/02/2022

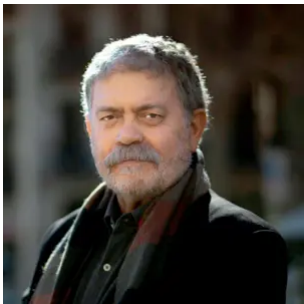
Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



El coraje de ser quien eres (aunque no gustes)

Walter Riso

Guía para rebeldes que aman su individualidad.

APRENDE A PENSAR POR TI MISMO EN UN MUNDO QUE TE QUIERE IGUAL A LOS DEMÁS.

Este libro parte de un principio básico: para poder crecer como persona hay que ser, ante todo, libre interiormente, es decir, pensar, sentir y actuar según los propios valores y principios; asumir que, sobre ti, decides y mandas solo tú.

Un manual para abandonar determinadas creencias inculcadas a través del aprendizaje social y que limitan las posibilidades de tener una vida plena y saludable. Las enseñanzas recibidas en la infancia quitan energía, obran como un freno de emergencia. La libertad no está al final del camino, sino al principio, como decía Krishnamurti. Es decir, no tiene sentido hablar de superación o mejoramiento personal si se está atado psicológicamente a ciertos patrones y condicionamientos que impiden tener la lucidez necesaria para producir cambios y hacer propia revolución psicológica. Para comenzar un cambio radical en el estilo de vida hay que desprenderse de ciertos chips psicológicos y emocionales que andan flotando en las neuronas y rebelarse.

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.