

Enamorados o esclavizados

Walter Riso

Un libro amorosamente incorrecto.

“Entiendo por *liberación afectiva* la posibilidad de establecer un vínculo de amor saludable y sin ataduras a través del cual cada quien pueda darle impulso al desarrollo de su libre personalidad, a pesar y por encima del amor.

Liberación afectiva significa tomar las riendas de la propia vida emocional, aun estando en pareja, sin agobios y sin sufrimientos inútiles que nos impidan ser como realmente somos o como se nos antoja ser. ¿Liberarse de qué? De cuatro creencias absurdas sobre el amor que nos aplastan y limitan nuestro crecimiento personal: “Si amas, debes obsesionarte”, “Si amas, debes renunciar a tu identidad”, “Si amas, debes tener miedo a perder a tu pareja” y “Si amas, debes esclavizarte”.

Sin embargo, es posible crear un esquema mental saludable y constructivo que se contraponga a las cuatro tendencias señaladas: al amor obsesivo, opongo un *amor apasionado*, pero sereno; al amor fusionado, opongo un *amor con identidad personal*; al amor temeroso, opongo un *amor valiente*, y al amor opresivo, opongo un *amor libre*”.

Fecha de publicación:

01/09/2013

Sello Editorial:

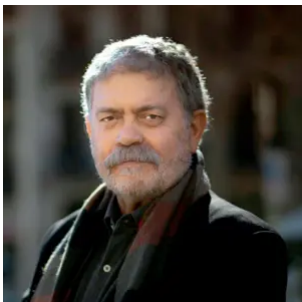
Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



Walter Riso

(Nápoles, 1951) Es doctor en psicología, especialista en terapia cognitiva y maestro en bioética. Desde hace treinta años trabaja como psicólogo clínico y formador de terapeutas, práctica que alterna con el ejercicio de la cátedra universitaria en Latinoamérica y España, y la publicación de textos científicos y de divulgación en diversos medios.

Sus libros han cumplido el propósito de crear estilos de vida saludables en diversos ámbitos y han sido traducidos a trece idiomas.

Para más información: www.walter-riso.com