

# WALTER RISO

# AMA Y NO

# SUFRAS

Cómo disfrutar plenamente la vida en pareja



Planeta

**Fecha de publicación:**

15/07/2022

**Sello Editorial:**

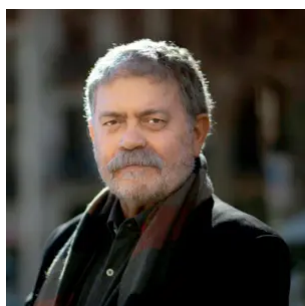
Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Gabriela Mogollón

**Teléfono:** +51 991 867 325

**Email:** gjmogollon@eplaneta.com.pe



## Ama y no sufras

**Walter Riso**

Vívelo y disfruta de tu relación.

Incluso los que presumen estar perfectamente acoplados a su pareja, en lo más recóndito de su ser albergan dudas, inseguridades. ¿Quién no ha sufrido alguna vez por estar con la persona equivocada, porque se apaga la llama o, simplemente, por la caricia que nunca llegó? *Ama y no sufras* lleva más allá lo que el autor expuso en *¿Amar o depender?* No sólo se trata de amar sin apegos, que es un logro importante, sino de acabar con todo tipo de sufrimiento inútil relacionado con el amor.

Sentir amor es más fácil que explicarlo, porque nadie nos ha educado para amar y ser amados, al menos de manera explícita. Habrá quienes digan que el amor no es para entenderlo, sino para sentirlo y disfrutarlo, y que el romanticismo no soporta ningún tipo de lógica: nada más erróneo.

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