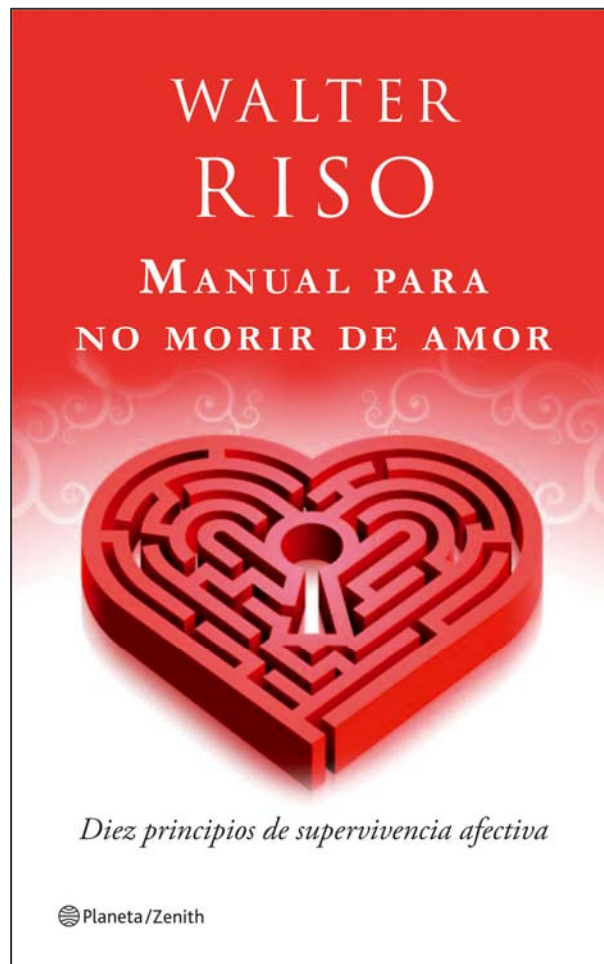


Zenith

# Manual para no morir de amor

de

## Walter Riso



A la venta el 4 de marzo

**Diez principios de supervivencia afectiva.**

- **Niégate a sufrir por amor.**
- **Declárate en huelga afectiva, haz las paces con la soledad y atempera la necesidad de amar por encima de todo y a cualquier precio.**
- **Rescata el amor propio, tu primer gran amor a partir del cual se generan los otros.**

Para muchos el amor es una carga, un dulce e inevitable dolor o una cruz que deben llevar a cuestas porque no saben, no pueden o no quieren amar de una manera más saludable e inteligente. Hay quienes se quitan la vida o se la quitan a su pareja, y están los que se agotan y van secándose como un árbol en mitad del desierto, porque el amor les pide demasiado. **¿Para qué un amor así?**, se pregunta el psicólogo **Walter Riso**. Es evidente que no todo el mundo se fortalece y desarrolla su potencial humano con el amor; muchos se debilitan y dejan de ser ellos mismos en el afán de querer mantener una relación tan irracional como angustiante.

**Para amar no hay que «morir de amor»**, sufrir, desvanecerse, perder el norte, ser uno con el otro o alterar la identidad: eso es **intoxicación afectiva**.

Infinidad de personas en el mundo se han quedado atrapadas en nichos emocionales a la espera de que su suerte cambie, sin ver que son ellas mismas las que deben hacer su revolución afectiva. Cada quien reinventa el amor a su manera y de acuerdo a sus necesidades y creencias básicas; cada quien lo construye o lo destruye, lo disfruta o lo padece. **Morir de amor no es un designio inevitable, una determinación biológica, social o cósmica: puedes establecer tus reglas y negarte a sufrir inútilmente.** Ésa es la consigna.

¿Qué hacer entonces? ¿Es posible amar sin equivocarnos tanto y que el sufrimiento sea la excepción y no la regla? ¿Cómo amar sin morir en el intento y, aun así, disfrutarlo y sentir su irrevocable pasión?

Para dar respuesta a todas estas preguntas el reconocido psicólogo **Walter Riso, nos da herramientas para no morir de amor** y cambiar nuestra concepción del amor tradicional por una más renovada y saludable.

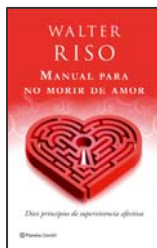
### **Diez principios de supervivencia afectiva**

- 1. Si ya no te quieren aprende a perder y retírate dignamente.**
- 2. Casarse con el amante es como echarle sal al postre.**
- 3. ¿Ni contigo, ni sin ti? ¡Corre lo más lejos posible!**
- 4. El poder afectivo lo tiene quien necesita menos al otro.**
- 5. Un clavo no siempre saca otro clavo: a veces los dos se quedan dentro.**
- 6. Evita el sacrificio irracional: no te anules para que tu pareja sea feliz.**
- 7. Si el amor no te ve ni te siente, no existe o no te sirve.**
- 8. No idealices al ser amado: míralo como es, crudamente y sin anestesia.**
- 9. El amor no tiene edad, pero los enamorados sí.**
- 10. Algunas separaciones son instructivas: te permiten saber lo que no quieres del amor.**



**Walter Riso** nació en Italia en 1951.

Su familia emigró a Argentina cuando era muy joven. Allí creció en un barrio multiétnico en el seno de una comunidad de inmigrantes italianos. Cursó estudios universitarios de Psicología en Colombia, a donde lo llevó su constante curiosidad e inquietud. 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. Actualmente reside en Barcelona.



**ISBN: 978-84-08-08048**  
**13 x 21 cm 224 pp.**  
**PVP 15,00**  
**RÚSTICA CON SOLAPAS**

**Si quieres entrevistar al autor, no dudes en llamarnos.**

**Departamento de comunicación:**

**Madrid:**

Fátima Santana

677 17 60 79

fatimasantana70@gmail.com

**Barcelona:**

Verónica Arenas

93 492 88 71

varenas@planeta.es

**[www.zenitheditorial.com](http://www.zenitheditorial.com)**