Continue

Elogio al hartazgo Cansancio vs. decepción: dos tipos de hastío Versión lenta: cansancio acumulativo y frustración eficiente Versión rápida: saturación inmediata y casi siempre irreversible Ocho razones por las cuales aguantamos a una pareja que es motivo de sufrimiento 1. El miedo a enfrentar la vida sin tu pareja porque te sientes una persona débil o insegura 2. El miedo a la soledad afectiva porque en el fondo piensas que no eres querible 3. Las creencias religiosas radicales 4. Creer que no le has dado a la relación las oportunidades necesarias 5. El conformismo y la resistencia al cambio 6. La esperanza irracional 7. La presión social 8. La perseverancia sobrevalorada: la dicha de morir con las botas puestas PARTE 2. ¿DE QUÉ NOS CANSAMOS? SIETE VIACRUCIS Me cansé de tu indiferencia Me cansé de esperar a que te separes Me cansé de tu perfeccionismo y de tu rigidez mental Me cansé de hacerme cargo de tus problemas y que no pongas de tu parte Me cansé de que me trates mal Me cansé de que me vigiles y desconfíes de mí Me cansé de tu narcisismo y de que te creas el centro del universo EPÍLOGO BIBLIOGRAFÍA ACERCA DEL AUTOR CRÉDITOS Los amorosos callan. El amor es el silencio más fino, el más tembloroso, el más insoportable. Los amorosos buscan, los amorosos son los que abandonan, son los que cambian, los que olvidan. Su corazón les dice que nunca han de encontrar, no encuentran, buscan. JAIME SABINES, Los amorosos INTRODUCCIÓN Hay un cansancio físico que te obliga a reposar, porque el cuerpo se cuida y te cuida. Es como si dijera: «Ya está bien, no te pases de revoluciones», y también existe un cansancio emocional/afectivo que te empuja a actuar cuando te saturas de una relación o de alguien. Este hastío te repite: «Ya basta, vete de ahí, no continúes». Sin embargo, no siempre hacemos caso a esa información de supervivencia básica, ya sea porque no podemos o bien porque no queremos. El libro «Me Cansé de Ti«, escrito por Walter Riso y publicado por la editorial Planeta México, aborda la temática de las relaciones de pareja desde una perspectiva crítica y reflexiva. Con un número de registro ISBN 9786070757211, la obra invita a cuestionar la idea de que el amor es suficiente para mantener una relación unida. En esta obra, el autor plantea preguntas incómodas pero necesarias: ¿Por qué seguir en una relación donde se experimenta la indiferencia, la vigilancia, el daño o la mentira? ¿Es realmente amor lo que se siente o se trata más bien de posesión, miedo o costumbre? Walter Riso explora las razones por las cuales las personas pueden cansarse de una relación, incluso cuando creen que están enamoradas. A través de cartas de despedida escritas por el autor, el lector aprende a enfrentar la difícil tarea de decir adiós cuando el amor ya no es suficiente y se llega al punto de decir: «Te amo, ¡pero ya no te aguanto!«. Si te encuentras en una situación en la que sientes incomodidad en tu vida amorosa y has intentado todo, este libro puede ser una guía para replantear de manera profunda tus sentimientos y tomar decisiones importantes sobre tu relación. Opinión crítica: «Me Cansé de Ti» es una obra que desafía las concepciones tradicionales sobre el amor y las relaciones de pareja. Walter Riso ofrece una mirada valiente y honesta sobre los motivos que pueden llevar al agotamiento emocional en una relación, invitando al lector a reflexionar sobre sus propias experiencias amorosas. Recomiendo este libro a aquellos que buscan una lectura que les ayude a cuestionar y comprender mejor sus relaciones sentimentales.» ¿Has leído «Me Cansé de Ti»? ¿Qué opinas sobre su enfoque y sus reflexiones? ¡Me encantaría conocer tu punto de vista! 85%(13)85% found this document useful (13 votes)15K viewsSaveSave Me canse de Ti For Later85%85% found this document useful, undefined Si tu pareja te ignora, te vigila, te hace daño o te miente… ¿por qué seguir con ella? ¿Por qué soportar una relación que te hace sufrir?Aquí te va una verdad dolorosa: El amor no es suficiente para mantener unida a una pareja. Y, en algunos casos, aquello que tú consideras «amor» no es más que posesión, miedo y costumbre. Walter Riso explora algunos de los motivos que llevan a las personas a cansarse de su relación. Si no estás incómodo con tu vida amorosa, y lo has intentado casi todo, quizá sea hora de replantearse algo más de fondo.¿El amor se terminó o eres tú quien se cansó de ese amor? A partir de cartas de despedida escritas por el autor, aprende a decir adiós cuando solo puedes pensar: «Te amo, ¡pero ya no te aguanto!».Deja de sufrir inútilmente y permite que el realismo se imponga. ENGLISH DESCRIPTIONIf your partner ignores you, watches you, hurts you, or lies to you, why stay with them? Why put up with a relationship that makes you suffer? Here's a painful truth: Love isn't enough to keep a couple together. And, in some cases, what you think of as "love" is nothing more than possession, fear, and habit. Walter Riso explores some of the reasons that lead people to get tired of their relationship. If you're not uncomfortable with your love life, and you've tried almost everything, maybe it's time to rethink something deeper. Is the love over or are you the one who got tired of that love? From farewell letters written by the author, learn to say goodbye when you can only think, "I love you, but I can't stand you anymore!" Stop suffering uselessly and allow realism to prevail. Walter Riso es un reconocido psicólogo y escritor argentino, nacido el 16 de diciembre de 1941 en Buenos Aires. Con una formación académica que abarca la psicología y la filosofía, Riso ha dedicado su vida a la comprensión del comportamiento humano y la promoción del bienestar emocional a través de sus obras y talleres. Con una carrera que se extiende por varias décadas, Riso ha escrito más de 30 libros, muchos de los cuales se han convertido en bestsellers en el ámbito de la autoayuda y la psicología. Su enfoque se centra en el desarrollo personal, las relaciones de pareja y la gestión emocional, enfatizando la importancia del pensamiento crítico y la reflexión en la vida cotidiana. Después de obtener su licenciatura en Psicología, Walter Riso se especializó en terapia cognitiva, un enfoque que ha influido en su trabajo literario y terapéutico. Sus libros están diseñados para ayudar a los lectores a superar patrones de pensamiento negativos, mejorar su autoestima y fomentar relaciones saludables. Algunos de sus títulos más destacados incluyen: ¿Amores que no funcionan? - Una obra donde Riso analiza los factores que pueden llevar a relaciones poco saludables. El arte de no amargarse la vida - Un manual práctico sobre cómo disfrutar de cada momento y vivir sin ansiedad. Despierta, el amor no duele - En este libro, el autor ofrece herramientas para entender y gestionar el amor desde una perspectiva saludable. A lo largo de su carrera, Riso ha combinado su labor como escritor con la práctica clínica. Ha trabajado como psicoterapeuta en diversos contextos, lo que le ha permitido observar y comprender de cerca las dinámicas de la mente humana. Su estilo es claro y accesible, lo que ha hecho que sus libros sean utilizados por un público amplio, desde estudiantes hasta profesionales de la salud mental. Además de su trabajo literario y clínico, Riso es un orador frecuente en conferencias y talleres, donde comparte su visión sobre la psicología y la vida, promoviendo la idea de que cada persona tiene el poder de cambiar su realidad a través del autoconocimiento y la toma de decisiones conscientes. En la actualidad, Walter Riso se considera una figura influyente en el campo de la psicología en Hispanoamérica. Su enfoque práctico y directo ha resonado con millones de lectores, y sus obras continúan siendo referentes en la literatura de autoayuda. Su legado no solo se mide en los libros que ha publicado, sino también en el impacto positivo que ha tenido en la vida de sus seguidores. La combinación de su formación teórica y su experiencia práctica hace que los consejos y estrategias que propone sean no solo relevantes, sino también aplicables a la vida diaria. Riso continúa escribiendo y ofreciendo herramientas valiosas a quienes buscan mejorar su bienestar emocional y sus relaciones interpersonales. Title Me cansé de ti Author Walter Riso Publisher Grupo Planeta Category Psychology Released Date 2019-09-03 Language Español Format AUDIO Total Downloads 814 Total Views 3,207 Rating 5/5 (194 ratings) This ebook is not available. Please try again later! Si tu pareja te ignora, te vigila, te hace daño o te miente… ¿por qué seguir con ella? ¿Por qué soportar una relación que te hace sufrir? Aquí te va una verdad dolorosa: El amor no es suficiente para mantener unida a una pareja. Y, en algunos casos, aquello que tú consideras «amor» no es más que posesión, miedo y costumbre. Walter Riso explora algunos de los motivos que llevan a las personas a cansarse de su relación. Si estás incómodo con tu vida amorosa, y lo has intentado casi todo, quizá sea hora de replantearse algo más de fondo. ¿El amor se terminó o eres tú quien se cansó de ese amor? A partir de cartas de despedida escritas por el autor, aprende a decir adiós cuando solo puedes pensar: «Te amo, ¡pero ya no te aguanto!». Audiolibro narrado en español neutro...