

¿Cómo evitar sufrir en el amor?

¿Harta de decepciones amorosas? El libro ¡Cuidado! El perro muerde, muestra señales de los hombres que te hacen daño.

Escrito por: Christiane Garza

¿Te has enamorado de hombres infieles, mentirosos, manipuladores, inmaduros... en fin, hombres que no te valoran y no te saben amar? Cuando la relación termina, ¿juras que no volverás a “caer en sus redes”? ¿Estás harta de vivir una decepción amorosa tras otra, y piensas que el amor verdadero no es para ti?

El libro ¡Cuidado! El perro muerde te va a encantar porque hará que vuelvas a creer en el amor y que puedas disfrutar de una relación de pareja positiva y estable. Y es que al conocer las señales que emiten los hombres que no saben amar, podrás elegir de una mejor manera a tu pareja ideal.

En Feminis.com entrevistamos en exclusiva a la Dra. Lizi Rodríguez, autora del libro ¡Cuidado! El perro muerde, quien nos explica un poco más acerca de su obra y de cómo evitar sufrir en el amor. ¡Pon mucha atención!

1. Lizi, ¿existen ciertos patrones que repetimos al buscar pareja?

“Sí, tendemos a copiar patrones, generalmente de lo que vivimos en casa. Se presenta como un fenómeno inconsciente, hasta que lo haces consiente.”

2. ¿Puede existir una adicción a los ‘malos amores’?

“Sí; existe una ‘ceguera emocional’ que te impide ver que tu pareja te está haciendo daño. Sin embargo, te sientes infeliz, sola y con el corazón roto, aunque sigues con él tal vez por inseguridad o por urgencia de tener a alguien contigo. Hay quienes creen también que porque les fue mal una vez, les va a pasar lo mismo y dejan de creer en el amor, pero eso no es cierto.”

3. ¿Qué funciones pretendemos que cumpla la pareja y cuáles son las que verdaderamente cumple?

“Antes, los roles de la pareja estaban más definidos; cada quien sabía qué se esperaba de ellos. Pero ya no; además, estamos bombardeados por las parejas perfectas que aparecen en la TV o en revistas. Es por ello que pretendemos que la pareja nos cumpla principalmente dos cosas: 1. Que nos haga todo lo felices que no nos sentimos, y 2. Le soportamos todo con tal de que nos haga caso, para no sentirnos solas. Una pareja no debe cubrir cosas que no puedes cubrir tú misma; no puede darte la autoestima ni la seguridad que te faltan, ni puede hacerte feliz si tú no te sientes feliz. Una pareja debe ser sólo un compañero y cómplice.”

4. ¿Cómo identificar a los hombres que no saben amar?

“Puedes identificar a los hombres que no valen la pena porque sus acciones pesan más de lo que te dicen. Además, en el libro (¡Cuidado! El perro muerde), hay tests que te indicarán si tu pareja no te ama como te mereces, y te servirán también para descubrir cómo es la calidad de tu relación.”

5. ¿Qué papel juega la autoestima en la relación de pareja?

“Es básica porque ‘transpiramos’ la baja autoestima. Es por ello que una buena estima de nosotras mismas es el mejor antídoto contra las relaciones destructivas.”

6. ¿Tu libro podría ser un ‘espejo’ en el que las mujeres podemos vernos reflejadas?

“Sí; más que culpar a los hombres, el libro te lleva a que te observes a ti misma y que descubras si en tu relación eres la ‘mujer salvavidas’, que está ahí para salvar a su hombre, o eres la sumisa que siempre agacha la cabeza. La verdad es que a veces, por la necesidad que sentimos de tener pareja, adoptamos posturas inadecuadas, las justificamos y no nos damos cuenta. ¡Cuidado! El perro muerde es un ‘despertador’ de las mujeres, que les dice la verdad de sus

relaciones, para que no sigan en situaciones de pareja que les hacen daño.”

7. ¿Qué aconsejas para recuperarse de una decepción amorosa?

“Casi nadie se muere de amor, literalmente. Pero es básico tener una buena autoestima para detectar las señales que envían los hombres que no saben amar, para que dejes de justificar la relación que te hace daño. Cuando te das cuenta de ello, dejas de aliarte con una parte tuya que se siente poco merecedora de amor, dejas de convertir a la pareja en tu ‘todo’ y recuperas tu vida propia y tu identidad. El libro te ayuda mucho a tener esa autoestima que te hace falta.”

8. ¿A qué se debe el título de tu libro, ¡Cuidado! El perro muerde?

“Se trata de una metáfora. El perro, por más dócil que sea, siempre va a tender a morder a quien sea, por instinto. Igualmente, jamás podremos cambiar a los hombres que no saben amar; es mejor evitarlos.”

9. ¿Por qué lo escribiste?

“Por experiencias propias o de amigas, descubrí que a las mujeres nos hace falta alguien que nos ayude a sufrir menos y a elegir mejor en el amor. El libro es una buena amiga que está ahí para orientarte.”

Datos del libro

Título: *¡Cuidado! El perro muerde*

Autora: Lizi Rodríguez, Psicoterapeuta Clínica

Ed. Urano, 2010