

AUGUSTO CURY

O AUTOR MAIS LIDO NESTE SÉCULO NO BRASIL
PUBLICADO EM MAIS DE 70 PAÍSES



ANSIEDADE 3

CIÚME

O medo da perda acelera a perda

Benvirá

Resumo de Ansiedade 3. Ciúme

Durante muito tempo, acreditou-se que o ciúme era sinal de amor, mesmo quando este era doentio e tanto a pessoa acometida por esse sentimento como a que era alvo dele sofriam em demasia.

Se uma relação não tivesse boas doses de ciúme era porque um dos parceiros não estava realmente envolvido. Mas a nossa sociedade mudou, e, com o tempo, percebemos que o ciúme não é o “tempero das relações”, mas sim um sinal de que algo está faltando dentro de nós, algo que nos complete e nos permita ser feliz sem a presença de outra pessoa.

Em Ansiedade 3: Ciúme, o psiquiatra e escritor Augusto Cury traz à tona as várias facetas desse sentimento que divide opiniões e ressalta que, embora exista um ciúme sadio – caracterizado pelo desejo de estar próximo de quem se ama –, é tênue a linha que divide o amor ao próximo e a falta de amor-próprio.

Na visão do autor, a pessoa que sente ciúme se abandonou, e por isso procura no outro aquilo que ela mesma não é capaz de se dar. Com lições simples como “Ter um romance com sua história antes de se relacionar com outra pessoa”, “Ser transparente”, “Não ser um carrasco de si mesmo”, você aprenderá a proteger a sua emoção e criar uma relação saudável com você mesmo, em primeiro lugar, e com todos que o rodeiam.

Afinal, o ciúme não está restrito apenas aos casais; pais, filhos, amigos, todos podem ser afetados por esse sentimento que encarcera as relações.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)