



52

maneiras

de conquistar  
um

namorado

# 52 maneiras de conquistar um namorado



# Sumário

## Apresentação

1. Ame a si mesma
2. Cultive a autoestima
3. Não dispense a vaidade
4. Sorria!
5. Não fique bitolada!
6. Respeite-se
7. Saia de casa
8. Não bata cartão!
9. Converse!
10. Seja flexível
11. Não exagere na dose
12. acredite no acaso
13. Seja tolerante
14. Seja gentil
15. Participe das redes sociais
16. Mantenha-se bem informada
17. Cultive o bom humor
18. Não fique ensaiando!
19. Não se precipite
20. Seja você mesma!
21. Leve o cãozinho para passear
22. Você não está num conto de fadas!
23. Viva o presente

24. Cuidado com o feminismo torto...
25. Dê uma festa
26. Viaje!
27. Faça um curso
28. Olhe bem ao redor
29. Confie no sexto sentido
30. Que tal um toque de mistério?
31. Deixe-o um pouco inseguro
32. Seja independente
33. Olhe nos olhos
34. Respeite a independência do outro
35. Seja feminina!
36. Não deixe que escolham por você
37. Não tenha medo de mudar — I
38. Não tenha medo de mudar — II
39. Não procure encrenca!
40. Não tenha pressa
41. Seja feliz com você mesma
42. Procure nos lugares certos
43. Cuidado com as perguntas
44. Esqueça a matemática
45. Saiba sair de cena
46. Não acredite em alma gêmea
47. Não use amigas como muletas
48. Seja verdadeira
49. Não evoque seus ex-namorados
50. Evite comparações

51. Não espere por formalidades

52. Não desista!

Créditos

# APRESENTAÇÃO

Se você está procurando o seu par ideal, não vai se arrepender de ter comprado este livro.

São 52 estratégias – o número de semanas do ano! – para conquistar o homem dos seus sonhos, ou, melhor ainda, aquele disposto a fazê-la sonhar..

Por meio de dicas práticas e boa dose de reflexão, essas estratégias vão ajudá-la no envolvente jogo da sedução, que exige charme, tática e muita autoestima.

Com técnicas infalíveis, este pequeno guia é uma coleção de ferramentas que não pode faltar na sua bolsa – e certamente será de grande ajuda na busca de um novo amor.



## **Ame a si mesma**

---

Amar a si mesma não se resume a adotar o espelho como melhor amigo.

Vai muito além disso: quando a gente se gosta de verdade, respeita as próprias vontades, não ultrapassa os limites e tem consciência das próprias escolhas. Sabe ganhar e sabe perder, porque aprendeu a se valorizar.

Ninguém vai se interessar por você se você mesma não se interessa. Na prática: pare de perder tempo tentando ser quem você não é.

Descubra suas qualidades e as coloque sempre em primeiro plano. Isso não significa deixar os defeitos de lado, mas avalie bem a lista de defeitos que você costuma atribuir a si mesma.

Tem muito “defeito” que não passa de imaginação ou mera opinião alheia... Lembre-se: todos nós temos um lado bom e outro ruim. Essa é a verdadeira beleza que existe em ser o que se é. Aprenda a admirá-la.

## 2

### **Cultive a autoestima**

---

Sabe aquela amiga que parece sempre de bem com a vida, confia no próprio taco, não se deixa levar pelo baixo-astrol e, apesar de gordinha e nariguda, desperta a atenção dos homens mais interessantes do pedaço? Pois acredite: não é mágica! Chama-se autoestima – também conhecida como amor-próprio.

Se você está sempre cabisbaixa, sente-se a pior das mulheres, não se cuida e, de quebra, acha que a culpa é desse mundo cruel e desumano, prepare-se para afastar não só os possíveis pretendentes, mas todo o planeta.

As pessoas veem você do jeito que você se mostra para elas. Por isso, concentre-se em ser o melhor de você mesma, e se mostre assim!

Não é o caso de começar a dar palestras sobre os belos olhos que Deus lhe deu, ou a façanha memorável que garantiu o tão sonhado cargo de chefia. A autoestima é um sentimento natural, que brota dentro da gente sempre que acreditamos em nós – mesmo quando ninguém acredita. É aquela faísca de determinação que a incentiva a começar uma dieta ou dar o fora naquele cara lindo de morrer, mas canalha até o último fio de cabelo. Viu só? A autoestima é item de primeira necessidade; por isso, deve-se cultivá-la todos os dias, regando-a com muito amor, para jamais deixá-la morrer.

#### **Dicas para cultivar a autoestima**

- Reconheça suas qualidades.
- Pense positivo: você pode.
- Anote em um caderno ou agenda as grandes e pequenas conquistas do dia a dia.
- Tenha orgulho de si mesma.

- Reserve um tempo para cuidar do corpo e da mente. Lembre-se: de vez em quando, é bom ficar a sós consigo mesma.
- Não menospreze o fracasso; os momentos difíceis quase sempre se revelam ótimos mestres do autoconhecimento.

# 3

## **Não dispense a vaidade**

---

Faz parte da natureza feminina... Ainda que você faça o tipo minimalista, um toque de vaidade é fundamental na hora da conquista.

Os homens gostam, sim, de mulheres bem arrumadas e cheirosas, e isso não tem nada a ver com salões de beleza, roupas de grife ou salto alto. Cuidados básicos e um pouquinho de bom senso na hora de se arrumar podem fazer milagres – inclusive materializar aquele namorado tão sonhado...

Cabelos limpos, unhas bem cuidadas e depilação em dia são obrigatórios. Se você não curte maquiagem ou não sabe se maquiar, aposte na dupla batom neutro e rímel preto. É simples, mas tem seu toque sexy.

Tenha cuidado ao se vestir. Lembre-se de que você está à procura de um namorado, não em um desfile de carnaval. Quem se fantasia demais corre o risco de ofuscar o próprio brilho.

Por último, não tente parecer mais jovem com uma barriguinha de fora que já teve dias melhores... Se estiver acima do peso, resista aos decotes ousados demais ou às roupas muito justas. Mesmo com as medidas em dia, não abuse. Opte por peças que valorizam as curvas e, sempre!, seja você mesma. Não tente parecer sexy usando um salto 10 se você nunca passou de um 3 – certamente vai ser desconcertante.

### **Balcão de moda e beleza**

---

- Mesmo que você tenha passado a tarde inteira se arrumando, aja com naturalidade; não deixe que ele perceba tamanha dedicação logo de cara.
- Não tente aquela cor nova de cabelo bem no dia do encontro. Se der errado, não dará tempo de consertar.
- Só use sandálias e sapatos abertos se os pés estiverem impecáveis!

- Não exagere no perfume. É deselegante e ainda pode provocar uma crise de espirro se o cara for alérgico!

# 4

## **Sorria!**

---

Sorrir faz bem para a saúde e... atrai olhares! Vários estudos já comprovaram que as mulheres sorridentes são mais atraentes. O sorriso é, portanto, um aliado da sedução!

Mas vá com calma. Não dê uma de engraçadinha o tempo todo, ou acabará rindo sozinha.

# 5

## **Não fique bitolada!**

---

Mesmo que conquistar um namorado seja o seu principal objetivo, não vale a pena agir como se isso fosse o seu único propósito de vida. A ideia fixa é inimiga da oportunidade. Por isso, se vai sair com os amigos, arrume-se, perfume-se, sintá-se bem com você mesma e divirta-se.

Se não rolar nada naquela noite, nada de voltar aborrecida para casa – muito menos passar metade da balada reclamando que não existem homens de verdade! Isso só a afastará deles. Sem contar que, muitas vezes, aquele namorado fofo e romântico está bem ao lado, e você nem notou...

# 6

## **Respeite-se**

---

Namorado não é roupa. Não dá para experimentar todo dia um ou vários de uma só vez. Se a intenção é apenas curtir e viver uma aventura atrás da outra, risque a palavra “namorado” do seu vocabulário, pelo menos por enquanto.

Namorar exige certa dedicação. Por isso, se você quer mesmo conquistar um namorado, escolha as pessoas com quem sai e procure conhecê-las melhor antes de partir para outra.

Também não vale sair com uma pessoa para satisfazer a vontade de alguém ou só para não voltar para a casa sozinha depois de uma balada. Respeitar as próprias vontades é fundamental e, certamente, atrairá o olhar de quem realmente interessa.

# 7

## Saia de casa

---

Há várias formas de se divertir, e cada pessoa tem uma preferência. Sair com amigos para uma balada ou barzinho, ir ao cinema, ao teatro ou a um clube são algumas delas. Quando você sai de casa para se divertir, abre as portas para uma infinidade de possibilidades – desde conhecer novos amigos até encontrar o par ideal.

Por isso, não fique trancada em casa. Se suas amigas não andam muito animadas ou estão namorando, convide-as para um passeio alternativo, como tomar um café na padaria, caminhar no fim da tarde ou passear numa livraria.

Se o convite não for aceito, vá sozinha! Não há nenhum mal nisso e, no meio do caminho, você ainda pode encontrar o homem dos seus sonhos!

## 8

### **Não bata cartão!**

---

Se você tem saído muito nos últimos tempos e carrega a vaga impressão de que os homens lindos, fofos e educados desapareceram da Terra, talvez seja a hora de mudar a rota.

Se você é do tipo cliente fiel, ou seja, todo final de semana está no mesmo lugar, pode ter certeza que passou da hora! Que tal conhecer um novo restaurante, passar algumas horas em um museu ou em um parque?

Muitas vezes, a pessoa que procuramos está justamente em lugares diferentes dos que frequentamos. Por isso, não tenha medo de diversificar!

# 9

## Converse!

---

É o único jeito de se aproximar das pessoas e conhecê-las melhor – primeiro passo da conquista.

Isso não significa que você deva sair falando pelos cotovelos ou repetindo as últimas novidades do noticiário.

Isso não é uma prova de conhecimentos gerais. Seja simpática, amável e exponha sua opinião com delicadeza.

Caso desconheça o assunto, não finja que está entendendo, nem tente a tal “cara de conteúdo”.

A sinceridade é uma virtude, e qualquer virtude mostra-se naturalmente sedutora e irresistível.

### **Três dicas para as tímidas**

---

- Vá no seu ritmo. Se tentar parecer extrovertida, certamente entrará em um furacão de tortura e ansiedade.
- Falar pouco não é defeito; ao contrário, muitas vezes, menos é mais.
- Na primeira oportunidade, puxe o assunto; escolha um tema que você domina. Se a conversa enveredar para temáticas que você desconhece, não se acanhe. Pergunte! Mostre-se interessada. Os homens, em especial, adoram explicar...

# 10

## **Seja flexível**

---

Não tente ditar as regras, seja durante o processo de sedução, seja no início de um possível relacionamento. Mesmo que você adore cinema, não faça cara feia se ele convidá-la para assistir a um concerto. Experimentar o ponto de vista do outro é o primeiro passo para aprender a seduzi-lo.



## **Não exagere na dose**

---

O álcool não é o melhor aliado quando se está em busca de um namorado. O consumo de bebida alcoólica afeta o raciocínio, o equilíbrio e a capacidade de percepção – levando, muitas vezes, a comportamentos e situações constrangedoras, nada promissoras para um clima de conquista.

Portanto, não exagere na dose e jamais beba com o estômago vazio. Em festas e baladas, tome um ou dois copos de água para cada dose de álcool ingerida.

# 12

## **Acredite no acaso**

---

Uma amiga a convidou para a festa de aniversário de um conhecido? Aceite! Seu primo a chamou para uma recepção em sua nova casa? Ótima oportunidade para conhecer gente nova!

O convite veio de um pretendente? Não perca tempo! Quando se está em busca de um namorado, não se deve recusar nenhum convite, mesmo que a oferta não lhe pareça lá um grande negócio...

Pessoas interessantes estão em toda parte. Não menospreze o churrasco da tia ou a exposição de quadros da cunhada. Se você quer mesmo conhecer alguém legal, dê uma chance ao acaso!

### **Balcão de comportamento**

- Se você acabou de conhecer o cara, lembre-se de que não sabe nada – nadinha! – dele. Pode parecer bobagem esse lembrete, mas saiba que as grandes gafes da vida acontecem quando a gente se esquece disso. Exemplo: você critica a prefeitura, e descobre que o pai do sujeito é vereador; ou solta uma piada de português, e só escuta ecoar a terrível frase: “Minha mãe é portuguesa”.
- Se saírem para jantar, evite pedidos complicados. Por mais engraçado que venha a ser depois, na hora não será nada divertido ver o escargô voando para o prato dele – graça a sua visível falta de intimidade com o molusco.
- Não fale aos berros, coma devagar e guarde as sonoras gargalhadas para aquele bate-papo com as amigas.

# 13

## Seja tolerante

---

Você não é dona da verdade, muito menos perfeita. Aprenda a perdoar e releve as bobagens do dia a dia. Quem nunca se atrasou para um compromisso? Quando foi a última vez que você cometeu uma gafe? Quem nunca teve um ataque de nervos e depois se arrependeu?

Por isso, antes de sair maldizendo todos os exemplares do gênero masculino, lembre-se de que eles também falham – e isso é muito bom! Afinal, você quer um namorado, não um robô, certo?

# 14

## Seja gentil

---

Muita gente confunde gentileza com educação. A educação está para a gentileza assim como a massa do bolo está para o recheio.

Portanto, vá além do “obrigada”, “por favor” ou “bom-dia”. Se o seu alvo está em busca de um emprego, ofereça ajuda para montar o currículo; se é um colega de trabalho, pague um café no final do expediente. Pequenas gentilezas são capazes de promover grandes milagres.

# 15

## Participe das redes sociais

---

A internet é um meio vivo, capaz de conectar milhões de pessoas ao mesmo tempo e em poucos segundos. Nada mal para quem está à procura de um namorado.

Mas, como nem tudo é perfeito, funciona mais ou menos como procurar uma agulha no palheiro. Dá para conhecer gente nova, resgatar antigas amizades e até descolar companhia para a balada. Desse círculo, pode sair aquele cara maravilhoso, embrulhado para presente. Mas tenha cautela. Atrás da tela, todo sapo pode ser príncipe.

Se você for adepta das salas de bate-papo, todo cuidado é pouco. Em caso de encontros, marque sempre em locais públicos.

### **Redes sociais: na prática**

- Aproxime-se de amigos dos seus amigos. A relação é óbvia: provavelmente, vocês terão muita coisa em comum.
- Procure velhos amigos da escola ou ex-colegas de trabalho. Promova um encontro divertido; se não encontrar um grande amor, pelo menos dará boas risadas.
- Não seja impulsiva; basta um segundo para que centenas de pessoas leiam a bobagem que você acabou de postar.

# 16

## **Mantenha-se bem informada**

---

Não é preciso se transformar numa enciclopédia ambulante. Basta ficar antenada. Assista a filmes, vá ao teatro, leia o noticiário; procure saber o que está acontecendo na sua cidade, no país e no mundo.

Quem anda bem informada tem sempre assunto para um bom papo, e um bom papo, como se sabe, pode ser o pontapé inicial para seduzir o namorado que você sempre quis.

# 17

## **Cultive o bom humor**

---

Sabe aquele dia em que você acorda com o pé esquerdo, pisa no rabo do gato e descobre que o chuveiro queimou? Dá vontade de voltar para a cama e mandar o mundo às favas.

Ok, todo mundo tem seus dias ruins. O problema é como você lida com eles. Aí é que entra o bom-humor. Tem gente que nasce bem-humorada; outros precisam aprender a praticá-lo – o que significa posicionar-se de forma positiva diante da vida.

A regra é óbvia: cara feia não conserta chuveiro; muito menos arranja namorado... Afinal, ninguém quer conviver com uma pessoa que está sempre mal-humorada e vive reclamando da vida. Pense nisso na próxima vez que achar o mundo meio cinza. Depois, olhe para o lado e procure enxergar aquilo que realmente importa. Você não vai se arrepender.

# 18

## **Não fique ensaiando!**

---

Quanto mais natural for a paquera, mais chances de sucesso você terá. Por isso, não fique ensaiando caras e bocas, ou decorando frases feitas para impressionar. A vida acontece ao vivo, sem ensaio, e sem reprise.

# 19

## Não se precipite

---

Se você acha que encontrou um candidato perfeito, ótimo! É hora de curtir e segurar a língua. Não comece a falar em namoro ou relacionamento sério logo na primeira oportunidade. Deixe a coisa rolar, e não pule etapas. É como diria a sua avó: não dê o segundo passo antes de dar o primeiro.

“A oportunidade não ajuda àqueles que não ajudam a si próprios.”

Sófocles

# 20

## Seja você mesma!

---

Desista de ser quem não é só para agradar ou “estar na moda”. Você não vai conseguir encenar esse papel por muito tempo. Além disso, o objetivo é conquistar um namorado que se apaixone por você, e não pela réplica da sua vizinha ou melhor amiga.

“A vida é curta, mas a verdade tem vida longa. Vamos falar a verdade.”

Arthur Schopenhauer

# 21

## **Leve o cãozinho para passear**

---

Que tal tornar isso um hábito diário? Além de ajudá-la a se manter em forma, pode promover inúmeros encontros bem interessantes.

Escolha uma praça, parque ou alameda e repita o trajeto, mais ou menos no mesmo horário, durante algumas semanas. É o suficiente para conhecer a “turma local”.

Mesmo que não apareça ninguém interessante, aproveite a experiência e faça novos amigos. Quanto mais amigos, mais gente nova você irá conhecer. O coração – e o seu cãozinho – agradecem!

## 22

### **Você não está num conto de fadas!**

---

Duvide dos clichês românticos; não fique na expectativa do amor à primeira vista, nem espere viver uma história de novela.

Fantasiar demais é o primeiro passo para a decepção. O príncipe encantado da vida real não chega montado num cavalo branco, com um sapatinho de cristal em punho.

Exageros à parte, preste atenção às suas justificativas toda vez que dispensar um pretendente. Ideais românticos habitam o inconsciente coletivo e, muitas vezes, impedem que se veja a felicidade onde ela realmente está.

# 23

## Viva o presente

---

A única coisa produtiva que você pode fazer com o passado é olhar para ele. Não dá para reescrevê-lo, consertá-lo ou apagá-lo. Ele ficará lá, como um arquivo morto, que se pode consultar, mas não dá para modificar.

Por isso, se você passou por uma decepção recentemente, deixe essa experiência no seu arquivo morto, e não tente carregar o “defunto” como se fosse um guarda-costas, pronto para protegê-la de outra decepção.

Lembre-se: nenhuma experiência é igual a outra, e você não pode partir para uma nova conquista achando que vai apenas encenar uma reprise. Aprenda com o passado, mas viva no presente.

“Nem todas as nuvens engendram tempestades.”

William Shakespeare

# 24

## **Cuidado com o feminismo torto...**

---

Esqueça o discurso daquela tia ranzinza que vive repetindo a mesma ladainha: “Homem é tudo igual, nenhum presta; só muda o endereço e o telefone!”.

Não é com essa filosofia “anticueca” que você vai conquistar aquele gato! Além disso, vamos e convenhamos: tem muito homem canalha, mas isso não quer dizer que somos santas!

O caráter – ou a falta dele – é uma característica humana, que compete a ambos os sexos. E homem não é tudo igual... tem sempre aquele que cabe direitinho no seu sonho de consumo.

# 25

## **Dê uma festa**

---

Que tal convidar os amigos e os amigos de seus amigos para uma festa na sua casa? Prepare um ambiente em que possa recebê-los, capriche na recepção e divirta-se!

Se pintar alguém interessante, não hesite: troque olhares, aproxime-se e converse. Nunca se sabe quando aquele namorado dos sonhos vai aparecer. Cabe a você criar algumas oportunidades...

# 26

## **Viaje!**

---

Viajar é muito bom! Quase sempre faz a gente ver o mundo sob outro ângulo e, o melhor de tudo, ver as pessoas sob outro ângulo, inseridas em outro universo cultural.

Não importa se você vai embarcar sozinha, com amigos ou em família: faça as malas e abra o coração. Aquele cara sensacional pode estar na sua parada.

# 27

## **Faça um curso**

---

Se você já está no mercado de trabalho e não estuda há algum tempo, fazer um curso pode ser ótimo para o currículo e ainda ajudá-la a conhecer gente nova, quem sabe o amor da sua vida!

Existem vários cursos de curta duração e a baixo custo – sem contar os gratuitos. Procure algo do seu interesse e que se encaixe em sua agenda. É uma boa estratégia para encontrar alguém bacana, com muita coisa em comum...

# 28

## **Olhe bem ao redor**

---

Muitas vezes procuramos longe o que está bem perto. Você já olhou para as pessoas ao redor? Aquelas que você vê diariamente... no trabalho, no curso de inglês ou na aula de natação?

A gente costuma ter o péssimo hábito de ignorar o que nos parece familiar. Olhe as pessoas com outros olhos, procure conhecê-las melhor e preste atenção às suas qualidades. Nem sempre aquele carrancudo que trabalha ao seu lado é um mal-humorado sem conserto.

O sabichão da aula de inglês pode ser uma ótima companhia... nem tão sabichão assim, mas muito educado, gentil e prestativo! Portanto, é hora de ligar o “namorômetro” diariamente!

“Ou encontramos um caminho, ou abrimos um.”

Aníbal

# 29

## **Confie no sexto sentido**

---

Aceitar convites, paquerar na balada, vasculhar as redes sociais... Quase tudo vale quando se está buscando um namorado. Mas lembre-se: uma pitada de bom senso não faz mal a ninguém.

Sair com um total desconhecido pode ser perigoso. Engatar um namoro logo no primeiro encontro é desnecessário.

Antes de se envolver com alguém, procure conhecer essa pessoa, saber um pouco sobre o seu passado e, se achar necessário, conversar com um parente ou amigo em comum.

Se tiver aquela vaga sensação de que algo não vai bem, pare antes de começar. Evite problemas, e deixe o caminho livre para quem realmente importa.

# 30

## Que tal um toque de mistério?

---

Ser um pouco misteriosa pode torná-la ainda mais atraente e sedutora. Evite contar tudo sobre sua vida e seus planos logo no primeiro encontro – tampouco no segundo!

Os homens – e também as mulheres – sentem-se atraídos quando desafiados. E, certamente, descobrir um pouco mais sobre a pessoa que lhe despertou interesse é um grande desafio.

Mas atenção: fazer mistério não significa se negar a falar sobre determinado assunto. Se ele perguntar mais sobre você, fale. Lembre-se daquela pitada de cautela: não dê detalhes sobre tudo, e muito menos dispare a falar feito uma matraca desgovernada!

“Repouse. A terra descansada é a que dá a melhor colheita.”

Ovídio

# 31

## Deixe-o um pouco inseguro

---

Há tempos você procura um namorado e finalmente encontra alguém interessante. Então, logo pensa: “Oba! Dessa vez vai dar certo!”

Aí, para não perder o gato e mostrar que está realmente interessada, decide ligar várias vezes ao dia, dispara dez mensagens por minuto e o convida incessantemente para sair. Parabéns! A técnica é ótima, se a ideia for mantê-lo bem longe.

Para conquistá-lo, a estratégia costuma ser bem diferente: antes de demonstrar que está apaixonada – ou, na visão masculina, desesperada –, faça-o se apaixonar por você! A receita é simples; acompanhe:

### **Ingredientes**

- um bom papo;
- uma pitada de charme;
- duas boas colheradas de insegurança.

### **Modo de preparo**

1. Não ligue milhões de vezes por dia (sim, os torpedos estão nessa categoria!). Se necessário, desligue o celular por algumas horas.

2. Não invente um programa novo todos os dias só para convidá-lo. A tática logo ficará evidente, para constrangimento geral dos envolvidos...

3. Que tal dar um perdido no rapaz? Suma por alguns dias, semanas... Se você for a última bolacha do pacote para ele, certamente fará falta, e ele não hesitará em procurá-la.

Ainda assim, agente firme. Os homens adoram ser desafiados. Dê essa chance a ele.

# 32

## **Seja independente**

---

Financeira e emocionalmente. Ser independente é bom para o bolso, para o coração e para a autoestima. E, se é bom para tudo isso, não há dúvida de que só contará ponto na hora de encontrar um namorado.

Não se deixe seduzir por uma vida de dondoca, do tipo que passa a tarde no shopping e quer um namorado que mais parece o Banco Central. Dinheiro é ótimo; mas o seu dinheiro é melhor ainda.

Da mesma forma, não vá em busca de um namorado só para não se sentir sozinha. Você quer um namorado, não um terapeuta, certo?

Seja autossuficiente. Isso a tornará uma pessoa mais segura e interessante aos olhos masculinos. Às vezes eles até se assustam, mas, no fundo, adoram!

# 33

## Olhe nos olhos

---

Seja na paquera ou no primeiro papo, olhe nos olhos.

Além de demonstrar autoconfiança, essa prática permite conhecer melhor o outro e “pescar” informações importantes sobre o caráter e as intenções da pessoa.

Não é à toa que se diz por aí que os olhos são a janela da alma...

### **O corpo fala: “escute” o dele!**

- Braços cruzados e corpo retraído podem indicar nervosismo ou desinteresse.
- Peito estufado e costas inclinadas para trás? Vá em frente! Ele está a fim!

# 34

## **Respeite a independência do outro**

---

O romance mal começou e você já ensaia aquela tromba quando o cara resolve tomar um chopp com os amigos ou jogar futebol. Lembre-se: a vida não se resume ao seu umbigo.

Preservar a própria individualidade e não abandonar o círculo de amigos são atitudes maduras, que mantêm a relação saudável – primeiro passo para arrumar um namorado, não um fardo.

# 35

## Seja feminina!

---

Toda mulher deve ser independente e ter atitude. E isso não tem nada a ver com assumir uma postura masculina. Ao contrário, se quer conquistar um homem, é preciso ser feminina!

Cuide-se, seja vaidosa e carinhosa, aceite os mimos. Aprenda que seduzir não é chegar em um homem do mesmo jeito que um homem chega em uma mulher. Deixe de lado os palavrões e as piadas sujas.

A sutileza é uma virtude feminina. Por isso, um olhar, um sorriso, um gesto são suficientes para deixar claro seu interesse e dar espaço para que ele se aproxime.

Em tempo: as mulheres já conquistaram seu espaço; não precisam do espaço dos homens.

**“A virtude não iria longe se a vaidade não lhe fizesse companhia.”**

La Rochefoucauld

# 36

## **Não deixe que escolham por você**

---

Quando se deixa claro que está em busca de um namorado, não falta gente para “ajudar”... É a mãe que descobriu o melhor partido do mundo para você, a amiga que quer lhe apresentar aquele primo boa-pinta, ou a tia que tem certeza de que você vai adorar o filho da Zelinda.

Às vezes, a coisa se transforma numa obsessão coletiva e a coloca no olho do furacão.

Nessa hora, pare e pense: só você sabe o que está procurando, o que lhe agrada ou desagrada.

Aceite ajuda, mas deixe claro que a escolha é sua. Do contrário, você corre o risco de arrumar – em vez de um namorado – um tremendo abacaxi para descascar!

**“Se uma coisa não convém, não a faça. Se não é verdade, não a diga. Mas o importante é que a decisão sobre isso seja sua.”**

Marco Aurélio

# 37

## **Não tenha medo de mudar — I**

---

Você costuma repetir o mesmo trajeto todos os dias, de casa para o trabalho, do trabalho para a academia? Vai à padaria sempre pelo mesmo caminho? Compra jornal na mesma banca há anos e nunca experimentou trocar de supermercado?

A ordem é variar!

Se você faz tudo a pé, as opções são inúmeras: troque de rua ou mude de calçada. Se costuma ir de carro, estacione em lugares diferentes.

Para quem pega ônibus, desça um ponto antes e caminhe. Diferentes caminhos levam a diferentes pessoas...

# 38

## **Não tenha medo de mudar — II**

---

Não importa a sua idade. Sempre é tempo de mudar de atitude, adotar novos hábitos ou rever um comportamento destrutivo.

Analise os relacionamentos que você teve agora e faça uma autocrítica: até que ponto você comete os mesmos erros? Que erros são esses? O que você poderia fazer para mudar isso?

Se preciso, busque ajuda profissional. Traumas e medos irracionais podem levar uma pessoa a boicotar a própria felicidade pelo resto da vida. Não tenha medo de encará-los.

**“É mais fácil refutar erros que descobrir verdades.”**

Marquês de Maricá

# 39

## **Não procure encrenca!**

---

Esqueça os casados e comprometidos. Tem muita gente que adora a adrenalina de uma aventura desse tipo, mas pode apostar: cansa, dá trabalho e quase sempre fracassa.

Namorado é igual escova de dente. Você dividiria a sua com alguém?

# 40

## **Não tenha pressa**

---

A pressa é inimiga da perfeição... e dos bons relacionamentos. Se você quer um relacionamento sério e duradouro, não tenha pressa. Arrumar a pessoa certa não é mesmo a tarefa mais fácil e pode levar tempo.

Sentir-se a pior das mulheres ou desistir de procurar não ajudará em nada.

O bom mesmo é aproveitar o jogo da conquista para conhecer gente nova e aprender com cada um que atravessa o seu caminho.

Mais cedo ou mais tarde, o jogo acaba: você encontra alguém especial e chega a hora de curtir uma nova fase da vida.

**“Devagar! Quem muito corre tropeça.”**

William Shakespeare

# 41

## **Seja feliz com você mesma**

---

Muita gente acha que só será realmente feliz quando tiver um namorado. Terrível engano.

A felicidade mora dentro de você, e é solitária por natureza.

Quando encontramos alguém especial, dividimos nossa felicidade com o outro, que divide a dele com a gente e, assim, nascem os tão sonhados momentos felizes juntos. É uma via de mão dupla.

O outro não é um posto de felicidade, em que você pode abastecer o tanque todos os dias.

Por isso, enquanto estiver sozinha, procure a felicidade dentro de você e cultive-a.

Você vai precisar dela quando o namorado dos seus sonhos estacionar na sua porta.

# 42

## **Procure nos lugares certos**

---

Se você está procurando um relacionamento sério, esqueça as danceterias e as grandes “raves”.

A maioria dos frequentadores está querendo apenas curtidão. Dê preferência aos lugares menos badalados e – por que não? – mais inusitados.

Procure frequentar cinemas, teatros, exposições, livrarias, festas de amigos etc. A chance de encontrar um solteiro disponível e a fim é muito maior!

# 43

## **Cuidado com as perguntas**

---

Se a conversa engatar, evite as perguntas muito íntimas, como: “Quanto você ganha?”, “Quantas namoradas você teve?”, “Você pensa em ter filhos?”. Ou, então, se o cara acabou de sair de um relacionamento, não emende coisas do tipo: “Foi você que a largou? Por quê?”, “Você ainda gosta dela?”.

Seja discreta. Se ele quiser falar, escute. Mas não esboce caras e bocas de perplexidade ou indignação.

# 44

## **Esqueça a matemática**

---

Não perca tempo calculando quantos encontros serão necessários até você decidir ir para cama com ele, ou o número de telefonemas que a convencerá de que ele realmente está apaixonado.

No amor, um mais um nem sempre somam dois.

# 45

## **Saiba sair de cena**

---

Todo mundo sabe quando não está agradando.

Se você já deu todas as bandeiras de que está a fim, e o sujeito continua com aquela cara de samambaia, saia de fininho e não insista. Um dia se ganha, no outro se perde.

# 46

## **Não acredite em alma gêmea**

---

Tudo bem, é romântico e confortante pensar que um dia vamos encontrar a nossa alma gêmea...

Mas sejamos sinceras: mesmo aquele casal de velhinhos juntos há 80 anos sabe que nem tudo são flores. Um relacionamento feliz e, principalmente, duradouro exige paciência e dedicação.

A tampa da sua panela não está perdida por aí. Pense bem: você teria uma chance em 3,5 bilhões (considerando que metade da população mundial – 7 bilhões – seja masculina) de encontrar esse cara.

A chance de ganhar na Megasena é de 1 em 50 milhões: ou seja, 70 vezes maior! Quantas pessoas você conhece que ganharam na Megasena?

Cada pessoa é única, e não necessariamente complementar a outra. Você pode ter muitas coisas em comum com alguém, mas certamente vai discordar dessa pessoa em vários assuntos.

Portanto, não passe a vida procurando por algo que não existe. Concentre-se em ser feliz e fazer o outro feliz.

# 47

## **Não use amigas como muletas**

---

Se você chegar em um cara com um bando de mulheres atrás, o máximo que vai conseguir fazer é assustá-lo.

Se você está numa balada e gostou de alguém, espere uma oportunidade para se aproximar sozinha, por exemplo na fila do banheiro ou no bar.

# 48

## Seja verdadeira

---

A mentira é uma pedrinha de gelo no topo da montanha: se você deixar rolar, pode virar uma bola de neve. Quando se conta uma mentira, quase sempre outras três precisam ser providenciadas para sustentar a primeira...

Portanto, não tente impressionar o outro inventando lorotas que, mais dia, menos dia, serão descobertas. Nada de dizer que mora no bairro tal porque lhe parece mais chique, ou que tem um cargo de chefia na empresa quando é apenas mais uma funcionária.

O mesmo vale para gostos e preferências: cada um tem o seu, e não será se transformando num clone feminino do cara que você irá conquistá-lo.

Se você não gosta de “heavy metal”, não come carne e detesta seriados médicos, diga a verdade – mesmo que esteja diante de um metaleiro que adora picanha e não perdeu um só episódio de “House”.

Os diferentes também se apaixonam e, se não rolar, é só partir para outra – sem mudar de identidade.

“O que põe os homens a perder é quererem ser diferentes de si mesmos.”

Quevedo

# 49

## **Não evoque seus ex-namorados**

---

Imagine que você tem uma estante na cabeça, com várias gavetas e prateleiras – tudo de acordo com cada departamento da sua vida.

Tem lá duas gavetas de amigos, uma prateleira inteira para a família, dois ou três nichos de planos etc. Não se esqueça de reservar uma gaveta para os ex-namorados.

Quando começar a procurar um novo amor, tranque essa gaveta e perca a chave.

Resumindo: não fique matraqueando sobre as qualidades e os defeitos de todos aqueles que passaram pela sua vida.

Se ele perguntar algo, acesse a memória recente, responda e não estique a conversa. Isso também vale para você: não tente arrombar a gaveta de ex-namoradas do sujeito.

Se você é insegura, a dica é simples: quando elas habitaram a vida dele, você ainda não tinha chegado – ou seja, não há como comparar duas realidades distintas, em pontos diversos no espaço e no tempo. Pense nisso!

### **Ex-namorada: o fantasma**

- Primeiro: não tente fingir que ela não existe. O seu queridinho, quase namoradinho, já amou outra mulher. E, certamente, foram felizes... enquanto durou! Agora ele está com você, e isso é o que importa.
- Ok, sempre tem aquele tipo que não desgruda, finge que é amiga, mas só o Pinóquio acredita. A dica: controle-se. Se fizer cara feia, ou der piti – falta grave! –, vai apenas perpetuar o reinado da Gasparzinha. Fique na sua, seja simpática – sem exagerar – e, por questão de estratégia, fique amiga dos amigos dele que também são amigos dela... Como já dizia a sua avó, “uma mulher prevenida vale por duas”.

“O amor é a única paixão que não admite nem passado nem futuro.”

Balzac

# 50

## Evite comparações

---

Se o namorado da sua melhor amiga manda flores, anda todo perfumado e já fala em casamento, pense duas vezes antes de elogiá-lo na frente do cara com quem você está saindo.

É desnecessário, deselegante e só mostra que você está prestando mais atenção no namorado da sua amiga do que nele.

“Quando não se tem o que se deseja, é preciso desejar o que se tem.”

Bussy-Rabutin

# 51

## **Não espere por formalidades**

---

Para muita gente, só tem namoro quando ele finalmente faz o famoso pedido: “Quer namorar comigo?”.

Ok, pode até acontecer, mas não entre nessa paranoia. Muitos namoros simplesmente começam, e um dia os dois constataam que, sim, estão namorando!

Se você é do tipo que faz questão de saber “o que está rolando”, espere ao menos uns seis meses de relacionamento contínuo para tocar nesse assunto.

Não passe o carro na frente dos bois. Tudo tem seu tempo.

“O melhor do futuro é que ele chega apenas um dia de cada vez.”

Abraham Lincoln

# 52

## **Não desista!**

---

De vez em quando, bate aquele desânimo. Parece que todo mundo está namorando ou vai namorar, menos você!

É então que vem aquela vontade de jogar tudo para o alto, alugar meia dúzia de DVDs e estacionar no sofá da sala, com o pijama de bolinha furado e um baita saco de pipoca em punho...

Acredite: você não vai acabar assim! A natureza é sábia, e só está tentando tirá-la da inércia. Afinal, quanto mais fundo o poço, maior será seu esforço para sair dele.

Por isso, não desista de conquistar aquele namorado fofo. Se você olhou para a direita, experimente a esquerda; se apostou no sábado, tente o domingo; se escolheu o fim, que tal recomeçar?

**“Se você pode mudar o mundo, mude-o; se não pode, mude a si próprio.”**

Ditado inglês

## **Obra conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa**

Capa: Lais Dias

Produção editorial: carochinha

Redação: Drica Mello e Guta Gouveia

Revisão: Cecilia Madarás e Nara Raggiotti

Conversão em epub: {kolekto}

Direitos de Publicação:

© 2012 Editora Melhoramentos Ltda.

1.ª edição digital, janeiro de 2014

ISBN: 978-85-06-07410-7 (digital)

ISBN: 978-85-06-00082-3 (impresso)

Atendimento ao consumidor:

Caixa Postal 11541 – CEP 05049-970

São Paulo, SP – Brasil

Tel.: (11) 3874-0880

[www.editoramelhoramentos.com.br](http://www.editoramelhoramentos.com.br)

[sac@melhoramentos.com.br](mailto:sac@melhoramentos.com.br)

