

# NUUNCA VUELVAS A PERSEGUIR A UN HOMBRE

38 Secretos para Poder Conseguir  
al Hombre de tus Sueños,  
Mantener su Interés en Ti y Evitar  
Relaciones Sin Futuro



BRUCE BRYANS

# **Nunca Vuelvas a Perseguir a un Hombre**

38 Secretos para Poder  
Conseguir al Hombre de  
tus Sueños, Mantener  
su Interés en Ti y Evitar  
Relaciones Sin Futuro.

**Por Bruce Bryans**

[www.BruceBryans.com](http://www.BruceBryans.com)

# Renuncia de Responsabilidad Legal

Aunque la información en este libro puede resultar bastante útil, se presenta con el entendimiento de que ni el autor ni la editorial están comprometidos en presentar consejos específicos psicológicos, emocionales o sexuales. Nada en este libro pretende ser un diagnóstico, receta, recomendación o cura para un problema psicológico, emocional o sexual específico. Cada persona tiene necesidades únicas y este libro no puede atender a todas estas diferentes características.

Este libro tiene derechos de autor reservados © 2020 por Bruce Bryans. Es ilegal copiar, distribuir o crear trabajos derivados de este libro ya sea en partes o enteramente. O contribuir en copiar, distribuir, o crear obras derivadas de este libro.

Ninguna parte de este tratado puede ser reproducido o transmitido en ninguna forma, ya sea electrónica o mecánica, incluyendo fotocopias, grabaciones, o por cualquier almacenamiento de información sin permiso escrito, fechado y firmado del autor.

# Tabla de Contenidos

Introducción

Incrementa su atracción y entrénalo para que te persiga

El enfoque correcto para llevar las de ganar con los hombres

Comunica valores altos y sé la mujer que los hombres adoran

Reglas inteligentes durante las citas para evitar relaciones sin futuro.

Pensamientos finales.

# Introducción

Nadie está exento de cometer errores en las relaciones románticas y el mundo de las citas. Seguramente puedes recordar el momento exacto en el que perdiste interés en alguno de los muchachos que te atraían. Probablemente pasó de la noche a la mañana, y el pobre muchacho ni cuenta se dio que algo que hizo o dijo *una vez* fue la gota que derramó el vaso para que lo terminaras. Por otro lado, pudo haber sido algo que fue deteriorándose gradualmente como resultado de una serie de eventos o comportamientos repetitivos que hicieron que te alejaras de él... para siempre.

Si estas cosas les ocurren a los hombres, les puede suceder a las mujeres también. Y pasa *muy* seguido.

A veces hay cosas que una mujer hace en una etapa muy temprana del romance que puede ocasionar que un hombre se vuelva distante, que pierda el interés de un día a otro, o incluso forzarlo a desplazar a la mujer a la "friend-zone", o lo que es peor, a la categoría de "amigos con derechos". Son errores comunes que usualmente ocurren durante las primeras semanas de estar saliendo, mucho antes de que una relación

pueda tener una oportunidad de desarrollarse.

Pero incluso después de que una relación seria se haya formalizado hay ciertos errores que las mujeres cometen que hace que los hombres que valen la pena vean como señales de alarma. Estos tipos de errores causan que los hombres terminen una relación con una mujer o incluso que la denigren a tal grado que sea considerada amiga con beneficios y nada más. Este tipo de situación es peor que en las primeras semanas, porque se ha perdido de tu tiempo y tu cariño a un hombre que para empezar no se lo merecía o simplemente no era bueno para ti.

La cuestión es que si un hombre no te toma con seriedad puede ser que sea orillado a solamente pasar un buen rato contigo; Y este buen rato va a durar hasta que tú te des cuenta de que solamente te está usando, o mientras encuentra a la Señorita Indicada. En mi opinión personal yo creo que una mujer que valora su dignidad (y su salud mental), estará centrada en no permitir que ocurra lo último mencionado.

En casos como estos, lo que una mujer realmente necesita son dos cosas: una generosa cantidad de amor propio y una serie de pautas a seguir en las citas que le

permitirán hacer decisiones difíciles y racionales al transitar por el accidentado camino para encontrar al Señor Indicado.

## ***Límites firmes vs. Juegos***

Hay muchos libros para mujeres acerca de relaciones que venden la idea que la clave para que los hombres te tomen en serio y para que puedas conseguir lo que deseas, es tener un alto nivel de seguridad en ti misma. Estoy completamente de acuerdo, pero viene con una advertencia: Ser segura de sí misma, por lo menos en lo que se refiere a que un hombre te busque, no sirve de nada si no entiendes cómo sacarle provecho en tu trato hacia ellos.

La forma que un hombre nota la seguridad en una mujer es por la fuerza de sus convicciones. Ser capaz de socializar con hombres confiadamente, tener un lenguaje corporal seguro, y proyectar confianza en tu feminidad (en la forma en que te vistes y te conduces) sólo te llevará a la mitad del camino si sigues permitiéndole a los hombres que manejen tus emociones, tiempo, cariño, cuerpo y todo lo demás a su antojo. Una mujer se vuelve más atractiva a medida que desarrolla su confianza en sí misma. Pero esto de nada sirve para mantener a un hombre intere-

sado por mucho tiempo sino exige ponerse límites firmes.

El otro problema que surge al simplemente decirle a una mujer que sea más “segura de sí misma” es que un alto nivel de seguridad no necesariamente se traduce en un sano discernimiento a la hora de salir en citas románticas. Dicho de otro modo, la confianza en uno mismo no garantiza que se pueda formar un juicio correcto al tratar con hombres. Puedes tener el mismo grado de seguridad que tuvo Kanye West en la noche del Grammy y aun así ser usada por un hombre que posea seguridad y astucia.

Desafortunadamente la opinión que se forma una mujer acerca de los hombres es exclusivamente moldeada por la experiencia. Y sí, la opinión de otras mujeres acerca de los hombres y de sus experiencias en citas te pueden enseñar mucho, pero a la hora de la hora cuando tus emociones y el deseo que te provoca ese hombre resulta abrumador, va a ser extremadamente difícil para ti que puedas pensar con claridad y que te formes una idea neutral.

Entonces, ¿Qué tiene que hacer una chica?

Dado que la confianza en sí misma sin astucia sólo nos puede llevar a la mitad

del camino, el arma más poderosa que tiene una mujer cuando se trata de lidiar con hombres es la fortaleza de sus límites personales, **sin importar la situación**. Las mujeres que son poseedoras de unos límites firmes están centradas en principios, no en hombres o en romances. Para ellas sus valores personales, como el ser tratadas con amor incondicional, son más importantes que estar al lado de algún hombre en particular.

Una mujer que tiene límites personales firmes no baja la guardia hacia un hombre con excusas como por lo guapo que es, apariencia personal, estatus social, posición económica, raza, trasfondo, promesas, química sexual, etc. Sino que se apega a sus armas y se rehúsa a conformarse con hombres que saldrían ganando con ella mientras que ella llevaría las de perder.

De hecho, una mujer que posee límites personales firmes y un carácter moral va a rechazar ponerse en una situación romántica en la que una de las dos partes salga perdiendo. Va a haber ocasiones en las que te vas a encontrar con que puedes fácilmente aprovecharte de un chico, en donde puedes ganar a costa de él. Sin embargo, entre más altos sean tus valores, menos vas a querer colocarte en una posición como esta porque tú sabes que **en**

**una relación sana siempre ganan ambas partes.**

Para poder lograr el éxito con los hombres necesitas tener límites personales firmes y saber cuándo decir “NO”, saber cuándo alejarte o moverte de una situación en la que alguno de los dos salga perjudicado. Este es el por qué las mujeres tienden a sentirse inseguras cuando leen un libro que sugiere que hay hombres a los que no les gusta andar con jueguitos y después se encuentran con otro que dice que la única forma de ganar con un hombre es entrarle al juego y hacerse la difícil. Entra la confusión porque la mayoría de las veces se pierde la verdadera razón detrás del mensaje de “hacerse la difícil”.

Aquí está la verdad: Los hombres buenos NO persiguen a mujeres que juegan a hacerse las difíciles, que pretenden no estar interesadas, que actúan de formas extravagantes o que simplemente varían sus juegos para mantenerlos interesados. Sin embargo, lo que estos hombres de verdad respetan son mujeres que tienen cero tolerancia a que pierdan su tiempo y a que sean manipuladas.

¿Quedó claro?

Mientras que la mayoría de los hombres, en especial los hombres buenos, no están

interesados en estar con mujeres a las que les gusta jugar, Sí se sienten atraídos hacia mujeres cuyos límites personales están tan marcados que simplemente no están dispuestas a sufrir con hombres cuyo interés romántico es inestable o con aquellos que podrían aprovecharse de ellas. Esta es la razón por la que la táctica de alejarse de un hombre que ha mostrado interés en ti funciona. La técnica de alejarse le dice a un hombre que una mujer valora más su dignidad que la atención de un hombre y por lo mismo no va a gastar su tiempo y cariño en un hombre que no va a reconocer lo que ella vale.

Para una mujer a la que le gusta andarse con juegos a la hora de salir con hombres, distanciarse de ellos puede que funcione como otra técnica más, pero sus acciones no están basadas en el respeto hacia sí misma sino en una motivación egoísta. Se mueve por la necesidad que tiene de atención masculina. Sin embargo, para una mujer con límites personales firmes, alejarse de un hombre inconstante o inseguro es un mero acto de amor propio.

Si aprendes el valor de respetarte a ti misma más de lo que para ti vale el que CUALQUIER TIPO DE HOMBRE te persiga, no vas a caer en la necesidad de jugar a hacerse la difícil. Una mujer con un nivel alto

de respeto hacia ella misma no necesita jugar a pretender algo con los hombres porque ella VA A DEFENDER sus límites personales sin importar la situación en la que esté con el caballero en cuestión.

Cuando un hombre de gran valor se encuentra con una mujer con límites firmes, el comportamiento que exhibe de respeto hacia ella misma incrementará exponencialmente su atractivo -la clase de atractivo que hace que él la considere una mujer por la que vale la pena comprometerse-. Lo contrario a esto también aplica, ya que una mujer con límites débiles exhibe el tipo de comportamiento que la hace ver como necesitada de amor y esto atrae a hombres que no la ven más que como una conquista más, un amor con fecha de caducidad o alguien para pasar el rato. Esta clase de cosas puede ocurrirle a una mujer que tiene límites personales débiles sin importar lo guapa o encantadora que pueda ser.

Lo cual me lleva al propósito de este libro. Cualquier recomendación romántica de este libro está diseñada a transformarte en irresistible e imposible de ignorar para el chico correcto al ayudarte a fortalecer tus límites personales hacia los hombres y a comunicar mejor tu valor. (Las cualida-

des personales que hacen que sea imposible para él dejarte ir).

## ***Hábitos Románticos Que Atraen A Hombres De Calidad.***

Ten en mente que todo lo que comparto en este libro ha sido escrito con la sinceridad más pura y con una profunda preocupación por tu vida amorosa (o tu falta de ella). Lo último que quiero es que te atormentes si es que te das cuenta de que has cometido algunos de los feos errores de los que hablo. .... Y mientras que sí vas a encontrar algunas formas de 'amor severo' en las próximas páginas, todo fue escrito para informarte de cómo piensan y actúan los hombres cuando se trata de salir con una mujer.

También ten en mente que este corto y breve libro no pretende ser exhaustivo en ninguna forma. La verdad es que puede haber MILLONES de razones por las cuales un hombre se vuelva distante, que pierda interés en ti o que te trate como una conquista y ya. Así que en lugar de tratar de ayudarte a entender cómo piensan *todos* los hombres, decidí enfocarme en un sólo grupo de hombres: **los hombres que valen la pena.**

Si has leído alguno de mis otros libros como [\*Las 7 características que los hombres quieren en una mujer\*](#), y [\*101 cosas que tu papá nunca te dijo acerca de los hombres\*](#), hablo de cómo piensa este particular grupo de hombres y qué es lo que quieren de las mujeres. Los hombres que valen la pena son una clase totalmente aparte ya que tienen estándares muy altos en los que se refiere a la mujer con la que quieren estar, pero también tienen mucho más para dar que cualquier otro.

Es un poco como la oferta y la demanda. Hombres como estos son escasos y por ende, hay muchas más mujeres que compiten para ganar su atención. Es por esto que los hombres que valen la pena se manejan a sí mismos con estándares elevados y no están dispuestos a tolerar un comportamiento absurdo o irrespetuoso. Un hombre como al que hago mención usualmente tiende a hacer juicios ciertos acerca del carácter de alguien y tiene menos inclinación a perder su tiempo en salir con una mujer que lo subestime o con alguien que se menosprecia a sí misma.

Los hombres que valen la pena son hombres que evalúan el potencial de una mujer para una relación basado no sólo en su belleza física sino también en su **carácter**. Por lo tanto, la guía de este libro está di-

señada para hacerte más atractiva para los hombres que valen la pena, al ayudarte a mejorar la forma en la que te conduces en las diferentes etapas de una relación romántica.

Con lo anterior mencionado necesito aceptar, no sin una buena dosis de culpabilidad, que este libro no es para todos. Aquí hay dos formas de saber si este libro te beneficiará o no:

1. Si quieres atraer la atención de un hombre que valga la pena (un hombre con alta auto estima, ambición, cualidades de liderazgo, compasión, que no huye del compromiso, que se fija metas altas para sí mismo, que defiende sus límites personales, que sabe lo que quiere, que comunica lo que siente, atesora el valor de las relaciones y que rebosa seguridad sexual).
2. Quieres perseguir y nutrir una relación de amor que pueda llevar a casarte con ese hombre.

Si no estás interesada en hombres que te van a llevar a que te fijes estándares aún más altos, pero al mismo tiempo razonables (en otras palabras, que no va a tolerar comportamientos absurdos o irrespetuosos) o si no estás interesada en cultivar una relación seria con un hombre mascu-

lino que quiere y valora el compromiso... entonces este libro no es para ti. Si quieres atraer citas de una sola noche, a los llamados “jugadores” o a los chicos malos de cuarenta y tantos que piensan que la palabra compromiso significa una maldición... este libro no es para ti.

Para poder atraer y mantener la atención de hombres que valen la pena, tus hábitos en tus relaciones románticas y tus actitudes (las creencias que tienes sobre ti misma) necesitan transmitir que sinceramente te mereces el amor incondicional de un hombre bueno. Y la única forma de lograrlo es evitando esos errores que hacen a una mujer parecer desesperada, urgida o **no calificada para un compromiso serio** a los ojos de un buen hombre. Así que, si estás interesada en tener una relación con hombres de mayor calidad y quieres evitar a los que te usen para un rato, a los que no te valoren, o te confundan con un ligue pasajero, te animo a que sigas leyendo.

# Capítulo Uno:

*Incrementa su atracción y entrénalo para que te persiga.*

# 1

**Nunca seas muy accesible. No te permitas serlo antes de que una relación seria comience a desarrollarse, ya que los hombres se cansan rápido de lo que obtuvieron fácilmente.**

Probablemente ya habías escuchado esto antes muchas veces en cada revista para mujeres o en los blogs que te dan tips de citas románticas, pero no por ser algo que siempre se menciona lo dejes de tomar en cuenta. Como hombre, te puedo decir honestamente que una de las razones más comunes por las que un hombre pierde interés en una mujer es porque la dama en cuestión no le representa un buen reto. Darle acceso total de tu tiempo y atención a un hombre, especialmente en la etapa inicial de una relación, es besar a la muerte. Los hombres, incluso los hombres buenos, se cansan rápidamente de lo que

se obtiene y a lo que se les da acceso fácilmente.

Y bueno, reconozco que algunas de las mujeres que están leyendo esto van a hacer muecas de desaprobación, pero la cuestión es que si te presentas como un reto hacia alguien no solamente incrementará las posibilidades de mantenerlo interesado, sino que te va a ayudar a separar a los hombres flojos de los ambiciosos.

El cerebro de los hombres está programado para solucionar problemas, así como para la caza y para evitar el peligro. Una mujer atractiva representa un problema sano a resolver y sobre todo, que vale la pena resolver. Perder el interés de esa mujer también crea un nivel de amenaza en su mente, el tipo de amenaza que quiere evitar a toda costa.

Esta es la razón por la que un hombre que pareciera que no está interesado en ti de repente empieza a ingeniar maneras de buscarte y tratar de asegurarse que nadie más se interponga cuando se da cuenta de que hay *otros* hombres pretendiéndote.

Los otros hombres no solamente representan una amenaza, sino que también hace que tu valor como pareja potencial se incremente.

Solamente para clarificar, cuando digo que los hombres quieren un reto, no me refiero a el arte de *jugar* a hacerse la difícil, sino que tienes que *ser* difícil de conquistar. Y lo que esto significa es que tu vida tiene que ser emocionante y *vibrante*. La clase de vida de la que un hombre no tiene que “rescatarte”, sino una forma de vivir que le diga a él que va a enriquecer su propia vida y volverla aún más emocionante.

No es una contradicción escuchar a un hombre que dice que quiere un reto pero que no quiere a una mujer que se ande con juegos. A lo que en verdad se refieren cuando dicen esto, es que quieren a una mujer que tenga estándares altos, que se presente como una compañera valiosa y que no tolere a hombres que quieran jugar con ella. Los mejores hombres quieren sentir que estar con una mujer es un honor y una aventura.

Es muy raro que un hombre admita esto, pero ellos buscan querer tener tu atención. Dicho de otro modo, un hombre desea a una mujer tanto como ella quiere que un hombre la desee. Pero si acercarse a ti es muy fácil y si pueden llamar tu atención a la primera, los hombres se van a aburrir de ti *muy* rápido.

Considera también que para que ellos vean un reto en ti, los hombres quieren ver que

te sientes plena siendo soltera. Los mejores hombres quieren verte *satisfecha* en el momento en el que te encuentres. Estar satisfecha durante tu soltería significa que te sientes plena, realizada y que disfrutas lo que ya tienes.

Esto es extremadamente atractivo para un hombre porque no es una mujer que grita que está urgida o desesperada, sino que transmite seguridad y una valía muy grande. Por otro lado, si eres complaciente durante tu soltería da la impresión de que te conformaste, te rendiste y que simplemente no estás interesada en una relación.

Entonces ¿que significa esto? Significa que no debes de estar tan dispuesta a dejar tu familia, amigos, pasatiempos, sueños y aspiraciones en cuanto un nuevo tipo comienza a mostrar interés en ti. ¿Por qué? Porque lo más seguro es que todas esas cosas que acabo de mencionar fueron las que hicieron que se fijara en ti.

## 2

**Sé cautelosa en la forma de mantenerte en contacto con un hombre. No seas tú la que**

## **inicia el contacto siempre si quieres que su interés en ti se mantenga elevado y sincero.**

Al desarrollarse la relación entre tú y el Señor Perfección lo que más te va a beneficiar es que no seas tú la que siempre inicia el contacto entre ustedes. Si te encuentras en la posición en la que tú eres **la primera** en mandar un mensaje, hacer planes, llamar; entonces has caído en el juego de perseguir a un hombre.

Sí, ya sé que otra vez puede que algunas mujeres desapruében esto y piensen “¿Por qué no puedo simplemente llamarlo o mandarle mensaje cuando yo quiera?” o “¿Por qué contactar a alguien tiene que convertirse en algo tan grande? Lo que pasa es que los hombres son unas criaturas muy peculiares cuando se trata de nuestro ego y nuestro sentido de merecernos algo. Solamente valoramos las cosas que nos cuestan. Así que, si siempre eres tú la que empieza las interacciones, lo único que provocas es que lo vuelves flojo.

Ser la que domina en las formas de contactar a un hombre tiene el potencial de hacer que ese hombre se vuelva indiferente. Si siempre eres tú la primera que muestra interés en verlo o en seguir en contacto con él, le estás robando el “espa-

cio” que necesita para extrañarte y por lo tanto buscarte.

Un problema mayor con el que se encuentra una mujer es cuando ella se convierte en “La Iniciadora” y se pone en una situación que amenaza su tranquilidad. ¿Cómo vas a saber que le importas a un hombre si siempre eres la que manda mensajes, llama o la que lo visita? ¿Cómo vas a darte cuenta si él genuinamente tiene deseo de estar contigo si le llenas su celular con lindos (pero desesperados) mensajes? Respuesta corta: Nunca lo sabrás. Y para la mayoría de las mujeres esto las termina volviendo locas cuando sus muestras sinceras de atención no son recíprocas o no se les toma en cuenta.

Dejar que un hombre sea el que lidere la forma de comunicación es la única forma que te garantiza ver su nivel de interés. Es parecido al concepto que menciono en mis otros libros de citas para mujeres, en donde les digo que “déjenlo liderar”. Limitarte a ser la primera en buscarlo es la forma de asegurarte de no perder energía emocional preocupándote en si le gustas o no. Basándote en que tan pro activo es para verte o comunicarse contigo te va a dar la certeza de saber si está interesado en ti. Parece algo trivial pero la verdad es que el que tú no domines el comienzo de cada

forma de contacto es la forma más segura de conocer si un hombre en realidad te desea.

# 3

## **Dale prioridad a las llamadas en lugar de los mensajes.**

Puedes darte cuenta del nivel de interés en ti si su método de comunicación se profundiza con el tiempo. No estoy para nada en contra de usar los celulares para comunicarte con un hombre a través de mensajes, pero no te haría un favor si no te dijera la verdad. Si quieres que un hombre te tome en serio, necesitas hacer que levante el teléfono y te llame.

Los mensajes de texto son la mejor arma de un hombre que juega con mujeres. Con la tecnología de hoy en día se puede comunicar de forma casual y sin esfuerzo con varias mujeres al probar los niveles de interés de cada una hasta que él seleccione dos o tres que parezcan ser las que menos exigen tiempo Y las que le parezcan más atractivas. Un hombre que se ha vuelto experto en el arte de mantener algo parecido a un harem va a evitar a toda costa tener

conversaciones telefónicas contigo. Esto significa que puedes detectar y evitar este tipo de hombres al tener muy claro que si quiere verte lo tiene que hacer a la antigua, llamándote y teniendo planes en concreto.

Mandar mensajes de texto la mayoría del tiempo está bien en la etapa más temprana después de haber conocido o salido con alguien. Pero ya cuando es más avanzado, él debe de hacer un esfuerzo para hablarte con el fin de conocerte mejor, seguir en contacto y para planear la próxima salida. Ya en esta etapa los mensajes de texto deben de usarse de forma esporádica y no ser la principal forma de comunicación.

Piensa el salir con un hombre de la misma manera que piensas acerca de ponerte a dieta. Tener conversaciones emocionantes cuando salen, mantenerse en contacto por teléfono y mandar un “¡Te quiero!” en un correo electrónico sería el desayuno, comida y cena de la comunicación en una relación. Los mensajes de texto deberían de ser como los antojos dulces y salados, una forma placentera de comunicarse en lo que llega el plato principal.

Si quieres que un hombre te tome en serio, entrénalo a que se comunique contigo como un adulto. Simplemente hazle saber con dulzura que prefieres que él te llame

para hacer planes. No necesitas portarte agresiva para pedírselo. De hecho, puedes ser firme y dulce al exponerle tus necesidades.

Por ejemplo, puedes coquetearle un poco mandándole un mensaje donde le digas que te encantaría escuchar su voz más seguido (O incluso puedes provocarlo diciéndole que tú sabes que lo que él quiere es escuchar tu voz). Empieza a sugerirle sutilmente que te llame, y si no funciona, sé directa... pero con clase.

Si tú has sido lo bastante clara y el Señor Relación Casual insiste en comunicarse nada más por mensajes, voltea para otro lado. Es muy claro que un hombre que se rehúsa a llamarte no va a tomar los pasos necesarios para comprometerse contigo de ninguna forma. No malgastes tu valioso tiempo en un hombre que no va a escalar en algo tan sencillo como lo es la manera de comunicarse.

# 4

## **No seas inestable.**

Sé una mujer de palabra y práctica ser una mujer de confianza. Ser confiable es una

característica muy atractiva en una mujer. Una mujer muestra su distinción cuando no es susceptible a ser volátil y cuando no tolera el que otros lo sean. Es menos probable que a un hombre de calidad le llame la atención una mujer que constantemente falta a su palabra.

Un comportamiento inestable va a hacer que los pretendientes se alejen corriendo. Esto aplica con mayor rigidez a los hombres que se respetan a sí mismos y a los demás. ¿Pero por qué? Porque un comportamiento inestable proyecta que no se puede confiar en ti en ningún nivel. Y si no te habías dado cuenta, los hombres con los que vale la pena estar, desean estar con una mujer en la que puedan confiar sin titubear.

La confianza es una de las características más importantes de una relación sana y fuerte. Es muy difícil de conseguir y extremadamente fácil de perder. Los hombres que valen la pena quieren cultivar relaciones fuertes y sanas con mujeres en las que puedan confiar, mujeres que puedan *adherirse* a los acuerdos que se han tomado.

La verdad es que nuestra integridad personal es una de esas cualidades que les parece irresistible a los ojos de los hombres que valen la pena. Por esta razón no resulta para nada atractivo el hecho de que

una mujer rara vez se apegue a lo que dice, ya que esto muestra una falta de integridad. ¿Cómo saber si esto es algo en lo que los hombres se fijan? ¿Cómo saber si tienes que poner más de tu parte en esto? Simple. Si frecuentemente le prometes a las personas que les vas a llamar, que vas a estar en un lugar, que vas a hacer o dejar de hacer algo, etc... y no lo cumples, entonces eres inestable.

No me lo tomes a mal, no estoy hablando de errores esporádicos o malos hábitos con los que batallas. Una cosa es ser lo suficientemente *honesto* con un hombre y decirle que batallas con la puntualidad y otra totalmente diferente es hacer promesas que simplemente no puedes cumplir.

Estoy seguro de que para este punto ya sabes lo frustrante que es que un hombre te diga que va a hacer algo y al final no lo cumple. O tal vez ya sabes qué se siente que tu novio haga lo que dice que va a hacer solamente cuando le dan *ganas* de hacerlo. ¿Qué tan atractivo es esto para una mujer? Cero atractivo.

La misma ansiedad y frustración que una mujer siente cuando está en una relación con alguien que “puede que lo haga”, “puede que sí vaya”, “puede que lo cumpla”, es la que siente un hombre. Y sabes

que estar con una persona así equivale a estar en una montaña rusa.

# 5

**No hables mal de tus ex,  
en especial si apenas estás  
conociendo a otro hombre.**

No hables negativamente de tus relaciones pasadas. Hablar mal de tus ex parejas en frente de un hombre no va a hacer que te ganes su compasión, sino más bien su repulsión. Los hombres que valen la pena prestan una cantidad enorme de atención a la forma en cómo una mujer trata a otros hombres y en el caso de los ex, al cómo habla de sus experiencias anteriores.

Y aún si no estás hablando mal de ellos, es muy prudente tener una dosis extra de cuidado en lo que compartes acerca de tus relaciones del pasado. Si un hombre apenas te está empezando a conocer, obviamente no han pasado el tiempo suficiente para *ponerse de tu lado* mientras le explicas todas las veces que te han tratado mal. Y como no te conoce bien aún como para ponerse en tu lugar, va a construir un rápido

criterio acerca de ti basado en todo lo que tú le dices.

La cosa es que, si apenas estás empezando a conocer a un hombre y le revelas mucha información acerca de tu pasado desafortunado, él comenzará a preguntarse qué es lo que tienes para terminar atrayendo a hombres que sólo te usan, a perdedores, patanes y hombres que hacen que pierdas tu tiempo. También va a pensar si el problema es que no sabes bien a quién escoger para salir en citas, o lo que es peor, va a asumir que atraes lo que mereces. Puede que llegue a la conclusión que tienes alguna falla en tu carácter que hace que atraigas hombres con defectos a tu vida.

Ningún hombre quiere pensar en esto:

1. Que puede que tú pienses que él tiene defectos ya que siempre atraes a esa clase de hombres, o...
2. Que él se siente atraído a una mujer que carga con más cosas de las que él puede soportar.

Otra cosa más a tener en consideración es que un hombre pueda ver tu nivel de auto observación y responsabilidad. Si le dices que no todos, pero que la mayoría de tus ex parejas eran unos patanes que te trataban mal, sólo demuestras que estás más

interesada en que alguien te tenga lástima en lugar de asumir responsabilidad por tus actos. Todos conocemos a ese alguien a quien le tocan *todas* las cosas malas de la vida pero que rara vez toma responsabilidad por ellas. Nunca es “su culpa” y ellos son las víctimas en cada situación.

Los hombres que tienen aunque sea el más mínimo sentido de sagacidad van a evitar involucrarse en una relación con una mujer que insiste en que ella *siempre* es la víctima en su historial de relaciones. Creo que, uno de los dichos más conocidos da un consejo perfecto para la cuestión que estamos abordando: “Si no tienes nada bueno que decir... no digas nada”.

# 6

**Nunca arriesgues el respeto hacia ti misma al intentar forzar a un hombre para interesarse en ti. Es mejor ignorar a un hombre que no muestra un interés claro; que perder tu dignidad y cordura al pelear por su atención.**

No luches, no protestes, no te quejes, no batalles y no te molestes por un hombre cuyo interés en ti es menguante. No solamente va a hacer que tu dignidad hacia sus ojos parezca menos (y a los que están a su alrededor) sino que va a afectar a tu autoestima por igual. Mantén tu cabeza y tu dignidad en alto y haz lo que más se le dificulta a la mayoría de las mujeres: ponle un alto a su juego.

Retira tu atención y tu cariño. Deja de suplir sus patéticos intentos de comunicación (ya sabes cuáles son).

Dirige tu atención hacia pretendientes más insistentes. Busca la compañía de tus amigos y dale prioridad a tu desarrollo personal. Si de verdad quiere estar contigo, va a encontrar la manera de hacerlo. Si no hace nada, lo único que vas a perder es a un hombre que no te convenía, en lugar de haber perdido tu dignidad.

# 7

**Antes de que un hombre te califique como 'un reto que vale**

## **la pena', lo más prudente es no mostrar abiertamente tu enamoramiento.**

La mayoría de las veces es mejor no mostrar tu interés completo por un hombre hasta que te hayas asegurado que tienes un lugar en su mente. Este es uno de los retos más grandes a los que se enfrenta una mujer durante las etapas tempranas de un nuevo romance. Si fallas en tener control de tus emociones profundas hacia *ese* hombre, puede que él deje de verte como un reto que sea digno de darle su **completa atención**.

Mira, lo entiendo. El romance y la idealización hacia alguien son experiencias maravillosas durante el proceso de cortejo (y aún después de eso). Sin embargo, déjame decirte esto tan apegado a la realidad como sea posible: Si a un hombre no le queda duda de que él alberga un lugar más importante en tu mente que tú en la suya, tu prestigio ante sus ojos va a disminuir.

Esto aplica mayormente en las etapas tempranas del cortejo cuando no estás segura en qué etapa de la relación se encuentran. Estar envuelta en las emociones de un nuevo amor puede ser divertido, intoxicante y hasta puede parecer que estás viviendo un sueño. Pero la clave más im-

portante en el proceso de seducción (para las mujeres) es alcanzar niveles mutuos de atracción antes de darle todo a un hombre.

Podrás darte cuenta cuándo has alcanzado un nivel mutuo de interés al ver el grado de entusiasmo que muestra cuando está contigo, su impaciencia por verte de nuevo y la iniciativa que muestra para contactarte (ésta última es muy importante). Puedes medir qué tanta importancia te da un hombre basándote en que tan proactivo es para asegurarse de no perder tu atención. En otras palabras, si un hombre trata constantemente y de forma sincera de **hacer que lo desees**, hay probabilidades muy altas de que ya has tomado un lugar de relevancia en su mente.

En las etapas tempranas del cortejo, un hombre (especialmente uno con más experiencia con las mujeres) va a tratar de ganar tu atención al mismo tiempo que *evalúa tu potencial*. Mostrar muy pronto que estás enamorada de él revela un nivel de interés mayor de tu parte, *mucho antes* de que él tenga la oportunidad de descubrir lo que significas para su vida. Recuerda, los hombres desean obtener algo que les represente un reto. Si él se convierte en el centro de tu universo a la primera... ¿Qué reto representa eso?

# 8

## **Muestra flexibilidad y no seas muy difícil de complacer.**

Por tu propia paz mental (y la suya), es importante ser flexible y no preocuparte por detalles insignificantes a la hora de salir con alguien. Sé abierta para adaptarte a las circunstancias caóticas que un nuevo romance exige. Los hombres que tienen en su mente una idea establecida acerca de una relación, saben que una mujer que se adapta fácilmente a las circunstancias califica mejor para ser una compañera de vida que una que es muy perfeccionista y obstinada.

Está bien tener estándares altos cuando se trata de salir con hombres. Me atrevería a ir aún más lejos al decir que debes de ser el tipo de mujer que no aguanta salir con fracasados o con alguien que represente una pérdida de tiempo. Ser insistente en que esperes un buen comportamiento de los hombres te va a ayudar a conocer a aquellos con los que no vale la pena estar. Pero aún en tu firme decisión de salir con alguien sin dejar tu dignidad atrás, tienes que saber cuándo ser flexible.

Algunas veces vas a enfrentar situaciones en las que vas a tener la oportunidad de mostrarle a un hombre cuán libremente puedes fluir con la corriente. Debes evitar ser una mujer que no está dispuesta a adaptarse a cambios o circunstancias distintas.

Abraza el hermoso caos que trae consigo una nueva relación, con todo y sus fluctuantes situaciones.

Los hombres que valen la pena quieren estar con mujeres que estén dispuestas a comprometerse con los pequeños detalles. No estoy hablando de comprometer tus valores o algo que pueda poner en juego tu dignidad. A lo que me refiero es de esas cosas en las que, si fueras más flexible, los hombres podrían encontrarte más atractiva y podrían disfrutar más de tu compañía. (Por cierto, ésta es una de las claves para ganar con un hombre: Sé difícil de conseguir, pero fácil de complacer).

Incluso si eres muy asertiva y te gusta salirte con la tuya, recuerda que el hombre con el que quieres estar a largo plazo no le va a parecer atractiva esta forma de ser. Los únicos tipos de hombres que van a tolerar una falta de flexibilidad en una mujer son los pasivos y los patanes, hombres con los que no te vas a sentir bien.

Si es algo con lo que batallas, aprende a mantener una mente abierta y muestra disponibilidad para comprometerte con hombres que muestran un interés por algo serio y de largo plazo contigo. Algunas veces va a llegar tarde a las citas o va a tener que hacer un cambio de planes. Aprende a vivir con eso. Algunas veces se le va a olvidar llamarte porque llegó tarde de trabajar y se quedó dormido en el sillón. Aprende a vivir con eso. En ocasiones él va a querer pasar tiempo contigo haciendo cosas que tal vez no disfrutes del todo (acampar, explorar, hacer trabajo voluntario, etc.) Aprende a vivir con eso.

No te sientas decepcionada ni caigas en la histeria si las cosas no van como tú quisieras. Muestra flexibilidad y aprende a ir con la corriente.

# 9

## **Muestra disponibilidad a mostrar tu lado vulnerable.**

Si un hombre ha demostrado un interés sincero en ti, disponte a ser vulnerable con él al progresar la relación. Un espíritu femenino vulnerable tiene la capacidad de

derretir el corazón de un hombre. Por lo tanto, es imposible para un hombre desarrollar una conexión emocional con una mujer que se rehúsa a desnudar su alma (cuando es el tiempo correcto).

Uno de los mejores instrumentos para desarrollar intimidad en tu propia caja de herramientas emocionales, es tu propia vulnerabilidad. Ser vulnerable requiere valentía, ya que siempre va a haber una posibilidad de que termines siendo rechazada, maltratada o simplemente malentendida. La realidad es que sin una conexión íntima y emocional la mayoría de los hombres va a perder interés en ti, no importa qué tan bella o atractiva seas. Y para llegar a tener esta profunda conexión espiritual necesitas estar dispuesta a ser más vulnerable con el hombre que te ha demostrado que es confiable y digno de tu atención.

Los hombres no quieren salir con mujeres perfectas, o con mujeres que tienen el hábito de esconder sus inseguridades con comportamientos que no son sinceros. Queremos mujeres que se puedan reír de sus fracasos, llorar cuando cometen un error, pedir perdón cuando se equivocan (te sorprenderá saber lo poco que nos damos cuenta de cuando te equivocas), y alguien con quien pueda compartir los

secretos de su alma *sin vergüenza o remordimiento*. El corazón masculino es atraído irremediablemente al corazón femenino. Por lo tanto, si un hombre puede mantenerse firme delante de ti mientras que tú dejas salir todas tus emociones, entonces él es digno de tu tiempo.

Ser vulnerable con un hombre hace que él *se sienta* más conectado hacia ti, pero al mismo tiempo le da la oportunidad a él de ser un pilar de fuerza para ti. En mi libro: [\*Las 7 Irresistibles Características Que Los Hombres Quieren En Una Mujer\*](#), hablo de la importancia de la vulnerabilidad femenina y cómo despierta al espíritu masculino. Cuando una mujer está dispuesta a desnudar sus heridas en el tiempo apropiado en la relación, da pauta a que el hombre empiece a proteger, defender, nutrir y amar. Puede que los hombres no sean tan rápidos para mostrar sus heridas emocionales, pero cuando una mujer puede ser vulnerable con él, él va a tener la oportunidad de demostrarte su fuerza y su debilidad.

A veces lo que tratas de ocultar del mundo va a ser exactamente lo que te va a hacer extraordinariamente hermosa a los ojos de un hombre.

# 10

**Ya que el hombre ha demostrado que es digno de ti, deja de ser tímida en expresar tu amor y concentra tus esfuerzos en hacer que su atracción hacia ti crezca.**

Contrario a la creencia popular, a menos que sólo quieras atraer a patanes y a don Juanes, la mayoría de hombres quieren intimidad emocional. Me he encontrado con mujeres que saben distinguir a hombres que desean esto último y a hombres que no tienen idea de lo que significa. Definitivamente me quedo con las mujeres que saben cómo hacer que mi interés en ellas aumente. (Mi esposa sabe muy bien cómo lograrlo).

Hay dos formas de cumplir esto. La primera es estar receptiva. Cuando un hombre hace de *todo* para demostrarte que te estima y que quiere protegerte, proveer, o poseerte... *aprécialo... mucho*. Tu apreciación va a reafirmar que tú aceptas su necesidad masculina de proteger, proveer o poseer lo que es femenino y tierno. Cuando él te cuente sus secretos, *ámalo*.

Cuando él te deje ver destellos de su corazón, sus inseguridades, sueños y fracasos, no importa qué tan feos sean... ámalo. Si hace algo muy considerado o da más de sí para cubrir una de tus necesidades... ámalo, y demuéstreselo de palabra y obra. No sé cómo enfatizar esto lo suficiente.

La segunda forma de hacer esto es seducirlo con momentos de ternura femenina. Estos momentos muestran la capacidad de **amar proactivamente**. Estos son los momentos que un hombre recuerda más cuando le preguntan: - ¿Cuándo supiste que querías casarte con ella? Son sutiles, pero lo más importante es que son *específicos* para diferentes hombres. Lo que para un hombre es un momento adorable contigo, para otro hombre tal vez puede ser algo insignificante.

Una de las claves para amar proactivamente se encuentra en qué tan efectiva eres en entender la forma en cómo el hombre en el que estás interesada da y recibe amor. Por ejemplo, algunos hombres necesitan más afecto físico para sentirse amados mientras que otros necesitan actos de servicio. Otros necesitan recibir pequeños regalos y otros requieren aún más tiempo de calidad para sentirte especial a los ojos de una mujer.

Este tema lo cubre con mucha más profundidad uno de los autores más reconocidos, Gary Chapman, en su libro: *Los Cinco Lenguajes del Amor*. En este libro, él define cada lenguaje del amor y aborda la importancia de que las parejas se comuniquen en el lenguaje que el otro necesita desesperadamente. Es una lectura reveladora si quieres incrementar exponencialmente tu habilidad para formar conexiones emocionales más profundas con los hombres con los que sales.

Como nunca hay una garantía de que tus demostraciones de amor van a ser apreciadas o recíprocas, tengo que aceptar que una mujer debe de ser vulnerable y estar dispuesta a arriesgar ser rechazada para amar proactivamente. Generalmente, los hombres se arriesgan a ser rechazados al ser ellos los pretendientes y los iniciadores del romance. Por otro lado, las mujeres se arriesgan a ser rechazadas al ser las que buscan compromiso. De la misma forma que un hombre lucha para acercarse, conocer y asegurar el deseo romántico de una mujer, una mujer debe de aceptar los riesgos que resulta de llevar a un hombre a que forme una conexión emocional con ella (para asegurar su compromiso). Esto se hace gracias a sus actos de amor y de fidelidad.

La fortuna les favorece a los valientes, sin embargo; no tengas miedo de ofrecer tu amor y fidelidad a un hombre que ha empezado un interés romántico definitivo. Y lo más importante, al progresar las cosas no te preocupes del resultado y nunca te guardes el historial de nada. Simplemente ámalo proactivamente y usa tu sentido común e intuición femenina para descifrar si tu amor está siendo respetado o simplemente cree que ya no tiene que luchar por ti. Si un hombre respeta, responde y te regresa tu amor con actos de fidelidad y compromiso... él es alguien que vale la pena conservar. Si no lo hace, dirige tu atención hacia otro lado.

Para adquirir el libro completo en PDF por favor comunícate al Whatsapp 5547719597.

