

“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”

## SEJA NAMORO OU CASAMENTO

# Veja 16 dicas para casais.



Veja estas dicas a seguir, leia com atenção.  
São simples mas pode ser útil pra você.

### ...VALORIZE QUEM TE AMA...

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)

O amor é um dos temas mais falados desde que o homem e a mulher surgiram no mundo, todas as nações falam de alguma forma sobre o amor, algumas pessoas têm dificuldades em compreendê-lo e colocar em prática na realidade, pois às vezes são muito maduras com situações profissionais e completamente imaturas para relações amorosas.

Neste e-book vamos falar um pouco sobre nossas experiências que adquirimos juntos ao longo de alguns anos, também vamos expor nossas opiniões como compreendemos o amor na prática, não está afirmando que esta é a única forma, ou a “correta”, mas como deu certo pra nós talvez possa dar certo pra você também.

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

Falaremos por experiência própria, assuntos relacionados ao casal que deseja **compreendê-lo o amor e colocar em prática**. Gostaríamos que você avaliasse todo este conteúdo e depois nos contasse o que tem a dizer. Mesmo que nossa experiência é de uma forma simples, mas poderá ser de grande importância na vida de um casal.

## **Sumário:**

- 1. AMAR É DOAR E RECEBER AMOR.**
- 2. ELIMINE O EXCESSO DE CIÚMES.**
- 3. TER UM BOM DIÁLOGO.**
- 4. APRENDA A OUVIR SEU PARCEIRO (A).**
- 5. NÃO BRIGUE POR QUALQUER COISA.**
- 6. DEMONSTRE SEU AMOR CONSTANTE.**

---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

- 7. SEJA UMA PESSOA BEM HUMORADA.**
- 8. PEÇA AJUDA E NÃO BRIGUE POR TAREFAS.**
- 9. MANTENHA A INTIMIDADE DO CASAL.**
- 10. FAZER O OUTRO FELIZ É IMPORTANTE.**
- 11. RESPEITE O ESPAÇO DO SEU CÔNJUGE.**
- 12. NUNCA PARE DE NAMORAR.**
- 13. SABE QUE VOCÊS SÃO DO MESMO TIME.**
- 14. DEIXE O OUTRO DESABAFAR QUANDO NECESSÁRIO.**
- 15. COLOQUE SEU CÔNJUGE EM PRIMEIRO LUGAR.**
- 16. NÃO PARE DE DIZER “EU TE AMO”.**



---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)



## **1. AMAR É DOAR E RECEBER AMOR**

Verdadeiramente amar é quando os dois se amam assim você doa amor e recebe amor, o que chamamos de amor correspondido. Atualmente alguns casais estão exigindo demais um do outro sem mesmo fazer a sua parte, lembre-se amar é uma doação recíproca, especialmente na vida de casal. Não confunda com “pagar pra ser amado ou amada” não fique esperando nada em troca aja com seu coração. Infelizmente muitos casais não são felizes porque não tem amor verdadeiro um ao outro e talvez a pessoa doe amor a outras coisas, por exemplo, bens materiais, ou seja, para viver uma realidade de amor verdadeiro, é necessária maturidade humana e pessoal.

---

## 2. ELIMINE O EXCESSO DE CIÚMES

É normal os ciúmes em pequenas doses isto mostra que gosta, é uma forma de equilibrar a relação, de “temperar” a relação, pois quem ama cuida. Porém o excesso de Ciúmes é a prova de que a própria pessoa não se ama, e quer prender o outro. Tenha isto em mente ninguém foi feito para ficar "preso". Pense da forma correta sabendo que o outro é seu Companheiro(a), conjugue, **namorado(a)**, não é sua "posse", não pode mantê-lo (a) “preso” a você. O ciúme em excesso prejudica demais, pois em vez de unir pode afastar aos pouco causando discursões, e até mesmo forçar uma separação, por isso tenha ciúmes respeitando os limites um do outro.

---

### 3. TER UM BOM DIÁLOGO

Ninguém nasceu sabendo dialogar, mas é um aprendizado contínuo é necessário para toda a vida. É muito importante você valorizar sua comunicação permitindo que vocês se conheçam profundamente um ao outro. Não espere ter uma grande notícia pra se **ter um diálogo**, mesmo que seja um simples assunto, mas é importante que converse comunicando com uma forma atenciosa, o diálogo é **uma conversa saudável** e não uma discussão aprenda a ouvir e depois falar.

### 4. APRENDA A OUVIR SEU PARCEIRO (A)

Procure ouvir as necessidades do seu cônjuge, não interrompe e espere terminar de falar pra depois você

---

questionar algo. Quando ele ou ela estiver explicando algo, preste bastante atenção pra que possa realmente entender de fato, mostre que você está ouvido e buscando entender o acontecido ou que irá acontecer. Sabe-se que, com o passar do tempo às necessidades de cada um vai se mudando, por isso é sempre importante ouvir estas atuais um do outro, lembre-se que a necessidade sempre vai existir de uma forma ou de outra, portanto não julgue sem antes fazer uma análise juntos.

## **5. NÃO BRIGUE POR QUALQUER COISA**

É comum casais discutir por coisas muito simples, vai discutindo até provocar uma briga entre os dois porque



**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

às vezes nenhum dos lado para pra ouvir. Se forem analisar muitas brigas de um casal acontecem desta forma e às vezes sem nenhuma importância para os dois. É preciso estar atento a isso, pois vão brigar por algo que nem pertencem a vocês e muito menos venha trazer algum benefício a vocês, pelo contrário pode prejudicar e muito sua relação amorosa, jamais desgaste sua relação amorosa por qualquer coisa, pense antes de agir.

## **6. DEMONSTRE SEU AMOR CONSTANTE**

Para demonstrar seu amor constantemente não quer dizer que deve dar presente e nem fazer declarações de amor todos os dias, se puder fazer isto é melhor ainda, mas isto não seria o suficiente. Um dos pontos mais

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

importantes é demonstrar através de pequenos gestos frequentes, pois eles ajudam você a mostrar à **pessoa amada o quanto ela é especial** para você. Em quanto o tempo passa a tendência do relacionamento é ir esfriando aos poucos, por isso deve-se ficar muito atento a isto, procure sair da rotina de sempre e renove os momentos de amor, não precise ir a lugares luxuosos basta você mesmo (a) criar seu ambiente romântico, seja verdadeiro ao demonstrar seu amor.

## **7. SEJA UMA PESSOA BEM HUMORADA**

Manter o bom humor é peça chave de um relacionamento sadio e feliz. Brinquem quando puderem, sorriem juntos, sejam animados e divertidos. Se

você não for uma pessoa bem humorada no seu relacionamento o casamento ou namoro pode ficar um pouco sem graça, bem comum aonde vai se acostumando e pode ficar sem sentido. É importante você ser uma pessoa extrovertida e fazer brincadeiras saudáveis para que não se tornar uma coisa cansativa e chata no nosso relacionamento, seja casamento ou namoro.

## **8. PEÇA AJUDA E NÃO BRIGUE POR TAREFAS**

Você deve ter a humildade de pedir ajuda em vez de que querer fazer tudo sozinho (a) e nem brigar para escolher o que fazer. Em alguns casos é importante saber lidar com algumas tarefas que fazem com que vocês fiquem tristes e desanimados, cuidados pra não causar

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

desavenças entre vocês. Um exemplo bem simples disso é quando existem casais que fica discutindo para saber de quem é a vez de lavar a louça. Conversem bastante antes de definir suas tarefas, use o bom senso em saber os direitos e deveres de cada um de vocês dois, definem seus a fazeres juntos, escolham suas batalhas, evitem desavenças por pequenas coisas, vocês estão em busca de se tornarem melhores ainda, pois não são perfeitos, mas podem melhorar dia após dia.

## **9. MANTENHA A INTIMIDADE DO CASAL**

A intimidade do casal é indispensável pra manter uma boa relação conjugal, não deixe que a rotina cotidiana atrapalhe a intimidade do casal. Não

---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

permita que a falta de tempo, o excesso e cansaço do trabalho e até mesmo os filhos afastem esta importante união entre vocês. Saiba que em todos os momentos juntos são valiosos pra vocês, sempre têm que estar juntos a todos os obstáculos que tiver na vida, não é fácil você enfrentar todas as barreiras que podem encontrar pela frente, nestes momentos é a hora de unir força de vocês para que seja forte em tudo que aparecer na sua vida. Cada dia que passa pode surgir obstáculos diferentes, mas você deve estar preparado (a) para superar todos eles. Quando vocês juntos superam as dificuldades no casamento ou ainda que seja namoro, mesmo que discute, mas reconciliam depois, isto só tende a reforçar ainda mais esta união de

---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)



vocês dois provando que juntos são mais fortes.

## **10. FAZER O OUTRO FELIZ É IMPORTANTE**

Pra fazer seu parceiro (a) feliz não precisa de grandes coisas, pois mesmo com pequenas coisas no dia a dia podem deixar seu companheiro (a) mais feliz e animado (a). São vários exemplos que poderia citar aqui, mas você mesmo (a) pode descobrir o que fará feliz. Por exemplo: faça um agrado mesmo que for simples, e, de vez em quando traga uma pequena lembrancinha qualquer como prova de que ele (a) faz parte de seus pensamentos mesmo que estejam distantes. Sua atitude com gesto de amor pode valer mais do que qualquer presente, pode ter certeza disso.

---

## **11. RESPEITE O ESPAÇO DO SEU CÔNJUGE**

Dentro de seus limites aprenda a respeitar seu cônjuge permitindo que o outro seja feliz com as coisas que gosta. O entendimento é muito importante nesta hora pra que não interprete de forma errada, por exemplo: se seu companheiro gosta de futebol e você de novela. Deem espaço um ao outro para que sejam felizes fazendo coisas que lhe proporcionem prazer. Saiba que vocês têm gostos diferentes, jamais queira obrigar seu cônjuge a gostar daquilo ou de tudo que você goste. Busque conhecimento pra entender que se ele ou ela não gosta de tudo que você isso não quer dizer que não te ama, observe

os direitos e deveres dentro dos limites em seu relacionamento.

## **12. NUNCA PARE DE NAMORAR**

É importante sempre ser namorados e continuar com o mesmo amor de quando se conheceram, não deixe o amor esfriar na relação amorosa. Tenha pelo menos um dia de namoro na semana. Não importa se neste dia sairão juntos ou ficará em casa pra um jantar especial, o que importa é que tenham um tempo só de vocês para namorarem. Não deixar de namoras vai ajudar muito vocês serem felizes, quando digo namorar estou me referido de forma em geral, com mesmo amor e carinho desde quando vocês começaram a namorar bem no início.

### 13. SABE QUE VOCÊS SÃO DO MESMO TIME

É importante entender que você e seu parceiro ou parceira são uma equipe que joga junto no mesmo jogo do amor. Você deve visualizar o que a unidade do casal pode produzir em suas vidas, vocês lutam juntos para alcançar seus objetivos. Se fizer desta forma jogando este jogo sempre juntos, desta forma vocês serão vitoriosos, quando surgirem problemas, lutarem para afastar estas dificuldades e não deixar que elas afastem vocês. O casal precisa ser unido em todos os sentidos, principalmente nos momentos difíceis, pois são neles que é difícil tomar decisões assertivas, por isso tomar decisões juntos é muito importante para vocês dois.

## 14. DEIXE O OUTRO DESABAFAR QUANDO NECESSÁRIO

Toda pessoa deve se desabafar quando necessário, por isso dê a oportunidade de apenas ouvir quando o outro precisar falar. Muitas vezes tudo que seu companheiro (a) precisa é que você ouça e diga que está ao lado dele (a). Ouvir seu parceiro (a) em um momento de desabafo é indispensável, pois é muito importante você saber ouvir na hora certa. Mesmo que não concorde com o que ouvir é importante que ouça primeiro e depois você fale sua versão.

## 15. COLOQUE SEU CÔNJUGE EM PRIMEIRO LUGAR

Você deve saber o quanto seu cônjuge é importante na sua vida, deve estar

---



**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

sempre em primeiro lugar quando se tratar de coisas da vida. Não permita que outras pessoas possam tomar o lugar desta pessoa especial. Desta forma você mostra seu parceiro (a) o quanto é importante na sua vida. Às vezes é necessário você em vez de escolher uma boa festa, escolher estar ao lado da pessoa que ama em um lugar onde só estão vocês dois.

## **16. NÃO PARE DE DIZER “EU TE AMO”**

É de extrema importância você dizer “Eu te Amo” porém deve-se dizer de verdade e não apenas da “boca pra fora”. Parece ser fácil, mas não é tão fácil assim, pois no tempo de apenas um segundo você pode dizer: eu te amo, mas é necessária a vida toda pra provar que foi

**“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”**

---

dito a verdade. Permita que seu cônjuge saiba o quanto você o ama hoje, porque amanhã pode ser tarde demais. Prove que amou que ama e continua amando...

**Nosso sincero agradecimento por ter visto este conteúdo até o final. Gostaríamos de dar os parabéns a você que vive bem com seu cônjuge, que Deus abençoe que continue sempre assim e vos proteja de todo o mal.**

**Existem casais que ainda não estão tendo um bom relacionamento, seja no namoro ou casamento. Se isto estiver acontecendo com você, te convidamos a ver este conteúdo que pode ser útil e te ajudar demais.**

---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)

“EM APENAS UM SEGUNDO VOCÊ DIZ EU TE AMO, MAS É NECESSÁRIO A VIDA INTEIRA PARA PROVAR QUE FOI DITO A VERDADE”

---

**Você está passando ou já passou por algum destes problemas citados abaixo:**

1. Infidelidade.
2. Quebra de confiança.
3. Falta de amor.
4. Esposa ou marido nervoso.
5. Abuso emocional.
6. Comportamentos viciosos.
7. O que eu falo não é o que ele(a) entende.
8. Pensamentos de divórcio, separação.
9. Tédio, tudo sempre na mesma.
10. Problemas de comunicação.
11. Falta de apreciação.
12. Falta de sexo (ou sexo sem prazer).
13. Outras crises.

**[VEJA COMO RESOLVER CLICANDO AQUI!](#)**

**ACESSE AGORA!**

---

Para saber mais acesse nosso blog: [www.vivercomamor.com.br](http://www.vivercomamor.com.br)  
Ou fale conosco enviando um e-mail para: [contato@vivercomamor.com.br](mailto:contato@vivercomamor.com.br)