

David del Bass

SECRETOS DE UN SEDUUCTOR



*Las mejores estrategias para ligar
sin miedo y con naturalidad*



Agradecimientos

Este libro es mucho más que una pequeña muestra de mi trabajo: es un cúmulo de ilusiones cumplidas y metas alcanzadas no sólo mías, sino de todas las personas que han participado directa e indirectamente, ayudándome a que este proyecto sea posible.

En primer lugar, quiero dar las gracias a mis padres, por haber estado a mi lado en todo momento durante estos años y siempre que los he necesitado, dándome toda su confianza y cariño. A mi familia y amigos, por ofrecerme su apoyo incondicional sin pedir nada a cambio. También a todas las personas que han colaborado pasiva o activamente, estando presentes durante estos cuatro últimos años que han cambiado mi vida para siempre. A Rubén Bouso, Miguel Lázaro, Raúl Domínguez, Luis Bueno, Bruno, Whilly, Víctor Blázquez, Totó García, Carlos Vallejo, Luigi Benedicto, Luis Bersunes, Mago Scott y todos mis alumnos y las personas que han formado parte de mi crecimiento como seductor.

Por último, deseo dar las gracias a mi editora, Mónica Liberman, y a la editorial La Esfera de los Libros, por confiar en mí para este proyecto editorial y permitirme cumplir uno de mis grandes sueños: ver publicado mi primer libro. De todo corazón, gracias a los que seguís ahí y a los que ya no estáis.

Introducción

No te preocupes, amigo, te comprendo perfectamente. Yo también he sufrido tu misma situación y sé de primera mano cómo es la desagradable sensación de sentir que las cosas no van del todo bien y no saber qué hacer para cambiarlas.

Cuando te sientes inseguro, no te ves bien al mirarte en el espejo, tienes miedo a ser juzgado por las personas que te rodean, te sientes incapaz de relacionarte con mujeres desconocidas y crees que tienes poco que aportar... puedo asegurarte que con esa mentalidad no vas a rodearte de esas mujeres que tanto te gustan y que pasan día tras día ante tus ojos como algo inalcanzable. Tampoco vas a ser el alma de las fiestas; lo más seguro es que

siempre termines siendo el último mono, pasando desapercibido para no llamar la atención. A veces será la gente la que te haga sentir así, y en otras serás tú mismo el que se esconda ante el miedo a hacer el ridículo.

La sensación de hacer las cosas porque otros decían que era lo correcto y la ausencia de elección por mi parte me llevaron al borde de la depresión por no ser capaz de tener control sobre mis relaciones. Seguramente te sientas como un recluso dentro de una cárcel que tiene las puertas abiertas de par en par, eres consciente de que puedes escapar si lo deseas en cualquier momento, pero sientes un miedo atroz que te atenaza el estómago y te impide atravesar la puerta, aunque sepas que en el exterior, más allá de esa prisión que tú mismo has creado y en la que llevas toda una vida viviendo, te esperan la libertad y la felicidad con las que siempre has soñado y que te han sido tan injustamente negadas.

No tienes que sentir vergüenza, está en la naturaleza humana tener miedo.

Es algo totalmente natural sentir miedo hacia lo que no conocemos. Nadie nace siendo valiente; las personas valientes son las que han conseguido superarse a sí mismas y a sus miedos, las que han decidido tomar las riendas de su vida para salir de esa cárcel en la que se encontraban. Te aseguro que no existe nada más gratificante en el mundo que superar tus propios miedos y barreras, decirle adiós a las inseguridades y conseguir cualquier objetivo que te propongas, por difícil y complicado que ahora te parezca. Las limitaciones sólo existen dentro de nuestra cabeza, no son reales, y cuando seas consciente de esto empezarás a darte cuenta de que tu vida puede cambiar a mejor, más de lo que nunca hubieses imaginado.

Leyendo estas páginas has comenzado un camino directo hacia la superación

personal, un camino duro y difícil si lo andas solo, pero si lo recorremos juntos te será mucho más fácil. Y para arrancar a caminar y no quedarte estancado a mitad del camino, lo más lógico es comenzar desde el principio. Y como ya te he dicho, yo no siempre tuve éxito con las mujeres, también fui tremendamente tímido y he sido rechazado por tantas mujeres que podría llenar varios estadios de fútbol.

Necesitaba ayudarme del alcohol para ser capaz de relacionarme con mujeres

desconocidas, y lo peor de todo era esa constante sensación que daba vueltas en mi cabeza de que algo no marchaba como debía si otros hombres que eran igual que yo arrasaban con las mujeres. No podía dejar de preguntarme una y otra vez por qué yo no era capaz de hacer lo mismo y cuál era el verdadero motivo de sufrir semejante castigo emocional.

¿Era posible que todas las cosas que estaba haciendo para intentar seducir a esas mujeres no fuesen las adecuadas? ¿Quizás había otra forma diferente de abordar el tema para que la situación cambiara de una vez por todas a mi favor?

Sí, así fue, era posible conseguir el éxito con las mujeres que durante más de media vida tan sólo había soñado. A lo largo de este libro vas a descubrir todas las respuestas a estas y otras preguntas para aprender a seducir, a seducir sin miedo.



I

Diario de un seductor

Con este libro, además de aprender a seducir a las mujeres ayudándote de técnicas y siguiendo una metodología, voy a compartir contigo mis más íntimas experiencias y reflexiones vividas a lo largo de más de cuatro intensos años de inmersión en el estudio y práctica de la seducción. Comenzaremos varias semanas antes de septiembre de 2007, año en el que descubrí de forma casual la existencia del mundo de la seducción, y concluiremos a finales de 2010, cuando escribo estas líneas ya como un seductor consagrado, con más de cuatrocientos alumnos a mis espaldas y habiendo conocido a más de tres mil mujeres, algo inconcebible para la gran mayoría de hombres. Estoy completamente seguro de que disfrutarás de la lectura de estas amenas e interesantes páginas, que conllevan años de constancia, esfuerzo y dedicación por mi parte. Ahora en tus manos, te ayudarán a convertirte en un auténtico maestro de la seducción y a alcanzar el éxito que te ha sido negado. Sin más dilación, te invito a profundizar en el

verdadero diario de un seductor del siglo XXI.

Diario 1

Que esa noche no íbamos a participar en la cena de gala del Festival Internacional de Cine Erótico de Barcelona era ya un hecho consumado, pero al menos pudimos pasearnos por los alrededores y disfrutar por unos momentos de los nervios previos a la entrega de premios.

Fueron la suerte y la casualidad las que nos llevaron a mi amigo Bruno y a mí a un espacio exclusivo, reservado para las actrices y actores del festival.

Un par de horas antes, estábamos dando vueltas, viendo *shows* en la carpa donde se realizaba el festival cada año, en La Farga de L'Hospitalet de Llobregat. Allí Bruno se encontró con una chica que trabajaba como *stripper* en el *stand* de la productora Negro & Azul. Era una rubia espectacular, de las que sólo ves en las revistas, y que me intimidaba con sólo mirarla.

Ella, al ver a Bruno, le abrazó efusivamente. Al parecer eran amigos y se habían conocido en

Valencia hacía tan sólo unos meses. Su nombre artístico era Shamara. Yo aluciné en colores cuando nos invitó a pasar al *stand* para poder hablar más tranquilamente, sin el aluvión de hombres que se acercaban constantemente para intentar hacerse una foto con ella. El portero apartó el cordón de seguridad para que entrásemos y nos sentamos en la parte de atrás del escenario, donde había varias mesas y sillas con botellas de agua vacías y bolsas de comida, era el *backstage* donde se relajaban las actrices y *strippers* entre espectáculos.

Mientras ellos hablaban, yo no podía salir de mi asombro, con la mirada recorriendo su definido cuerpo de gimnasio. Era todo muy extraño. Ella estaba en ropa interior y se comportaba como si fuese la cosa más normal del mundo, mientras que para mí no era nada habitual estar sentado en una mesa con una *stripper* casi desnuda. La naturalidad de todo lo que allí sucedía me llamaba muchísimo la atención, y Shamara parecía realmente cómoda en todo momento. Cualquier situación atípica que se saliera un poco de lo normal solía ponerme bastante nervioso, y esta era una de ellas. Se acercó a nosotros

un hombre sonriente, de unos cuarenta años, con perilla recortada, flequillo por encima de los ojos, que venía jugando con un micrófono, saludó a Shamara con un beso en la boca. Yo seguía alucinando con todo lo que allí estaba sucediendo y el derroche de confianza que todos mostraban.

Shamara nos lo presentó como Pablo Fross, un director madrileño que había trabajado durante varios años para Canal + visualizando películas para adultos, decidiendo cuáles eran aptas para emitirse y cuáles no. Se sentó junto a nosotros en la mesa y, al coincidir que los dos eran directores y madrileños, Bruno y Pablo comenzaron a charlar mientras Shamara y yo les observábamos en silencio, atentos a la conversación. La tenía justo a mi lado, era el momento idóneo para empezar a hablar con ella de lo que fuese, pero tenía un nudo que me oprimía la garganta. Me sentía realmente intimidado por su belleza y estaba haciendo un esfuerzo sobrehumano para hablar, hasta que conseguí balbucear:

—Ehmmm... ¿Y haces muchos *shows* aquí? —le pregunté, no se me ocurría qué otra cosa decirle.

—Sí, varios al día normalmente —dijo ella mirándome.

—¡Ah! Está muy bien... ¿Y te gusta trabajar de *stripper*? —No sabía de qué otra cosa podía hablar con una *stripper* para intentar ligármela.

—Pues la verdad es que sí. Llevo ya tiempo haciéndolo —respondió Shamara sin mucho interés, más pendiente ahora de la conversación entre Bruno y Pablo que de mí.

—Ya... —Y no supe qué más decir a continuación, opté por quedarme callado.

Lo cierto es que aunque había respondido, tampoco me daba pie a seguir hablando. Ella también se quedó callada, hasta que me sentí tan incómodo con esa situación que tuve que romper el silencio de alguna manera.

—¿De qué os conocéis Bruno y tú? —pregunté atropelladamente.

—Nos conocimos hace ya tiempo. Él me buscó trabajo en Valencia cuando

empecé en esto... ¿Y vosotros dos de qué os conocéis? —¡Genial! Al fin me hacía una pregunta, cuando pensaba que la conversación se acabaría de nuevo.

—Soy su operador de cámara, le ayudo con algunos rodajes en Madrid, y la edición de vídeos me ha invitado al FICEB para conocer un poco todo este mundillo.

—Muy bien. ¿Y qué te parece el festival? ¿Te gusta? —dijo Shamara inclinándose ligeramente hacia delante.

Justo cuando iba a responder, Pablo nos interrumpió, cortando de cuajo la conversación que al fin estábamos empezando a entablar, y le dijo a Shamara que se preparase, que en dos minutos comenzaba su *show*. Mientras subía al escenario con mucho desparpajo anunciándolo a través del micrófono, pedía al público de la zona que se fuese acercando al *stand* poco a poco. Después de la interrupción de Pablo volví a ser invisible para Shamara, y ya no volvimos a hablar nunca más.

Justo antes de comenzar el *show* nos despedimos de ellos y nos dirigimos hacia la salida.

Empezaba a hacerse tarde y la gente ya se estaba marchando a casa. Faltaba muy poco para la cena de gala, y apenas se veían ya actores y actrices, que suponía se estarían arreglando en el hotel, preparándose para la cena y la tan esperada entrega de premios. A la salida nos encontramos con Whilly Foc, un actor catalán amigo de Bruno con el que habíamos compartido unos días de verano en Benidorm ese año. Estaba a punto de subirse al autobús contratado para llevar a los actores y actrices a la cena. Intercambiamos saludos y le deseamos mucha suerte, porque era uno de los nominados como mejor actor revelación de 2007.

A punto de subirnos al coche para ir a cenar solos por nuestra cuenta, el móvil de Bruno comenzó a sonar. Vimos en la pantalla el nombre de Shamara y nos miramos el uno al otro un poco extrañados, ¿nos habríamos dejado algo olvidado en el *stand*? Parecía que no, porque llevábamos todo, Bruno respondió:

—Dime... Sí, aún estamos en La Farga... Vale, sin problema... En serio. Os esperamos en la entrada al *parking*. Sí, justo ahí. Perfecto. Hasta ahora. Besos. —Y colgó.

Le miré con cara de no saber de qué iba la película. Me dijo que Shamara, Pablo Fross y la actriz brasileña Kyra Silver, que por aquella época se hacía llamar Jessica Gold, no podían ir en el autobús con los demás porque tenían que terminar unos asuntos en el *stand* de Negro

& Azul, donde trabajaban. Como no tenían coche para ir desde La Farga hasta el hotel donde se iba a celebrar la cena y la entrega de premios, le habían pedido el favor de Bruno de acercarlos hasta allí. Yo seguía sin dar crédito a lo que sucedía, estaba siendo un fin de semana bastante atípico, y a punto habría estado de perdérmelo si me hubiese quedado en casa. Me producía vértigo tan sólo pensar en esa posibilidad.



II

Primeros pasos

Pregúntate sinceramente:

¿ligo cuando quiero o cuando puedo?

Esta fue la primera y más importante pregunta que me hice a mí mismo el día que descubrí que la seducción podía estudiarse y aprenderse, hasta llegar al punto en el que cualquier hombre podría convertirse en un auténtico seductor.

Ahora te ha llegado el momento de que te hagas la misma pregunta, porque si has leído hasta aquí, y tienes este libro en tus manos, es porque todavía no te has respondido a esa cuestión con total sinceridad.

Pero esta vez no estás solo. Voy a ayudarte a responderla. Quiero que te

relajes y cierres los ojos. Ahora respira profundamente tres o cuatro veces y, cuando estés preparado, pregúntate a ti mismo: «¿Ligo cuando quiero o cuando puedo?». Espera unos segundos a que la respuesta salga desde lo más profundo, acompañada de todo ese dolor y miedo que has ido acumulando año tras año, durante toda una vida de constantes rechazos, fracasos amorosos y frustraciones que te acompañan como un lastre hasta el día de hoy. Cuando tengas una respuesta sincera a esa pregunta, abre los ojos, porque a partir de ahora empieza para ti una nueva vida, un antes y un después que marcará un punto de inflexión en tus relaciones con las mujeres. Dejarás de ligar cuando puedas, para ligar cuando quieras.

Estás más cerca que nunca de descubrir las claves que han hecho de mí un maestro de la seducción. Las claves que han llevado a mis brazos a más mujeres de las que puedo recordar, permitiéndome ampliar y mejorar la calidad de mi círculo social, y convertirme en lo que siempre había querido ser y sólo había podido soñar. He conseguido así una naturalidad en mis relaciones con las mujeres con la que infinidad de hombres tan sólo pueden fantasear. Ese día ha llegado, querido lector. Te ruego que no tengas miedo, porque juntos vamos a

recorrer este apasionante camino que se abre ahora ante ti. Te doy la bienvenida, y te invito a que lo disfrutes sin restricciones.

Diario 2

Después del viaje a Barcelona me di cuenta de que había empezado mal en la seducción, como la inmensa mayoría de hombres que comienzan a estudiar por su cuenta cómo seducir a esas mujeres que tanto nos gustan. Mi grave error, y que estuvo a punto de hacerme abandonar el estudio de la seducción, fue la ausencia total de práctica y las altas expectativas que tenía puestas en el nuevo camino que se abría ante mí.

Buscaba convertirme en un seductor y acostarme con más mujeres de las que hubiese imaginado jamás. Quería hacer todo eso y mucho más, pero desde la comodidad y seguridad de mi habitación, sin salir de casa, sin esforzarme, sin mejorar mi aspecto físico —que tan poco me gustaba— y sin eliminar todos aquellos miedos que arrastraba desde hacía años de forma inconsciente y que me impedían relacionarme con personas del sexo opuesto.

Quería ir a lo fácil, conseguir el éxito ya: sin calabazas, sin sufrimiento ni esfuerzo, sin tener que invertir tiempo ni dinero. Tardé varios meses en darme cuenta de que era imposible convertirse en un experto en algo si no te preparabas a conciencia para conseguirlo. Actuando como lo había hecho hasta entonces no iba a llegar a ninguna parte, eso estaba claro. Tenía que empezar a hacer cosas desde ya, cambiar, mejorar, evolucionar... si no quería perder el tiempo llenándome la cabeza de películas de seducción al estilo James Bond.

Me sentía completamente perdido y desorientado, no sabía qué me encontraría a continuación. Acababa de descubrir la seducción y la incertidumbre que me invadía no me permitía saber si el gran paso que estaba dando era o no correcto. «¿Realmente necesito esto?», me preguntaba una y otra vez. Y la respuesta, al principio negativa, se iba tornando cada vez más incierta. Sólo se me presentaba un camino: el de intentarlo y esperar que las cosas saliesen bien. En ese momento no era consciente de lo que mi vida cambiaría en los años siguientes.

Comencé a informarme y a leer sobre seducción, sobreponiéndome al miedo inicial que me producía adentrarme en un tema que me había traído de cabeza durante años. Fui devorando cada vez más y más páginas, aprovechando cualquier momento libre para leer, aunque siempre por miedo a que alguien de mi familia o mi entorno pudiese descubrir que estaba leyendo un libro para aprender a ligar. Eso sería reconocer públicamente que era un auténtico fracasado con las mujeres, aunque de cara a los demás me empeñase en aparentar un falso éxito. Sin embargo, a pesar de todo, estaba bastante contento por haber tenido el suficiente valor de reconocer que algo en mi vida no iba bien y hacer lo que estaba a mi alcance para intentar cambiarlo. Y ponerle remedio.

A medida que leía, más imbécil me sentía. Era una sensación difícil de describir. Me iba dando cuenta de la cantidad de cosas que suceden cuando un hombre intenta seducir a una mujer y que hasta entonces había pasado por alto sin ser consciente de nada. La información me sobrepasaba y me costaba horrores interiorizarla, porque entendía lo que leía, pero surgía el primer problema: ¿cómo introducir ahora todo esto en mi vida cotidiana? Me enfadaba tener la clave ante de mis ojos pero no saber cómo utilizarla. Sin

embargo, no estaba dispuesto a

darme por vencido tan fácilmente. Ya había dado el paso más difícil y estaba dispuesto a ir hasta el final, para bien o para mal.

Ahí estaba yo, un chico de veintitrés años recién cumplidos que acababa de terminar su diplomatura, trabajando en un colegio privado, con una rutina diaria impuesta por otros, aceptando una monotonía que me aburría sobremanera, sin aportar ni recibir nada nuevo en mi día a día, leyendo en mis ratos libres sobre seducción... algo que quizás me ayudaría a convertirme en un maestro de la seducción, o al menos ese era el objetivo que me había propuesto.

Tardé bastante tiempo en apreciar los primeros cambios en mí, incluso antes de que los demás fuesen conscientes de ello. Lo que para algunos era verme «diferente», para mí era un gran logro, estar más cerca de alcanzar mi meta. No obstante, todavía me quedaba un largo camino por recorrer para conseguirlo. Una de mis virtudes es que, cuando una cosa me gusta, pongo todo mi empeño y ganas enfocados en eso, y la seducción era un tema que me fascinaba. Había encontrado algo que despertaba de nuevo mi atención y en lo que iba a concentrar todos mis esfuerzos a partir de ese momento.

Tengo que reconocer que nunca fui un buen estudiante. Los libros me aburrían y me costaba muchísimo ponerme a leer algo de historia, literatura o cualquier otra materia. En el colegio casi nunca pasaba del cinco pelado, y aprobar en septiembre, sin poder disfrutar de un verano tranquilo como los demás, ya era algo habitual en mí. Sin embargo, cuando encontraba un libro de una temática que me atraía, lo devoraba en cuestión de días. Era mi forma de ser, y fue lo que hizo que me volcase tan profundamente en el estudio de la seducción. Lo que otros hubiesen tomado como un *hobby*, en mi caso llegó a convertirse casi en una obsesión, dedicándole gran parte de mi tiempo y energía porque intuía que estaba haciendo lo correcto.

No podía seguir soportando durante más tiempo ser un inepto total con las mujeres, un hombre que sólo ligaba, gracias a la casualidad y a la suerte, cada mucho tiempo. Alguien que tenía que apuntarse triunfos que no había ganado cuando hablaba con los amigos, aunque lo normal ya era volver solo a casa una noche sí y otra también.

Hasta ese momento la mayoría de mis escasos éxitos con las mujeres se sustentaban gracias a Internet, a alguna página de contactos tipo Sexyono o Badoo, en las que me dejaba infinidad de horas hasta que lograba convencer a alguna chica para quedar. Con muchas de ellas no me atrevía ni a hacer nada cuando quedábamos, lo que me hacía llegar a casa sintiéndome un auténtico fracasado. «Podría haber hecho algo», me decía siempre a mí mismo, cada vez que desaprovechaba una nueva oportunidad por miedo a que me rechazaran.

Prefería lamentarme y fantasear con lo que habría podido ser y no fue. Salir a ligar a una discoteca usando una metodología y técnicas era algo que no había hecho nunca. Ni siquiera pensaba que fuese posible, hasta que descubrí que algunos hombres lo hacían y con un éxito para mí sorprendente.

Descubrí que lo que uno aprende por sí mismo vale más que miles de lecciones aprendidas a través otras personas. Este fue uno de los grandes problemas que sufrí durante mi aprendizaje como seductor: darme cuenta de que debía ser yo mismo el que pusiese en práctica todo lo que estaba descubriendo, comprobándolo y experimentándolo en primera persona para interiorizarlo y hacerlo mío.

Momento crítico

Conocí a una chica poco antes de descubrir la seducción, y fue para mí uno de los momentos clave que marcó mi historia como seductor, ya que encontré en la seducción una tabla de salvación para superar el reto de ser capaz de seducirla a pesar de que me había rechazado en varias ocasiones. No sólo fue este hecho determinante en mi desarrollo como seductor; hubo un momento posterior que estuvo a punto de hacerme abandonar la seducción, darme por vencido y volver a la seguridad que me ofrecía lo que ya era conocido para mí.

El fracaso se presentaba como una alternativa cómoda, fácil de elegir, a la cual ya estaba acostumbrado. No requería ningún esfuerzo ser un fracasado, y tampoco importaba demasiado ser un perdedor más cuando habías tocado fondo. «Ya llegará la persona adecuada», si tenía algo de suerte. Me avergonzaba de mí mismo al tener estos pensamientos, pero no podía evitarlos, porque había entrado en una profunda depresión debido a mi

pésima relación con las mujeres.

La depresión comenzó después del sábado 13 de octubre de 2007, la noche después de conocer a esa chica. Yo estaba con un subidón de adrenalina tremendo porque era la primera noche que iba a poner en práctica todo lo aprendido. Me sentía grande, conociendo las herramientas que me convertirían en esa persona que siempre había querido ser. ¿Qué más se podía pedir? Salí con mis amigos al Opción Noche, en Alcorcón. Creía que jugaba con ventaja respecto a ellos, y aunque todavía no había leído demasiadas cosas sobre seducción, ya sabía cuáles eran los errores típicos y no estaba dispuesto a cometer ninguno aquella noche. Esta vez iba a hacer las cosas realmente bien, como las hacen los seductores, sin equivocarme. Nada podía salir mal.

Era la primera noche que salía a ligar sin ir acompañado de mi grupo de amigas. Quería conocer mujeres. Era mi debut oficial como aspirante a seductor, estaba con confianza y muchas ganas. Me sentía motivado y mis amigos ayudaban a que me lo pasara en grande gracias a sus risas y bromas. Lo primero que hice aquella noche, para no cometer uno de los errores más típicos, fue no beber alcohol. No quería tomar ni una sola gota para sentirme desinhibido. No iba a permitir que el alcohol me ayudase ni una vez más a ser capaz de hacer lo que no me atrevía a hacer por mí mismo estando sobrio. Esta vez tendría que lanzarme a la piscina sin su ayuda.

Fue extraño tomarme sólo una Coca-Cola sin mezclarla con nada por primera vez en mucho tiempo, algo que ya ni recordaba. Parecía que estaba en una fiesta de cumpleaños, pero ahí estaba yo, apoyado en la barra con el refresco en la mano y mirando a todas las chicas. Entonces me di cuenta de que otro de los errores típicos que solemos cometer los hombres era ese: quedarnos apoyados en la barra como «buitres» esperando a su presa, mirando indiscriminadamente a todas las mujeres, mostrando necesidad y aburrimiento. Me separé de la barra al momento y me acerqué a donde estaban mis amigos, intentando bailar salsa en el centro de la pista de la discoteca Palatino, una de las que estaban más de moda por esa época en el Opción Noche. Ninguno de los tres parecía dispuesto a ser el primero en hacer otra cosa que no fuese bailar, aunque en ese momento, sin que ellos supieran nada de lo que yo conocía sobre seducción, me sentía con la

responsabilidad de ser el que moviese ficha.

El local estaba abarrotado de gente, a pesar de ser uno de los más amplios, con dos barras centrales, y no cabía un alfiler. Aun así seguía entrando gente constantemente por sus dos puertas. Empecé tímidamente el que sería mi bautismo de fuego con varios

desplazamientos de una punta a otra del local, fijándome en las chicas con las que me iba cruzando, buscando la mirada de alguna de ellas, el más mínimo rastro de interés, un gesto, una sonrisa, algo que me hiciese pararme y empezar a hablar con ella.

Nada, no veía nada. Sólo me ponía excusas: «No, en este grupo parecen muy bordes»;

«No, estas no, que ya están con chicos»; «Bufff, demasiado guapa, seguro que no me hace ni caso». Con esa mentalidad de escasez fui seguido por Jorge y Chisco de un lado para otro por todo el local, telegrafando interés y necesidad de atención por parte de alguna chica. En ese momento no era consciente de lo mal que estaba quedando a ojos de las chicas que me rodeaban. Simplemente hacía lo que había hecho siempre, y que pensaba que era lo correcto.

Nadie se había preocupado de enseñarme otra forma de hacer las cosas, y la verdad es que yo tampoco me había tomado la molestia de intentar aprenderla, al menos hasta ese momento.

Después de varios minutos de buscar alguna chica que me gustase, vi cerca de la entrada a un grupo de unas cinco, bailando entre ellas, riendo y pasándose bien. No sé por qué, pero ese grupo me pareció idóneo para acercarme a ellas e intentar ligarme a la primera que me hiciese un poco de caso. Había leído que era más fácil acercarse y entablar conversación con un grupo de chicas si se están divirtiendo, que con otro grupo en el que todas estén quietas y aburridas. Algo que tenía que ver con el estado de ánimo, si no recordaba mal.

Las tenía tan sólo a un par de metros frente a mí. Una de ellas me parecía especialmente guapa, y de verdad me apetecía acercarme a ella y comenzar a

hablar. Pero, de repente, algo fue tremendamente mal. Cuando llegué a su altura me quedé quieto, clavado en el sitio. Estaba bloqueado, peor que bloqueado, totalmente en blanco, no sabía qué demonios hacer a continuación. Fue una sensación horrible, uno de los peores momentos que he pasado en mi etapa como seductor. Deseé que la tierra me tragase, pero no, allí estaba yo, al lado de ellas paralizado. Se las veía tan divertidas... Se lo estaban pasando realmente bien y yo no era capaz de acercarme y articular una sola palabra, cuando jamás me había sucedido algo así. Y

empecé a sentir mucho miedo, un miedo que se plasmó como un nudo en el estómago, que me apretaba y me impedía moverme. Sé que sucedió en cosa de segundos, pero a mí me pareció una eternidad.

Mi mente estaba en blanco. Llevaba toda la vida haciendo las cosas de una manera. O

mejor dicho, metiendo la pata de una misma manera; el alcohol era lo único que me ayudaba a perder la vergüenza. Pero no, al leer sobre seducción y ser consciente de todos los errores que estaba cometiendo con las mujeres, me sentía incapaz de cometerlos voluntariamente de nuevo. Ya no quería volver a beber para atreverme a acercarme a ellas. Tampoco podía entrar avasallándolas, ni haciéndolas reír como si fuese un bufón para ganarme su atención y que me dedicasen un poco de su tiempo. No, todo aquello en lo que se basaba mi forma de ligar, al parecer, no era lo correcto. Y fue algo que acepté sin dudar. Pero, en ese momento, me encontré con que, al eliminar de mi comportamiento y forma de actuar todas las cosas que hacía siempre con las mujeres, no sabía qué hacer. Estaba vacío, sin recursos, a cero, como si fuese un recién nacido que no sabe nada y que tiene que aprenderlo todo por primera vez.

Había formateado voluntariamente mi cabeza y eliminado todas las cosas que yo consideraba incorrectas. Y allí me encontraba yo sin saber qué hacer. Y lo peor es que me resultaba imposible comportarme como lo hacía antes sin sentirme mal por ello. Era como actuar mal a propósito, a sabiendas de que no era lo correcto. Y no era capaz. El bajón que me dio en ese momento fue brutal. Tenía un cacao mental terrible, y no sabía qué hacer a

continuación. En ese momento se me fastidió la noche y me hundí por

completo. Había terminado demasiado pronto para mí la primera experiencia como seductor, peor incluso que cualquier fracaso anterior. Les dije a mis amigos que estaba cansado y que quería irme a casa. Ellos accedieron. La vuelta en coche no fue nada animada. Apenas hablamos entre nosotros. Yo no tenía muchas ganas de charlar de nada. Esa noche, cuando llegué a casa, apenas pude dormir, me costó muchísimo conciliar el sueño, porque la situación tan deprimente que acababa de vivir no se me iba de la cabeza.

Primeras dudas

Me desperté a la mañana siguiente con el recuerdo de la noche anterior y la sensación de fracaso por todo mi cuerpo. No entendía qué era lo que había salido mal, si supuestamente estaba en el camino de convertirme en un ligón... y en mi primera noche no había sido capaz ni de hablar con una chica. ¡Ni siquiera de hablar! Para mí, hablar era lo mínimo que al menos podía esperar de una noche de fiesta. Pero no fue así: era la primera vez en mi vida en la que me había vuelto a casa sin tan siquiera ser capaz de hablar con una chica. Era realmente patético.

A la última chica a la que había conocido fue antes de descubrir la seducción, cuando sólo tenía éxito gracias a la suerte. Me atreví a acercarme a ella gracias a la ayuda del alcohol, que aunque me sentaba fatal, me daba ese valor y esa desvergüenza que me hacían falta para hacer lo que no me atrevía con las chicas cuando estaba sobrio. Además, el fin de semana anterior, cuando quedé con ella y su amiga, ya eran prácticamente como unas «amigas» con las que quedábamos desde un principio y con las que podía practicar, ahorrándome el odiado primer acercamiento a un grupo de desconocidas. Eso era lo que me había pasado con el grupo de chicas del Opción; no las conocía de nada y no contaba con la ayuda del alcohol.

Estaba solo con mi miedo, un pésimo aliado para seducir a las mujeres, que no me ayudó en nada y consiguió que me paralizase por completo sin ser capaz de alcanzar mi objetivo.

Mi corazón y mis sentimientos querían hacer algo, conocer mujeres, bailar con ellas, hablar... pero mi mente y mi cuerpo no estaban en consonancia con aquellos deseos. Algo no cuadraba, y yo no tenía nada claro qué era. Quizás falta de práctica. Tan sólo llevaba unas pocas semanas estudiando la

seducción, y esperar resultados tan rápido podría ser un error.

Sin embargo, era algo que no podía remediar: quería estar rodeado de chicas guapas, besarlas, abrazarlas, acostarme con ellas, ser el centro de atención. Y quería conseguirlo ya, pero no era capaz, no estaba preparado de momento. No recordaba haber tenido un bajón tan grande. Estaba ante el abismo de la depresión. Un leve empujón y caería hasta el fondo, y ni siquiera sabía si podría salir. Nunca en mi vida había sido tan consciente de lo verde que estaba en lo que a mujeres se refería. Siempre crees que sabes algo, y piensas que no eres tan malo... Pero sí que lo era: era malísimo con las mujeres, y a pesar de que algunas veces había sonado la campana a mi favor, no era algo para sentirse, ni mucho menos, orgulloso.

Cuando por primera vez en mi vida pensaba que las cosas podían comenzar a salirme bien, y que iba por el buen camino, me encontraba con que no sabía nada. No sabía ligar. No, al menos, como lo haría un seductor. Sabía emborracharme hasta acabar mareado, y así quizás atreverme a lanzarme encima de las chicas hasta que una me hiciese algo de caso. En

eso era todo un experto. Me repugnaba actuar así, y más todavía ahora que sabía que las cosas se podían hacer de otra manera. Eso era lo que me corroía por dentro: saber que había otra forma de hacer las cosas. Y no ser capaz de hacerlo.

Siempre pensé que mi manera de actuar era la correcta, y por eso nunca dedique un segundo de mi tiempo a pararme a pensar en ello. Sin embargo, ahora que conocía la seducción, y la existencia de un método para seducir a las mujeres, y lo que eran capaces de hacer algunos hombres con mujeres impresionantes que babeaban por ellos, no podía cerrar los ojos y mirar a otro lado como si nada hubiese pasado. Ahora era consciente de que las cosas podían ser diferentes si yo hacía algo para que lo fuesen. Seguir haciéndolo todo como lo había hecho siempre se me antojaba inconcebible, ya que durante toda mi vida los resultados habían sido más escasos de lo que hubiese deseado.

Me sentía solo y no sabía a quién recurrir, ni quién querría escucharme, pero necesitaba desahogarme con alguien, soltar lo que tenía dentro y buscar ayuda en algún sitio. Lo único que se me ocurrió fue compartir mi tristeza

con los compañeros del foro de seducción que había encontrado hacía tan sólo unos días. Quizás alguien se tomase la molestia de leerme y echarme una mano. Cualquiera cosa sería suficiente, unas palabras de apoyo y de ánimo para levantarme un poco la moral.

¿Abandonar?

Estaba muy tocado, al borde de la depresión por primera vez en mi vida. Cuando intentaba conocer a mujeres desconocidas era incapaz de hacerlo. La salida con mis amigos me había desinflado totalmente, dejando mi moral por los suelos. Parecía que nada me podía salir bien, todo eran problemas y baches en el camino.

Lo que más me dolía es que una chica que me gustaba no me hacía caso. Yo deseaba seducirla, y ella me había convertido en su paño de lágrimas, sólo me consideraba un buen amigo. Un compañero del foro que se hacía llamar Traveler fue el primero en responder a mi petición de ayuda, asegurando que el motivo de que sólo me viese como un amigo era que no había mostrado ningún tipo de atractivo ante sus ojos, ni había sido capaz de mostrarme como el premio, como alguien digno de ella. Había aceptado gratuitamente que ella era el premio. En la seducción, a esta situación se la conocía como «perder el marco». Era cuando una persona impone su interpretación de la realidad sobre otra, que la acepta. En este caso, ella había sido más fuerte que yo en ese aspecto, con un marco más fuerte que el mío, y yo había aceptado mansamente que ella era el premio, y así me lo estaba demostrando con su forma de tratarme. No era ni su amante ni su pareja, nada de eso: simplemente era el amigo con el que desahogarse cuando lo necesitaba, sin tener que dar nada a cambio.

Yo no comprendía esta situación, y al parecer lo único que podía hacer era pasar un poco de ella, enfriando la «relación» que teníamos, para que de una vez por todas se diese cuenta de lo que se perdía si yo no estaba en su vida. En el foro todo parecía muy sencillo, pero nada más lejos de la realidad. Para mí la realidad que vivía era un infierno, muy real, luchando contra lo que de verdad me apetecía hacer, pero ellos insistían en que era la única manera, siendo fuerte, aguantando las tentaciones y controlando los impulsos. Y así decidí hacerlo. No tenía nada que perder. Iba a pasar de ella. Se acabaron las llamadas, los mensajes al móvil

para ver cómo estaba, e iniciar la conversación por el Messenger cada vez que se conectaba.

La cosa iba a cambiar de una vez por todas para bien o para mal. No iba a permitir que me siguiesen tomando el pelo.

A esta bola de nieve, que no dejaba de crecer, se le sumaba la sensación de miedo y frustración que experimentaba al pensar en conocer a otras mujeres que me hiciesen olvidar la, y así practicar y mejorar mis habilidades como seductor. Recordaba el momento de la discoteca, cuando me quedé clavado al suelo delante del grupo de chicas. Tan sólo el hecho de recordarlo me hacía sentir mucha angustia y ansiedad. Una parte de mí quiso acercarse a ellas y hablar, divertirse y disfrutar de su compañía. Pero otra parte mucho más fuerte se empeñaba en boicotearme constantemente y hacerme sentir mal cada vez que pensaba en hablar con mujeres desconocidas. Ya no contaba con mi gran amigo el alcohol para ayudarme.

Lo había abandonado por voluntad propia siguiendo las reglas básicas de los seductores, una de las cuales era no beber alcohol para atreverse a conocer mujeres.

Quería dejarlo, abandonar todo esto en lo que me estaba metiendo. Sentía miedo ante lo desconocido, y no sabía muy bien qué paso dar a continuación. Estaba leyendo y aprendiendo muchas cosas que me ayudarían a convertirme en un seductor, pero a la hora de la verdad las cosas eran completamente distintas, como si a una persona que quiere aprender a nadar, sin haber nadado nunca, la lanzan de cabeza a una piscina. Me sentía igual de inútil y perdido.

Llegué a valorar la posibilidad de buscar a alguien con quien salir a practicar, que tuviese experiencia y me pudiese guiar, echar una mano en este difícil camino, pero en el último momento siempre me arrepentía. Nunca terminaba de pulsar el botón para enviar el mensaje.

Me echaba atrás por el miedo de no saber a quién me podría encontrar y, sobre todo, si sería capaz de ayudarme. Y aunque podía dejarlo si quería, sabía que ya nada sería como antes.

Mi vida había empezado a cambiar desde el momento en que mi amigo Ángel me contó que la seducción se podía estudiar y practicar para convertirse en un seductor con un éxito envidiable.

Una vez que conoces una verdad innegable es imposible vivir en una mentira. Debido al desconocimiento de la seducción como arte y objeto de estudio por parte de millones de hombres, había vivido una vida sexual mejorable, con un éxito escaso con las mujeres. Lo dejaba todo siempre al azar y a la suerte, nunca a mis decisiones personales o a mi propia habilidad. Ahora era imposible volver atrás, y podría comportarme como lo había hecho durante toda mi vida, pero el hecho de ser consciente de que existía otra forma diferente que podría ayudarme a conseguir algo que para mí era como un sueño, me destrozaba por dentro.

Era aceptar mi derrota sin haber luchado.

Ahora recuerdo el momento puntual, algún tiempo después, en que esa misma chica que me gustaba terminó dejando su boca a mi alcance para que la besara, y la decisión que yo tomé fue no hacerlo porque no se lo había ganado. Se había portado mal conmigo, jugando y provocándome constantemente, y por primera vez en veintitrés años había sido yo el que había elegido hacer algo o no hacerlo. Esa adrenalina, ese breve momento de disfrute, era un gozo al que no estaba acostumbrado, y en el que quería seguir profundizando. Todo aquello tenía por narices que significar algo.

Pero de momento estaba aún lejos de controlar mi destino. El mar de dudas en el que me encontraba me hizo caer enfermo durante varios días en los que apenas salí de la cama, salvo para hacer poco más que mis necesidades básicas, comer un poco de sopa y arroz hervido, y pensar constantemente en qué decisión iba a tomar a continuación, si irme como un cobarde por la puerta de atrás, con el rabo entre las piernas, o intentarlo con decisión hasta el final, con

todas sus consecuencias. Y esa decisión marcaría mi vida para siempre.

Psicología femenina: ¿qué quieren las mujeres?

Para convertirte en un seductor es imprescindible que conozcas y comprendas

qué es lo que quieren realmente las mujeres, y no lo que ellas te han dicho que quieren. Si todavía te preguntas qué es lo que te ha impedido tener éxito con las mujeres, la respuesta es el desconocimiento que tienes sobre ellas. Si no conoces la forma de pensar de las mujeres y cómo se comportan ante el hombre que las atrae, ¿entonces cómo esperas seducirlas? Voy a contarte cómo puedes aprender.

Para empezar a conocerlas, primero vas a tener que olvidar todo lo que crees que sabes o lo que te han contado sobre ellas.

Te aconsejo que no intentes preguntárselo a ellas: sólo conseguirás perder tu tiempo una vez más mientras sigues acumulando ideas equivocadas sobre lo que quiere una mujer. Esas ideas que no te han llevado a nada, siendo un chico bueno. Jamás una mujer te dirá abiertamente las claves para seducirla y cómo puedes llevártela a la cama. Va en contra de sus intereses, porque las mujeres sólo se relacionan íntimamente con hombres que son aptos y están a la altura de sus expectativas... o que aparentan estarlo. Sin embargo, sí te dirán de buena fe lo que creen querer de un hombre, basándose en lo que les han inculcado desde pequeñas en su entorno familiar y escolar, aunque luego actúen de forma bien distinta, sin ser conscientes de ello, ante cierto tipo de hombres, los que se muestran como el premio, por los que se sienten profundamente atraídas. La atracción es un proceso inconsciente y biológico que no se puede controlar. Tu misión ahora es dejar de comportarte como un chico bueno para convertirte en el premio. Para que sepas cómo conseguirlo te explicaré las diferencias entre ser un chico bueno y ser el premio.

Diario 3

A finales de 2007 pasaba casi todo el día en foros de seducción, posteando mensajes y leyendo los de otros compañeros más veteranos que contaban sus éxitos, cómo habían seducido a una chica en una discoteca o cómo habían conseguido llevarse a una desconocida a la cama después de la primera cita. Para mí todas aquellas aventuras eran impensables.

Como de ciencia ficción. No me planteaba la veracidad de todas las que leía, pues poco me importaba si eran ciertas o simples fantasías de sus autores. Aun así conseguían su objetivo, que era motivarme tremendamente y hacerme pensar que yo podría lograr algo parecido si me esforzaba como lo

habían hecho ellos.

No podía evitar compartir cualquiera de mis avances, por pequeño que fuera. Tampoco

titubeaba a la hora de publicar mis dudas y mis problemas, ya que el foro me ofrecía un anonimato estupendo y no tendría que sentir miedo a que alguien pudiese reconocerme. Ahí éramos todos compañeros y estábamos para ayudarnos los unos a los otros, con un objetivo común: aprender a seducir a las mujeres. Me alegró ver en el foro que Whilly Foc, el actor catalán con el que estuve veraneando, después de contarle un poco por encima esto de la seducción, había dado el paso y se había registrado también como miembro. Era la primera persona que conocía la seducción a través de mí, y no sería la última.

Le dejé un mensaje de bienvenida, mostrando mi alegría por ver una cara conocida por allí. Los compañeros alucinaban en colores con su trabajo. Todos pensaban: «¿Qué hace un actor porno aquí?». Creían que los actores porno tenían sexo todos los días, o algo parecido.

Nada más lejos de la realidad. Como decía Whilly en respuesta a los comentarios de los demás miembros: «Yo en el trabajo, a las mil maravillas, porque es trabajo, pero fuera, fatal».

Por aquella época estaban muy de moda las quedadas de seductores. Se juntaban compañeros del foro, conocidos y desconocidos, para salir a practicar todos juntos. Si no tenías a nadie con quien salir, era una excelente forma de conocer gente nueva que estaba en tu misma onda, y servía para intercambiar opiniones y experiencias. Whilly había publicado un mensaje invitando a quien quisiera asistir a una quedada en Madrid para el último sábado de diciembre y cerrar bien el año. La verdad es que eso de las quedadas no me llamaba mucho.

Una cosa era intercambiar opiniones y comentarios en un foro, y otra muy distinta quedar con gente desconocida para salir a ligar. Sin embargo, en este caso acepté, porque con Whilly sabía que al menos saldría con alguien conocido.

Lo cierto es que no tuvo mucho éxito la quedada, al final sólo salimos Whilly, Bruno y yo.

Un amigo de Whilly que iba a venir se echó atrás a última hora. Además las fechas de fin de año eran un poco complicadas, la gente estaría con sus familias en sus casas o simplemente es que nadie quería salir con nosotros porque no teníamos experiencia, nunca lo sabremos.

Quedé con Whilly junto a la estatua del caballo que hay en la plaza Mayor. Una vez allí, cuando nos encontramos, sugirió ir al Palacio de Gaviria, al lado del metro de Sol, un edificio antiguo reconvertido en discoteca, con varias plantas y diferentes zonas de música, un lugar atípico y exótico que estaba muy de moda entre los *guiris* y la gente de Erasmus que estaba estudiando en Madrid. Como yo tampoco conocía mucho la zona de fiesta de Madrid centro, decidí hacer caso a Whilly y probar suerte en el Palacio.

Le mandé un sms a Bruno diciéndole dónde íbamos a ir, para que fuese directamente, porque él iba en coche y tenía que aparcar por algún *parking* de la zona. Whilly y yo llegamos al Palacio. La cola era impresionante, llena de chicas extranjeras algo bebidas que estaban buenísimas y que disfrutaban desinhibidas de la noche madrileña. Estando tan lejos de sus casas en esas fechas navideñas, se divertían con sus compatriotas y compañeros de piso.

Estábamos de suerte, Alejandra, una amiga de Bruno, conocía a varios relaciones públicas de las discotecas más importantes de Madrid, entre ellas un chico del Palacio de Gaviria al que llamamos y que salió a buscarnos enseguida a la entrada. Le saludamos como los amigos de Alejandra y nos invitó a pasar con él, saltándonos toda la cola y sin tener que pagar la entrada.

Parecía que la cosa empezaba bien para nosotros. Una vez dentro esperamos a que llegara Bruno. Por suerte no tuvimos que esperar mucho, y ya los tres juntos, después de intercambiar saludos y dejar los abrigos en el ropero, subimos por las escaleras a la planta de arriba, desde donde nos llegaba el ruido de la fiesta. Era la primera vez que iba al Palacio de Gaviria y realmente me impresionó. Me pareció un lugar fantástico y mágico, mezclar una casa antigua

con una discoteca era algo que nunca había visto hasta entonces.

Dimos varias vueltas no sólo para conocer el lugar, sino también para ver cómo estaba de chicas. Había bastantes, no nos podíamos quejar de eso. Yo estaba de estreno. Acababa de comprarme una americana negra que me favorecía bastante. Llevaba una camiseta también negra con un dibujo blanco de un pie con alas y unas letras extrañas para intentar captar la atención de las chicas. Además me había puesto zapatos, cosa que no era nada habitual en mí, que siempre había sido de los de salir con zapatillas de deporte. Esta vez podía decir que iba bien arreglado. Ese día tenía como objetivo superar el bloqueo y el miedo que le había cogido a hablar con desconocidas. Desde mi última salida en el Opción no había vuelto a salir a conocer mujeres.

Whilly fue el primero en tirarse a la piscina, hablando con varios grupos de chicas. Bruno y yo alucinábamos con la facilidad que tenía para acercarse a los grupos, aunque duraba muy poco en ellos y enseguida perdía la atención de las chicas. De momento nos estaba dando una lección de que si no haces nada, no conseguirás nada. Y así era, si seguíamos ahí pasmados, mirando cómo entraba a grupos de chicas, la cosa terminaría igual o peor que la última vez.

Hice acopio de valor y después de pensármelo, a regañadientes me decidí a hablar con un grupo de tres chicas, las tres morenas. Estaban bailando y pasándose bien. No sabía muy bien a cuál entrar, por lo que decidí probar con una frase que había leído en el foro y que al parecer estaba teniendo bastante éxito entre los foreros, que la utilizaban a menudo para iniciar una conversación.

—Chicas, ¿vosotras qué preferís?, ¿pato o pingüino? —Me sentí aliviado al ser capaz de decirlo. Para mí era el momento más crítico, acercarme a las chicas y empezar a hablar.

—¿Perdona? —dijo una de ellas con cara de no entender nada.

—Digo que si pato o pingüino. Que cuál preferís. —Era difícil hacerse oír con el ruido de la música de fondo.

—Pues no lo sé... ¿El pingüino? —respondió la más bajita, que era la que más me gustaba de las tres y la que más atención parecía prestarme, así que decidí dirigir mi atención hacia ella, a ver cómo terminaba la cosa.

Comencé a hablar con ella mientras las otras dos amigas pasaban completamente de nosotros. Al menos no tendría que preocuparme de que nos molestaran. No tenían pinta de amenaza, pero Whilly no tardó en aprovechar la oportunidad para acercarse a ellas. Cogió la mano de una de las chicas y empezó a leérsela. No podía escuchar lo que le decía, pero la chica parecía realmente interesada por lo que Whilly estaba haciendo. Tomé nota mental de buscar información sobre lectura de manos para utilizar el truco en otra ocasión.

Con la mía me estaba quedando muy rápido sin saber qué decir. Demasiadas preguntas por mi parte y demasiado poco interés por la suya. Probé a ver si bailando se animaba un poco, porque si no la interacción se vendría abajo de un momento a otro. Accedió a bailar, y medio bailamos, porque yo no tenía mucha idea de bailar por aquellas fechas, la verdad, y ella tampoco. Parecíamos dos patos mareados moviéndonos juntos en la pista de baile, pero recuerdo que fue un momento muy divertido. Conseguí más atención por su parte con unos minutos de baile que en toda la conversación que habíamos mantenido antes. Era muy interesante, y eso que yo no solía bailar a menos que fuese con unas copas de más, porque me moría de vergüenza al pensar que podía hacer el ridículo. Cuando miré de nuevo al grupo de amigas vi que ya se habían encargado de echar a Whilly y que empezaban a mirar

demasiado hacia nosotros, imaginé que demandando el interés de su amiga. Lamenté no tener más recursos para decantar una situación así a mi favor. Al final ella me dijo que tenía que volver con sus amigas, pero que lo había pasado muy bien y que era muy simpático. Le pregunté que si no le importaba que me hiciese una foto con ellas, casi rogándoselo con la mirada, para al menos sacar algo que subir al foro como recuerdo de la quedada en Madrid y para demostrar a los incrédulos que al menos me había atrevido a acercarme a una chica desconocida.

Lo intentamos con varios grupos de chicas antes de darnos cuenta de que estábamos acabados. La noche había terminado para nosotros. Whilly había hablado con la mayoría de las chicas que había en el Palacio, yo había intentando seguir sus pasos, de forma deficiente, y Bruno ni siquiera había sido capaz de abordar a ninguna. Así quedó la cosa antes de coger nuestros abrigos e irnos para casa otra noche más como habíamos venido: solos. Fue

mi última salida de 2007 y no pintaba muy halagüeño el año que entraba, pero aun así seguiría intentándolo hasta conseguir algún resultado de mi mejora como seductor.

Nace mi web

Me estaban sucediendo demasiadas cosas en muy poco tiempo. Había sido un final de año apasionante, con subidas y bajadas. Estaba aún en estado de *shock* por lo que acababa de descubrir, el estudio de la seducción, e intuía la gran fuerza que tenía controlar las interacciones con los demás. Mi meta era acostarme con miles de mujeres, un deseo comprensible para una persona como yo, que apenas me había acostado con media docena en mis veintitrés años de vida. Desde el ego podía poner muchas excusas a este fracaso, todas excusas sin fundamento. La realidad es que me había conformado con una situación que se había vuelto cómoda para mí. Una situación de escasez, de baja expectativa, como un borrego que sigue a la manada sin siquiera pararse a pensar si hace o no lo correcto.

Sentía la necesidad de plasmar de alguna forma todas las cosas que iba haciendo en mi nuevo camino como intento de seductor. También sentía la necesidad de compartirlo con los demás, ya que para una persona con una autoestima tan baja como la mía, cualquier halago o valoración positiva me hacía hinchar el pecho. Sin saber muy bien si serviría para algo, quería poder recordar mi evolución, si es que la había. Muchas personas publicaban sus salidas y contaban cómo lo habían hecho, las conversaciones, las reacciones de las chicas, cómo se habían sentido ellos, sus conclusiones... Sentía que allí era uno más, alguien insignificante entre el resto, pero quería tener mi espacio personal, donde sólo estuviese yo, con mis experiencias, algo parecido a un diario. Lo cierto es que nunca había hecho algo así. Apenas usaba Internet para algo más que el Messenger y revisar algunas páginas web.

Investigué en Internet para aprender a crear una página web. Lo primero era ponerle un nombre. No sabía cuál elegir. La verdad es que no lo había pensado, y aunque parezca una tontería, no quería ponerle cualquier cosa sin sentido. Estuve media tarde dándole vueltas. Me vino a la mente que quizás podría firmar con un seudónimo, como hacían algunos escritores.

Por ejemplo, «Capoeira», que era el *nick* que estaba utilizando en el foro en

ese momento, pero tampoco me terminaba de convencer. Algo fallaba, necesitaba una motivación más fuerte, algo con lo que identificarme, una personalidad atractiva, que aunque no fuese cierta, me

serviría de guía y a la vez sería una meta a conseguir.

Ya estaba decidido. El nombre del diario sería *Seducción y Superación*. Me recordaba a una película que había visto hacía poco, *El Club de la Lucha*, en la que un trabajador corriente interpretado por el actor Edward Norton, con una vida lineal, con sus problemas cotidianos, encuentra involuntariamente su *alter ego* en Tyler Durden, interpretado por Brad Pitt, que posee todas las características y cualidades de triunfador que él no posee, pero que en el fondo quiere conseguir.

Empezando el camino

Sentía una fuerte necesidad de expresar todas las cosas que pasaban por mi cabeza, pero hacerlo sin mentiras, frivolidades ni adornos, tal cual como me sucedían, ya fuesen éxitos o fracasos. Al menos contaría cosas reales. La web sería mi rincón personal, donde me podría sincerar conmigo mismo y contar las realidades de mi situación.

Habían pasado varios meses desde que comencé en todo esto y necesitaba hacer un repaso mental de lo que había sucedido para empezar a entender las cosas tan importantes que me estaban pasando. Lo curioso es que descubrí la seducción casi de rebote. No quiero ni pensar cómo sería actualmente mi vida si no hubiese ido aquel día a casa de Ángel... En ese momento llevaba una vida tranquila, la de una persona que no sufre grandes sobresaltos ni emociones diarias, que vive lo que cree que tiene que vivir porque no ha conocido otra cosa, ni tampoco se ha preocupado por intentar cambiar. Aquel día Ángel, un compañero del colegio, me había confesado que la seducción podía estudiarse y que incluso estaba leyendo un libro sobre el tema.

—Pero ¿qué dices, tío? ¿Un libro para ligar? —le solté sin dar crédito a lo que me decía.

—Sí, esto funciona, en serio. Dice cómo podemos seducir a mujeres y relacionarnos mejor con ellas. Échale un ojo y verás que es verdad —Ángel

estaba entusiasmado y realmente se mostraba convencido de lo que decía.

—Venga ya, pero ¿qué dices? Si yo ya ligo. A mí esto no me hace falta —le respondí mientras le devolvía el libro sin apenas haberlo mirado.

Me había puesto la coraza ante algo que no estaba dispuesto a reconocer delante de nadie. Sin embargo, estuve dándole vueltas al llegar a mi casa, analizando cómo iba mi vida, sobre todo en relación con las mujeres. ¿Era sincero conmigo mismo o me estaba engañando?

¿Cómo era mi vida realmente? ¿Y mi vida sexual y sentimental? ¿Ligaba cuando yo quería o cuando podía? Estas y más preguntas se apelotonaban en mi cabeza sin que pudiese evitarlo, y aunque no lo reconociese, sabía más que de sobra que las respuestas eran todas negativas.

Era la cruda realidad, ni ligaba cuando quería, ni tenía una vida sexual activa ni sentimental satisfactoria. Ligaba cuando podía, es decir, cuando ellas querían, muy de vez en cuando, pero no me podía creer que cambiar eso fuese posible. Creía firmemente que las cosas tenían que ser así por no ser suficientemente guapo, o quizás más listo y divertido. Unos ligaban mucho y otros menos, era lo que creía. Yo me encontraba en ese grupo de los que ligan sólo cuando los astros se alinean a su favor y, sin saber ni por qué ni cómo, sonaba la campana.

Me preguntaba una y otra vez si de verdad sería capaz de ligar con las chicas que me atraían

cuando yo quisiera, dependiendo solamente de mí mismo, y tener por primera vez el control de mi vida sexual y sentimental. Fueron estas preguntas y muchas otras las que me impulsaron definitivamente a interesarme más por el tema de la seducción. Necesitaba saber si realmente era posible mejorar o si era todo humo dirigido a hombres sin éxito, desesperados como yo.

Cuando pensé que todo iba a seguir igual, algo empezó a cambiar poco a poco dentro de mí, y para bien o para mal ya nada volvería a ser como antes. El desconocimiento es para el ignorante una fuente de felicidad irreal, pero eso ya no era válido para mí. Ahora la semilla del conocimiento, intuir que algo estaba pasando y que escapaba a mi entendimiento, me hacía imposible

volver atrás. No podía hacer borrón y cuenta nueva, la duda se iba expandiendo como una gota de tinta en el agua. Mi asombro fue en aumento al comenzar a investigar la seducción y descubrir tantas cosas sobre las mujeres y la forma de atraerlas. Cosas que hasta ese momento desconocía y que nunca me había parado a observar. Tantas cosas que hacía mal una y otra vez, que siempre había pensado que eran la forma correcta, aunque no me hubiese ido bien, porque tampoco sabía otra forma de hacerlo.

La pregunta a la que seguía sin poder dar respuesta clara era: ¿cómo no he podido ver todas estas cosas antes? Y a pesar de todo, mi desesperación iba en aumento al salir cada fin de semana a discotecas e intentar ligar, y ver que de repente me encontraba con que no sabía qué hacer. Al principio estaba incluso peor que antes, y me preguntaba constantemente qué me estaba pasando. ¿No me estaba ayudando el libro diciéndome cómo seducirlas? Pues sí, me estaba ayudando. El problema es que había tenido que reiniciarme, borrar todo lo que creía que sabía sobre mujeres, y empezar desde cero. Eso me hacía sentir desnudo ante ellas. Tenía que aprender nuevas formas de relacionarme para seducirlas. Y pronto.

Tan cerca y a la vez tan lejos

Nada más comenzar el año ya me sentía diferente. Aún no era capaz de apreciar grandes cambios en mí, pero me daba cuenta de que ahora me fijaba en las cosas de otra manera, cosas a las que antes no prestaba atención. Un día, después de coger la bolsa de deporte, salí a la calle. Serían las seis de la tarde y me dirigía hacia el gimnasio donde entrenaba varios días de la semana. De camino iba ensimismado en mis propios pensamientos. Tenía la mente a mil por hora, pensando en infinidad de cosas.

Pero a pesar de ir distraído no pude evitar fijarme en una chica que tendría mi edad. Era morena, delgada, y vestía unos pantalones vaqueros azules. Me imaginé que vendría de la peluquería al ver el recogido que llevaba en el pelo, era precioso. Lo que realmente me llamó la atención y me pareció curioso es que mientras el tren de cercanías se detenía en la estación, ella, que estaba bastante alejada de mí, en el andén, en vez de subir al tren en donde se encontraba, se fue acercando y entró por la misma puerta que yo. En otro momento de mi vida no le habría dado mayor importancia, y tan sólo hubiese babeado de lo buena que estaba, pero no pude evitar pensar si se habría

acercado por casualidad o quizás para verme mejor.

Algo me dijo que era por lo segundo, y mis sospechas se confirmaron cuando la pillé varias veces mirándome disimuladamente. El interés que mostraba estaba siendo muy claro.

Yo tampoco podía evitar mirarla. La situación me parecía emocionante, porque nunca hasta

entonces me había pasado algo así, o al menos no había sido consciente. Me apetecía conocerla, acércame a ella y hablar, pero estaba pegado al asiento del tren. No era capaz de reunir valor para hacerlo, a pesar de que las miradas se sucedían de una forma que me pareció descarada. Era como si me invitara a hacer algo, y cuanto más pensaba en ir hacia ella, más miedo me entraba por todo el cuerpo. Era algo inexplicable que me bloqueaba, un querer y no poder.

Mi estación era la siguiente, y si no hacía algo rápido, la cosa se quedaría ahí, en un mero intercambio de miradas y de intenciones. Pensé en escribirle mi teléfono en un papel y dárselo cuando me fuese a bajar, pero mi cabeza decía que eso no funcionaría. Es algo que sólo pasa en las películas, no en la vida real, y si lo hacía seguramente respondería mal y quedaría en ridículo delante de todos los pasajeros que iban en el tren. Así fue como al final ni quedé en ridículo, ni conocí a esa chica que no paraba de mirarme; llegó mi parada y, sin atreverme a mirarla por última vez, me bajé del tren con una frustración que nunca había sentido antes.

Sentí que había perdido una maravillosa oportunidad de conocer a aquella chica. Fueron mis propios miedos y prejuicios los que me impidieron hacer algo por conocerla. Mi cabeza estaba llena de inseguridades, de temor al fracaso, a ser juzgado, al rechazo y a cientos de cosas más que me habían ido acompañando y perjudicando a lo largo de toda mi vida. En el andén, de camino al gimnasio, me preguntaba si tan difícil habría sido darle un papel con mi teléfono. ¿Qué habría podido perder? ¿Y si me hubiese llamado después? Nunca tendría la oportunidad de saberlo. Da vértigo sólo de pensar las posibilidades que nos ofrece el destino constantemente, donde cada segundo de nuestra vida y cada acción marca un camino diferente, una vivencia distinta. Estaba empezando a darme cuenta de las posibilidades que

había dejado escapar una y otra vez a lo largo de los años. Y si no quería seguir desperdiciando las oportunidades que se me iban a presentar más adelante, me tocaba darle duro a todo esto y esforzarme en superarme para cambiar mi destino.

El chico bueno:

el hombre que no gusta a las mujeres

Un hombre que actúa como si fuese un «chico bueno» es ese que da a las mujeres más de lo que necesitan, el que siempre pone más de su parte en una relación por miedo a no ser correspondido. Trata de agradar a las mujeres buscando su aprobación en todo lo que hace. Aunque nadie te lo haya dicho, tienes que saber que cuando estás pendiente de una mujer en todo momento, ella termina por perder el interés y acaba dejándote. Por muy bien que te hayas portado o muchas cosas buenas que hayas hecho por ella, no te habrán servido de nada.

El chico bueno es simplemente un hombre que no ha sabido actuar como si fuese el premio. En ocasiones, debido al miedo a no agradar a las mujeres o simplemente por puro desconocimiento. Desde pequeños, nuestras madres, hermanas, profesores y amigos nos han dicho una y otra vez que para encontrar a la mujer de nuestros sueños teníamos que comportarnos como los chicos buenos

de las películas románticas que veíamos en televisión. Y mientras, veíamos en el mundo real cómo eran otros hombres los que se quedaban con todas las chicas. Nos han educado para ser chicos buenos, y sólo los hombres que de forma natural han conseguido saber qué es lo que quieren realmente las mujeres son los que han alcanzado el éxito.

Si todavía no has conseguido comprender la diferencia entre ser un chico bueno y ser el premio, te lo voy a explicar de una forma sencilla, utilizando el recurso de la conocida metáfora del gato y el cordel, que es la más acertada demostración de cómo actúan las mujeres frente a los hombres, según cómo se comporten.

Si el cordel (el hombre) está moviéndose cerca del gato (la mujer), entonces

el gato sentirá curiosidad e irá a por él. Si el cordel está cerca pero en ningún momento el gato llega a alcanzarlo, es entonces cuando se vuelve más apetecible para el gato.

Si quieres convertirte en el premio para una mujer, tienes que alcanzar ese punto intermedio en el cual el cordel (tú) está cerca del gato (ella), pero evita que lo alcance. Si no lo haces así, perderá toda su atención por ti, y en un abrir y cerrar de ojos volverás a estar dentro del grupo de los aburridos chicos buenos.

Pero ten cuidado, ya que si lo dejas demasiado lejos, harás que el gato ni siquiera sienta curiosidad por el cordel. Seguramente te habrás visto en situaciones parecidas en tu vida en más de una ocasión, cuando sin motivo aparente perdías su interés. Ahora ya sabes por qué.

Si quieres llevar esto a la práctica y empezar a ser el premio por primera vez en tu vida, lo que tienes que hacer es darle un margen de juego a la chica. Es decir, debes darle su tiempo y dejarle su espacio, no puedes forzarla. No te estoy diciendo que la dejes hacer todo lo que quiera, sino que indirectamente tienes que ser capaz de comunicarle que eres el premio. A los hombres que empiezan en el estudio de la seducción les resulta tremendamente difícil comunicar algo de forma indirecta, porque nunca lo han hecho. Para saber cómo hacerlo, te aconsejo que cuando quieras comunicar algo que pueda parecer una búsqueda de aprobación por tu parte, no lo digas directamente, porque ella perderá el interés por ti y dejarás de ser el premio.

Imagínate que quieres hacerle un cumplido a una chica que realmente se lo merece y le dices: «Eres una chica muy guapa y simpática». Ella te dará las gracias, pero habrá perdido todo el interés por ti. Además creará que no ha sonado sincero, porque es una frase demasiado común, que suelen decir la mayoría de hombres considerados chicos buenos cuando quieren conseguir algo de una mujer que les atrae. Por el contrario, si pruebas a decir algo como: «¿Sabes una cosa? Se te ve estupenda. Hay pocas personas con una energía tan positiva como la tuya», ella quedará gratamente sorprendida porque ningún hombre le

dijo nunca nada parecido. Has conseguido comunicar indirectamente que te parece una chica guapa y simpática, sin esperar su aprobación. Ahora eres el

premio y ella te verá de forma diferente.

Diario 4

Sin saber muy bien por qué, llevaba días dándole vueltas a mi situación actual, algo que no me había parado a pensar desde que empecé en esto de la seducción. A pesar de pasar casi todo el día pensando en cómo podría ligar con más mujeres, no podía evitar pensar también en qué iba a hacer para conseguirlo. Me estaba planteando trabajar desde casa, un tipo de trabajo que empezaba a ponerse de moda en España y que ya era algo habitual en Estados Unidos. Un sistema que sólo exigía un ordenador, un móvil y una conexión a Internet, y que te permitía tener ingresos desde la comodidad de tu casa y disfrutar unos horarios flexibles sin jefes. Antes de conocer la seducción, trabajaba como profesor en un colegio con chicos de primaria, pero no me llenaba mucho y no le veía salidas. Cuando conocí la seducción, mi mentalidad empezó a cambiar y me volví más emprendedor. Quería un trabajo que me permitiese conocer gente nueva, algo que me motivara, un nuevo reto que me aportase unos ingresos económicos para poder solventar mis gastos y a la vez disfrutar con lo que hacía.

Trabajar desde casa era una opción a considerar, pero de momento necesitaba algo estable. Después de mucho pensar y de barajar varias opciones, en enero me pasé por las oficinas de unos grandes almacenes en Madrid y entregué mi currículum vitae. Me llamaron a los pocos días y pasé la selección previa. Me avisaron por teléfono de que me habían contratado para un año. Tenía que presentarme esa misma semana, cerca de Méndez Álvaro.

Estaba bastante ilusionado con mi nuevo trabajo. Había dejado el de maestro, algo que mis padres no comprendieron en un primer momento, y que me costó una discusión monumental en casa, pero al final, se quedaron tranquilos.

Ayudando a mis amigos

A principios de enero estaba muy centrado en el estudio de la seducción siempre que me lo permitía el nuevo trabajo y las clases de la autoescuela para sacarme el carné de conducir.

Mis padres me lo habían regalado y hasta ese año, por unas cosas y por otras, no había tenido tiempo de sacármelo. Todo iba siguiendo su rumbo, apenas sin sobresaltos, hasta que recibí un e-mail de mi amigo Bruno en el que me confesaba que estaba completamente destrozado, y eso me dejó bastante preocupado. Al parecer Bruno había perdido en un solo día miles de euros por la caída que había experimentado la bolsa. No podía hacer la vista gorda y no ayudarlo, eso hubiese sido demasiado egoísta por mi parte. Gracias a Bruno, en tan sólo dos años, había conocido lugares increíbles por toda España, sumergiéndome en una atmósfera que acabó por contagiarme completamente. Una experiencia, en muchas facetas, fruto de su modo de vida como tiburón *yuppie* de las finanzas, especulando, aprendiendo a delegar, a pensar diferente y a obtener herramientas y posibilidades que no imaginaba de

ninguna de las maneras. Era una de las personas clave que me había ayudado, sin pedir nada a cambio, a abrir los ojos en el ámbito personal y profesional.

Bruno y yo, en ese momento, teníamos un proyecto común en el que los dos estábamos trabajando muy duro, intentando hacer algo importante. Algo que nada tenía que ver con su trabajo ni el mío, que era la productora porno. Debido a la fuerte pérdida económica que había sufrido entró en una depresión y todo lo veía negro. Me contaba que se sentía fatal. Estaba muy agobiado, preocupadísimo, y casi había enfermado al ver que todo lo que le había costado tanto tiempo y esfuerzo conseguir estaba a punto de irse al garete. Además, en el e-mail decía que estaba pensando dejar el proyecto, porque no le veía salida, ni quería invertir más tiempo y dinero en algo que no podría seguir adelante. Se me hizo un nudo en el estómago, no sólo porque mi amigo estuviese pasándolo realmente mal, sino porque por un problema como el que acababa de tener estaba a punto no sólo de echar por tierra todo su trabajo en la productora, sino también el mío.

Quizás mostré un poco de egoísmo por mi parte, pero sabía que ayudar a los amigos es como ayudarte a ti mismo. Si no hacía nada, todo el trabajo que había realizado con Bruno hasta el momento no habría servido más que como experiencia de vida y aprendizaje. Pero si le tendía una mano e intentaba ayudarlo, es posible que las cosas al final saliesen bien. Le respondí con otro e-mail en el que intentaba animarle, recalcando sus virtudes de persona fuerte

e inteligente, además de trabajadora, y que si aguantaba este duro golpe, pronto podría recuperarse y aprender de él, para evitar que le sucediese lo mismo en otra ocasión. Intenté transmitirle todo mi apoyo, hacerle ver que no se encontraba solo en ese momento, y que no podía echar por la borda todo el trabajo que habíamos hecho en todo este tiempo. Ya no era sólo un socio, sino más que eso, era mi amigo y le necesitaba bien, al cien por cien.

Era la persona con la que más había salido en los últimos meses y con la que mejor me lo había pasado. A pesar de tener una personalidad muy reservada con gente a la que no conocía, conmigo siempre se portó de maravilla. Me hizo muchísimos favores, me ayudó cuando lo necesité y me demostró ser un verdadero amigo, pasando momentos de risas inolvidables, que seguirían años después. Se lo debía, no podía dejarle en la estacada, pasándolo mal solo. Estaba seguro de que con mi apoyo saldría más rápido del bache y que pronto se recuperaría y todo volvería a la normalidad.

Contactando con seductores

Llevaba ya cinco meses estudiando la seducción, y a pesar de haber intercambiado mensajes en el foro con algunos compañeros, aún no conocía a ninguno de ellos en persona. Seguía estando igual de solo que cuando empecé. A mis compañeros de colegio Ángel y Diego, que fueron los que me descubrieron todo esto, les había perdido la pista. Sólo salimos una vez y fue un completo desastre. A Whilly Foc ya le conocía de antes, y con Bruno exactamente lo mismo. En cinco meses no había conocido a un solo seductor, y era como una espinita clavada en la piel. Me picaba la curiosidad, pero por otra parte, no sabría si sería capaz de quedar con otros hombres que estuviesen en la misma situación que yo.

Varios compañeros que también llevaban poco tiempo, me habían sugerido la posibilidad de conocernos y salir a practicar, pero sentía rechazo a quedar con ellos. No era culpa suya,

pero no podía evitar pensar que flaco favor me haría salir con gente que tampoco tenía ni idea de seducción. Saldríamos perdidos como niños con un nuevo juguete y sin saber por dónde tirar. Yo quería conocer a los grandes seductores, a gente que dominase la seducción y de los que poder aprender lo máximo posible.

Probé suerte y envié varios mensajes privados por el foro a varios miembros, destacados, invitándoles a conocernos. La respuesta en la mayoría de las ocasiones nunca llegó, y en ese momento pensé que yo era demasiado insignificante como para invertir en mí una parte de su tiempo. También probé suerte con otros seductores que estaban comenzando como yo.

Intenté contactar con varios de ellos, pero también me fue imposible. Me sentía frustrado y contrariado, no entendía cómo la gente podía ningunearme de esa manera. Llevaba media vida ignorado por las mujeres y ahora también lo era por los compañeros que buscaban lo mismo que yo.

Buscando a la chica de mi vida

No sólo me preocupaba encontrar compañeros de seducción de los que aprender y con los que identificarme, también pasaban más cosas por mi cabeza, y ese comienzo de año, después de un final de 2007 muy intenso, se estaba volviendo un periodo de reflexión muy profundo para mí. Escribir el blog hacía que me sincerase conmigo mismo. No solamente era un diario en el que escribía las cosas que me iban sucediendo o lo que iba pensando, era una excelente forma de obligarme a pensar bien en todo lo que me estaba pasando, en todo lo que me había pasado en mis años anteriores y en todo lo que me podía pasar en el futuro. Nunca en mi vida había sido tan consciente de mi situación hasta ese instante. Siempre había hecho las cosas de una forma o de otra sin pensar demasiado en cómo afectaría eso a mi vida, y me llamaba tremendamente la atención que algo como la seducción hubiese podido generar tanta confusión en la tranquila vida que llevaba. Era como si me hubiesen revelado un gran secreto que me había pasado desapercibido y que ahora estaba calando muy hondo dentro de mí, haciéndome cambiar y empezando una metamorfosis que no sabía dónde acabaría o si se quedaría a medio camino.

Y era cierto que me moría de ganas de seducir a las mujeres, pero... Una vez que las hubiese seducido, ¿qué es lo que quería de ellas? ¿Cuál sería mi futuro con las mujeres, si es que me esperaba alguno? ¿Quería sólo acostarme con ellas o buscaba algo más sentimental?

¿Dónde me llevaba todo esto? Estas y otras preguntas se agolpaban en mi cabeza y no era capaz de dar una respuesta sincera. No sabía lo que quería,

sólo sabía que quería algo y me tocaría descubrirlo por mí mismo. Entre todas esas preguntas había una cuestión que me inquietaba bastante y que me había formulado poco después de descubrir la seducción: si encontraría a la chica de mi vida o seguiría siendo un inconformista como lo había sido hasta el momento.

Era una realidad que tenía que aceptar, a pesar de todos mis defectos. Había algo en mí que me impedía ser conformista con las mujeres. Era algo que no terminaba de comprender exactamente, pero que me sucedía con las chicas con las que había estado hasta el momento.

No había tenido muchas novias, sólo tres formales en toda mi vida —lo demás no había sido nada serio—, y en las tres relaciones había sucedido exactamente lo mismo: se habían echado

a perder por mi culpa. Al principio todo había ido a las mil maravillas, estaba encantado con ellas, pero llegaba un momento en el que sentía que se había perdido la magia y empezaba a sacarles pegos por todos los lados, simplemente para tener yo mismo una excusa que darme a la hora de dejarlas, a pesar de que ellas se portaban maravillosamente conmigo. Yo sabía que era un chico corriente, del montón, pero no podía evitar querer siempre algo más y mejor de cada chica, y esto había afectado tremendamente a mis relaciones de pareja. Cuando pensaba que tenía todo lo que quería, aparecía ese sentimiento de inconformismo que me hacía desear algo mejor, o al menos lo que yo consideraba mejor en ese momento.

Desde que estuve con esa chica que me había tratado sólo como un amigo, quedé con varias que conocí por Internet, e incluso me había besado con ellas. Lo máximo que durábamos juntos era una semana. Me cansaba enseguida y, a pesar de estar con una, ya tenía en mi punto de mira a otra. No lo podía remediar. Quizás estuviese enfermo o sintiese una carencia de cariño con las mujeres en mi infancia que me había hecho desear más allá de mis posibilidades, y veía en la seducción la herramienta que necesitaba para conseguirlo. Me estaba aferrando a un clavo ardiendo, como si fuese mi último tren, el cual no podía dejar escapar.

De unas me gustaba su forma de ser y de otras su físico, pero no había encontrado todavía a esa chica perfecta que combinase una personalidad

interesante con un físico que me gustara. Sobre todo me preguntaba: «Y si la encuentro, ¿le gustaré yo a ella o la perderé?».

Me daba pavor perder a esa chica que aún ni conocía ni sabía si existía o encontraría algún día, pero más miedo me daba todavía cruzarme con ella y no saber cómo mantenerla a mi lado. Necesitaba aprender todo lo que pudiese sobre seducción, y estaba realmente convencido de que eso sería lo que me ayudaría en el momento adecuado.

Había leído que muchos compañeros del foro, cuando empezaban a tener cierto nivel, enseguida encontraban a una chica especial con la que comenzaban una relación y dejaban aparcada su faceta de seductores para intentar ser felices con ella. Eso es algo que me producía cierta envidia, pero había un problema: siempre aparecía el inconformismo de fondo y se me presentaba un dilema. Quería demostrarme a mí mismo que tenía potencial, que podía mejorar las habilidades que había dentro de mí y llevaban atrofiadas tanto tiempo, esperando en silencio a que alguien las engrasase. Quería superarme a mí mismo, eliminar todas las barreras que había ido acumulando a lo largo de los años, conocer miles de chicas y experimentar todas esas cosas de las que hablaban los grandes seductores del foro y que yo aún sólo había podido leer.

En ese momento me veía muy lejos del compromiso con una chica, aunque fuese muy atractiva físicamente o me gustase mucho su personalidad. Estaba convencido de que el estudio de la seducción me ayudaría a conquistar a la chica de mis sueños cuando se apareciese en mi vida, y si todo esto que estaba aprendiendo y me estaba empezando a dar ligeros resultados no me ayudaba, no tenía ni idea de cómo iba a conseguirlo.

Era muy sorprendente para mí empezar a ver las cosas desde una nueva perspectiva, a diferencia de antes, cuando apenas ligaba con las chicas, aquel tiempo en el que me sentía un bicho raro, fuera de lugar, me veía horrible ante el espejo y deseaba con todo mi corazón llegar al punto donde me encontraba en ese momento. Pero ahora que estaba ahí, no sabía si sería capaz de hacer como habían hecho algunos compañeros, si podría parar o querría más y más. Sólo el tiempo lo diría.

Interiorizando conceptos

Era increíble descubrir cómo el estudio de la seducción me iba cautivando cada vez más.

Estaba totalmente atrapado, apenas podía pensar en otra cosa a lo largo del día. Cuando me levantaba por las mañanas pensaba en seducción. En el trabajo también, incluso intentaba probar cosas con las compañeras, y algunas empezaban a mostrar cada vez más interés por mí. Por las noches me conectaba al foro para leer más material que habían publicado otros miembros y alucinar con las cosas que contaban. Hasta soñaba con la seducción.

Había descubierto algo que me había impresionado y que jamás habría pensado que cambiaría tanto mi vida y marcaría en ella un antes y un después. Cada vez me daba más cuenta de la diferencia entre los seductores naturales y los que estudiábamos para ser como ellos. Los naturales hacían las cosas de forma innata, dejándose llevar por su intuición y experiencia. Habían probado algo que les había funcionado y lo usaban hasta la saciedad. Lo tenían completamente calibrado, de ahí su éxito con las mujeres, mientras que los demás, que éramos la gran mayoría, teníamos que poner nombres a las cosas que hacían los naturales con las mujeres, y hasta que no lo etiquetábamos con un nombre, no éramos conscientes de estas habilidades. Conceptos como los «test», los «aros», el «kino», los «indicadores de interés», entre otros muchos, eran simplemente una forma de ser conscientes de las cosas que teníamos que hacer en cada momento, y que nos había costado tanto tiempo descubrir.

Se recurría mucho en el foro a la comparación con la película *Matrix* de los hermanos Wachowski, y en ese momento no me parecía una comparación descabellada, ya que hasta que al protagonista Neo no le cuentan y le muestran cómo es Matrix, realmente no empieza su metamorfosis. Sentía una sensación parecida. Y hasta que no le puse nombre a cosas como tocar a la chica, mostrar interés, besarla..., no comencé a ver el juego que existe entre hombres y mujeres a la hora de intentar seducirlas. Llevaba años jugando a un juego al que no sabía jugar, y al que ganaba tan sólo de casualidad en contadas ocasiones sin saber cómo.

Ahora sí estaba empezando a comprender cómo se jugaba al juego de la seducción, un juego en el que las mujeres nos sacaban milenios de ventaja. Y

es que ellas, desde que yo puedo recordar, siempre habían hablado entre ellas. Iban juntas al baño y se preguntaban las unas a las otras cuando necesitaban ayuda, se pedían consejo. «¿Qué puedo hacer con Pedro?»;

«Me gusta mucho Juan, chicas. ¿Cómo puedo atraer su atención?»; «Manu es un pesado.

¿Cómo me lo quito de encima?». ... son algunas de las cosas que hablan entre ellas.

Me maravillaba dándome cuenta de las grandes diferencias que mostrábamos con las mujeres. Yo jamás había hablado con mis padres sobre chicas, ni tampoco ellos habían sacado el tema. Simplemente tuvimos una pequeña charla sobre el uso del preservativo cuando cumplí los dieciocho años y consideraron que era importante proteger mi salud, además de evitar posibles embarazos, si es que mantenía relaciones sexuales. Y hablar con los amigos sobre estos temas también era algo casi tabú. Si preguntabas a tus amigos «Estoy enamorado de Marta. ¿Cómo puedo atraer su atención?», se reían en tu cara y eras motivo de constantes bromas. Te llamaban mariquita, sentimental, o no dejaban de hacerte burla con que te habías enamorado, y esto te servía de dura lección para no sacar más el tema.

Así me encontraba yo, con veintitrés años y una experiencia con las mujeres mínima. Era algo patético y penoso, pero así había sido mi vida, era lo que me había tocado, y ahora tenía que aparecer un libro para enseñarme lo que no había sido capaz de aprender en años. Era

increíble en la ignorancia en la que había vivido sin darme cuenta y el conformismo que había mostrado ante mi situación, pero esta era la realidad de la gran mayoría de los hombres.

Uno de los conceptos que más me gustaba y había llamado mucho mi atención era el de la preselección, el cual me había puesto en bandeja de plata a la chica que me veía sólo como un amigo tan sólo unos meses atrás. Lo utilicé sin darme cuenta, y ahora, al conocerlo, era consciente de lo que había hecho. Por primera vez en mi vida estaba aprendiendo, interiorizando las nuevas vivencias para hacer las cosas bien más adelante. La preselección aparece cuando una mujer percibe que eres deseado por otras, algo que hace

que automáticamente pases a ser un tío con más valor ante sus ojos, aunque no te conozca de nada. Es como si pasaras el primer filtro para destacar un poco por encima del resto de tíos.

Yo era como un niño pequeño cuando se levanta por la mañana y ve todos los regalos que le han traído los Reyes Magos. Así me sentía, completamente ilusionado con esto e intentando aprender lo máximo posible. Era como una esponja, leyendo y relejendo, preparándome para la práctica que estaba por llegar.

Me había puesto como reto del año nuevo empezar a seducir a las mujeres, aunque no sabía muy bien cómo iba a afrontarlo. Seguía solo y necesitaba encontrar a alguien con quien salir y de quien aprender. Al parecer la seducción no sólo era un simple método para ligar con mujeres, sino que tenía un trasfondo mucho más profundo, que con la práctica reforzaba el carácter y la capacidad de relacionarte tanto con hombres como con mujeres. Ganabas en seguridad y decisión, pero para conseguir todo eso primero había que ponerlo en práctica una y otra vez. Esto era lo más difícil, ya que te arriesgabas a que las chicas te rechazasen. Tenía muchísimas ganas de empezar a hacer cosas: sólo tenía que arrancar y andar el camino, y lo demás vendría solo.

Nuevas perspectivas

A las primeras personas a las que hablé de seducción fueron mi primo Carlos y su mejor amigo, Ángel. Ellos tenían tan sólo dieciséis años. Mi primo, con el que mantenía una relación muy cercana, ya que nos veíamos casi todos los fines de semana desde que éramos pequeños, era un chico realmente introvertido, centrado en sus estudios, sacando unas notas excelentes, pero que apenas se relacionaba con gente desconocida. Quizás estuviese más cerrado que yo a su edad. Por el contrario, su amigo Ángel ya tenía retazos de seductor natural. A pesar de su juventud, había tenido varias novias, y era todo lo contrario a mi primo.

Sin embargo, a pesar de sus diferencias, habían forjado juntos una gran amistad, y se complementaban muy bien el uno al otro.

Y a pesar de que el estudio de la seducción era algo que llevaba

completamente en secreto y que nadie cercano a mí conocía, sentía la necesidad de contárselo a alguien y demostrarme a mí mismo que no era un bicho raro. En casa de mi primo, cuando les hablé de la seducción, los dos alucinaron tanto o más que yo. No podían creer lo que les estaba contando. Les enseñé el foro, mi web y casi al momento se volcaron como yo en el estudio de la seducción.

Todo esto había sucedido a principios de enero de 2008. Mi primo fue una de las primeras personas en leer mi página y darme ánimos para seguir escribiendo. Incluso él y Ángel se

animaron a hacer pequeñas aportaciones de lo que estaban aprendiendo, usando los seudónimos de Cake y Lotty, con los que se habían registrado en el foro de seducción. A finales de enero tuve una conversación con mi primo muy interesante sobre todo lo que nos estaba pasando, y llegué a la conclusión de que el estudio de la seducción me estaba permitiendo ver el mundo con nuevos ojos. Un mundo que siempre se me había presentado de la misma forma, en muy poco tiempo se convertía en otro completamente distinto. Era como quitarse una venda que has estado llevando toda la vida delante de los ojos sin saberlo, y descubrir cosas que antes no habías sido capaz de ver, pero que siempre habían estado ahí, ante tus narices, muy cerca de ti, pero a la vez muy lejos. Me sentía como si fuese otra vez un recién nacido que tenía que aprender a vivir en un nuevo contexto con unas nuevas circunstancias.

Comenzaba a ver el juego de la seducción cada vez más, veía los comportamientos de las chicas hacia mí y hacia los demás, veía su creciente interés, los «test», la «preselección», el

«valor», los «aros», y muchas cosas más que me permitían, al conocerlas, actuar de una forma completamente nueva para mí. Aún era un principiante, pero había conseguido quitar la venda a dos personas sin que se diesen cuenta, permitiéndoles ver por primera vez en su vida, como lo estaba haciendo yo, con sus propios ojos, observando las cosas tal y como son. Cada vez me sentía más como Neo en *Matrix*, cuando vuelve a la vida después de morir tras dispararle a quemarropa el agente Smith, y descubre en ese despertar una nueva manera de ver *Matrix*. Todo comienza a ser diferente.

¿Por qué las mujeres

adoran a los hombres que son el premio?

Todas las mujeres buscan una pareja que tenga personalidad y recursos, lo que los seductores conocemos como el premio. Para conseguirlo las mujeres han desarrollado una gran intuición que les permite descubrir rápidamente cuándo tienen ante sí a un hombre que cumple estas características. Y te aseguro que a este tipo de hombre no lo suelen dejar escapar así como así. No obstante, lo que diferencia a un hombre que es el premio del que se hace pasar por el premio sin serlo, es que el primero nunca dará a las mujeres todos los datos desde el principio, porque sabe que no es necesario para alcanzar sus objetivos.

Sencillamente le dará algunas pistas sutiles con cuentagotas, para que sea la imaginación de la mujer la que se ponga en marcha a su favor y piense en él aunque no esté presente.

En la cultura occidental actual, cada vez más se ha extendido la creencia de que sólo si tienes dinero, varios coches deportivos aparcados en el garaje y tres casas, vas a arrasar con las mujeres, mientras que los que no lo tengan deberán conformarse con las migajas que dejen estos hombres. Es cierto que tener recursos es importante, pero no olvides que la forma de actuar es determinante, ya que los hombres que tienen dinero, casa y coches lo comunican indirectamente

con su comportamiento, sin esperar aprobación por parte de las mujeres a las que quieren seducir. Imagínate que tienes un buen coche y estás preparando una segunda cita con una chica a la que acabas de conocer. Pero no quieres decirle que tienes un buen coche, porque si lo haces pasará de ser algo positivo a negativo: una persona con un buen coche no necesita decir que lo tiene. Aparcas y llegas al punto donde te has citado con ella a pie, para que no sepa si viniste en coche o en transporte público. Jugando con el misterio, le propones dar un paseo juntos. De manera casual os acercáis hasta tu coche y, cuando pases al lado y ella lo mire pensado para sus adentros: «¡Guau! Vaya cochazo», te paras como si nada y le dices: «Espera un momento, me he olvidado las gafas de sol». Entonces abres el coche para cogerlas. En ese instante es un placer ver su cara. Enhorabuena: acabas de ganar mucho valor

ante sus ojos comunicando que tienes un coche sin haberlo dicho.

El hombre que es el premio es capaz de llevar esto a todas las facetas de su vida. Lo anterior es un simple ejemplo de cómo puedes empezar a decir las cosas indirectamente y comprobar los excelentes resultados que ello conlleva. Sin apenas esfuerzo no sólo has conseguido que se dé cuenta de que tienes un buen coche sin haber presumido de ello, como hacen los demás hombres, que buscan la aprobación de las mujeres. Y lo mejor de todo es que a partir de ese momento su subconsciente jugará a tu favor, empezando a imaginar cosas como: «Vaya, seguro que este chico aún tiene muchas más cosas interesantes por enseñarme»; «La verdad es que no me importaría si luego me llevase a su casa»; «Seguro que también tiene una casa grande y bonita»; o «Tengo que estar atenta para que ninguna me quite a este chico». Mi objetivo con estos ejemplos es hacerte ver la importancia que tiene el uso de la sutileza con las mujeres, porque según cómo comuniquemos las cosas, directa o indirectamente, apreciaremos resultados completamente diferentes. A diferencia de los hombres —a nosotros nos gusta que nos hablen de forma clara y directa—, a las mujeres les encanta que un hombre subcomunique las cosas sin tener que decirlas, porque de esta manera permites que su imaginación vuele libremente, algo que sólo puede disfrutar con esa minoría de hombres que son los que siempre se llevan a las chicas, mientras tú les observas, incrédulo, desde tu desconocimiento, pensando que no han hecho nada especial para tener tanto éxito.

Cuando seas capaz de conseguir que la imaginación de las mujeres juegue a tu favor, estarás haciendo que piensen en todas las cosas positivas que hay en ti.

Te aseguro que no pensarán en las malas aunque las haya, porque la imaginación de las mujeres tiende a engrandecer al hombre que es protagonista de sus pensamientos por medio de las fantasías de todo lo que les gustaría sentir y experimentar. Te hacen a sus ojos mejor de lo que quizá seas en realidad. Es lo que se conoce como enamoramiento.

Ya va siendo hora de que dejes que su imaginación y subconsciente comiencen a trabajar por y para ti, en tu beneficio, como nunca antes lo habían hecho. Cuando consigas que las mujeres empiecen a pensar en ti cuando no estés delante, te daré mi más sentida enhorabuena, porque habrás

conseguido que empiecen a verte por primera vez como el premio.

Diario 5

Seguía estancado en mi forma de hacer las cosas, no estaba evolucionando como esperaba.

A pesar de enrollarme con chicas, no dejaba de ser muy similar a la forma en que lo había estado haciendo durante toda mi vida, con mujeres que ya conocía de mi entorno y con las que existía una atracción mutua, pero yo no quería eso. Buscaba crear atracción en chicas a las que de entrada no les habría gustado, a base de saber hacer las cosas bien y jugar en mi favor, para conseguir seducirlas. Ese era para mí el gran reto que seguía sin conseguir.

Además, aunque quería salir a conocer mujeres, me mostraba muy reacio a hacerlo. Sabía que estaba muy solo y limitado en ese aspecto, y cuando llegaba el fin de semana siempre aparecía alguna excusa para no salir a ligar y conocer gente nueva, y prefería hacer los aburridos planes de siempre.

Básicamente me estaba empollando la seducción como no había estudiado jamás en mi etapa escolar y universitaria, pero en vez de cambiar como había esperado, seguía prácticamente igual. Cada vez un poco más consciente de las cosas que antes pasaba por alto, eso sí. Pero mi éxito con las mujeres apenas había variado, y eso me hacía darme cuenta de que simplemente por leer un libro de seducción no me convertiría en un maestro si no hacía algo más. Ya tenía bien claro que tenía que cambiar. Había aprendido todas las cosas que solemos hacer mal los hombres y que tenemos que eliminar de nuestro comportamiento de forma urgente. En ese momento me encontraba estudiando la personalidad del seductor, ese hombre que quería llegar a ser y que se me estaba resistiendo tanto. Porque la teoría era muy sencilla, pero llevarla a la práctica era más complicado de lo que había pensado en un principio.

Obsesionado

Así es como estaba: obsesionado. Sin darme cuenta había caído en una trampa que se estaba convirtiendo en algo negativo en mi vida, todo lo contrario de lo que debería ser. No pensaba en otra cosa que en la seducción.

Me levantaba y me acostaba pensando en seducción. Era como si las demás cosas importantes de mi vida, como mis amigos, mis *hobbies*, mi familia... ya no lo fuesen tanto. Lo más importante era la seducción, mejorar, seducir y convertirme en un gran seductor. No conseguía sacármelo de la cabeza, y cuanto más intentaba no pensar en ello, más pensaba.

Hay un principio fundamental en la seducción, y es que no se puede ser seductor como forma de vida, sin tener otras cosas aparte. Algo así como: «No sólo eres un seductor; tienes

una vida». Yo había caído sin darme cuenta en el grupo de los que ponían la seducción por delante de todo. Era algo sorprendente, pero me había controlado por completo. También es posible que me hubiese dejado controlar por la necesidad y las carencias, creyendo completamente que la seducción cambiaría mi vida. Y así fue, pero me costó mucho tiempo darme cuenta de que había enfocado las cosas en una corriente negativa para mí, que no me beneficiaba en nada, buscando resultados en vez de buscar sentirme bien conmigo mismo.

A muchos compañeros parecía pasarles lo mismo: estaban dejando poco a poco de hacer las cosas cotidianas de su día a día, para dedicarle más tiempo a leer, seducir, postear y hablar casi todo el día de un único tema, la seducción. Sabía que estaba en un grave error al que debía buscar una solución. Tenía que dominar el arte de la seducción, eso era cierto, pero debía continuar con la vida que había llevado hasta entonces, seguir saliendo con mi grupo de amigos, al que estaba dando de lado cada vez más... Tenía que hacer planes interesantes, ver películas, hacer deporte, cualquier cosa que me mantuviese entretenido. La seducción es un aspecto más, no el objetivo de la vida, que era lo que estaba creyendo yo en esos primeros meses del año. La seducción no es un sustituto de todo aquello que hace de tu vida algo único.

Si eliminas lo demás, estás perdiendo atractivo hacia las mujeres, es decir, lo contrario a lo que quieres conseguir.

A pesar de saber qué era lo que tenía que hacer y cómo hacerlo, me costaba tremendamente. Nunca pensé que convertirse en seductor fuese tan complicado. En algunos momentos echaba de menos mi vida de completa ignorancia, porque el conocimiento mal aprovechado no me aportaba la

felicidad que tanto estaba buscando. Y realmente sabía ya muchas cosas, pero estaban tan mezcladas con las creencias limitadoras que traía de mi etapa como frustrado que no sabía bien por qué camino tirar.

El secretismo de la seducción

Había un tema que llevaba varios días dando vueltas en mi cabeza, y en el que no me había parado a pensar hasta que comencé a escribir en mi web. Era el desconocimiento que tenía la sociedad sobre la existencia de una Comunidad de Seductores. Realmente el porcentaje de hombres que conocían en ese momento en España la seducción era ínfimo, menos del uno por ciento de toda la población masculina. Esto me daba que pensar. Demasiados hombres desconocían el estudio de la seducción como un arte, como forma para aprender a mejorar las relaciones con las mujeres. Lo cierto es que las personas que no conocían la seducción, pensaban que era pura manipulación, basada en engañar a las mujeres y cosas por el estilo, una visión errónea y equivocada.

En mi caso, antes de tener conocimiento de que existía una comunidad de hombres que se consagraban al estudio de la seducción, jamás había mostrado ningún tipo de interés en este tema. La causa era el desconocimiento de que la seducción fuese algo que se pudiese aprender y mejorar, no algo que ya estaba ahí inmutable y sobre lo que no teníamos ningún control. Para mí la seducción había sido sinónimo de salir de marcha por discotecas e intentar ligarme a chicas. Esa era mi idea de la seducción hacía tan sólo un año, pero las cosas habían dado un giro de ciento ochenta grados.

Era muy curioso que de todas las personas con las que había comentado por encima el

tema de la seducción, para tantearlas, ninguna sabía de qué le estaba hablando y se mostraban completamente ignorantes ante el tema. El estudio de la seducción en ese momento era un placer reservado a unos pocos que habían tenido la suerte de descubrirla, de una forma u otra. Cada uno lo compartíamos con nuestros amigos o familiares de una forma distinta. Me divertía mucho pensar que si iba a cualquier local a conocer mujeres, seguramente todos los hombres que estuviesen allí no tendrían ni idea de lo

que era realmente la seducción, e intentarían ligar como lo había estado haciendo yo toda la vida, de forma equivocada, esperando a que sonase la campana o a estar en el sitio adecuado, en el momento adecuado.

Si al local le quitábamos ese pequeño tanto por ciento de seductores naturales, que lo eran sin ser conscientes de ello, estaba claro que partía con una gran ventaja sobre los demás. Era como presentarse a un examen que has estudiado bien, mientras el resto de compañeros no lo han hecho, y sólo algunos saben algo sobre el tema porque han prestado atención en clase. La cosa no pintaba nada mal, podía ser muy divertido.

Creía firmemente que la existencia de la seducción era algo que había que transmitir a otros hombres, ya que no aparecía en nuestra vida porque sí. En mi caso fue gracias al boca a boca, cuando Ángel me habló de todo esto. Muchos otros lo habían descubierto por casualidad a través de libros o en páginas de Internet, pero la verdad es que era un conocimiento que había que buscar, sobre todo si querías alcanzar cierto nivel. Había que dar ese pequeño paso que es el comienzo del cambio, un paso que te aleja de ser un perdedor y te acerca un poco más a ser un seductor. Cuando la seducción apareció en mi vida, me costó darme cuenta de la importancia y la repercusión que iba a tener en ella.

Descubriendo la Comunidad de Seducción Internacional

El mes de abril de 2008 trajo muchos cambios en muy poco tiempo. Había conocido recientemente a varios seductores y asistido a un seminario de seducción donde conocí a un seductor que utilizaba el seudónimo de Arcángel en su página web, además de a Raúl, conocido en los foros con el *nick* de Putoamo, y a David, conocido como Guardián. Fue con los primeros seductores con los que empecé a salir para practicar en Madrid. Esto supuso un gran acelerón en mi evolución como seductor. Marcaba el comienzo de una nueva etapa. Tras haber estado casi solo en todo, de la noche a la mañana había comenzado a rodearme de verdaderos seductores y me estaba integrando cada vez más entre ellos, aprendiendo todo lo que podía.

Putoamo me había comentado que él conoció la Comunidad de Seductores a través de un libro que había visto de pasada en una librería y que había captado su atención. Lo había escrito un periodista estadounidense que se

había infiltrado en la secreta Comunidad de Seductores americana. Cuando descubrí la seducción jamás habría podido imaginar que había más personas dedicadas a su estudio, y mucho menos una Comunidad Internacional de Seductores que intercambiaban información y opiniones para descubrir qué era más efectivo a la hora de seducir a las mujeres.

Una de las primeras cosas que descubrí fue que en Estados Unidos también existía un grupo de hombres que se dedicaban a estudiar y practicar, y así mejorar sus habilidades y

tener más éxito como seductores. Era una gran comunidad de hombres que se esforzaban constantemente para superarse a sí mismos y alcanzar sus objetivos. La mayoría se reunían virtualmente en Internet por medio de foros y grupos de MSN, donde organizaban quedadas por los lugares más de moda, para salir juntos a practicar y mejorar las técnicas de ligue.

Habían sido los creadores de la Comunidad de Seducción, que había llegado a España a principios del año 2006, cuando Neil Strauss, el periodista autor de *El Método*, había hecho una gira por Europa para patrocinar su nuevo libro, que estaba siendo un auténtico éxito en Estados Unidos por todo el revuelo que se había montado. Los términos que había aprendido a utilizar me permitían manejar ese «lenguaje secreto» que emplean los seductores para comunicarse entre ellos sin que las mujeres se percaten de lo que están diciendo.

El lenguaje de la seducción

El uso de esta terminología llamó mucho mi atención. A medida que iba investigando más a fondo, aparecían términos como «*HB*», que significa «tía buena»; «*Target*», que era la chica que querías seducir; «*Social Proof*», que significa «prueba social»... toda una terminología utilizada por los seductores, que ellos mismos habían creado y aprendido, para que sólo los pudiesen entender otros seductores y ayudarse entre sí. Es un vocabulario que, sobre todo, sirve para utilizarlo delante de ellas mientras se hace un juego en equipo y que no se den cuenta de nada. La verdad es que era algo que me parecía totalmente increíble, y a la vez muy divertido.

La Comunidad de Seducción se fundó de forma *underground* y secreta en

Los Ángeles. Ross Jeffries, autor del libro *How To Get the Women You Desire Into Bed* (Cómo llevar a la mujer que deseas a la cama) en 1992, fue la persona que dio forma al concepto de «comunidad», al crear un foro donde un grupo de hombres, la mayoría desconocidos entre sí, de diferentes lugares de Estados Unidos, compartían e intercambiaban opiniones sobre técnicas y métodos para seducir a las mujeres más hermosas, con las cuales la mayoría de hombres corrientes sólo podían soñar o ver en catálogos de moda, en portadas de revistas y en televisión.

Cada miembro aportaba sus propias opiniones y experiencias con las mujeres a las que había seducido, o con las que había fracasado, para aprender de sus errores y aciertos unos de otros. Esta Comunidad, a finales de la década de los noventa, era conocida sólo por poco más de una docena de hombres, alumnos de Jeffries en su mayoría. En la Comunidad estadounidense todo iba a pedir de boca.

Pero como suele suceder en muchas ocasiones, surgió un hecho que repercutió en gran medida sobre todos los miembros de la Comunidad americana, y que hizo que los acontecimientos acabaran por descontrolarse: la aparición de la competencia.

Jeffries utilizaba una metodología que denominaba «*Speed Seduction*» o

«seducción rápida», basada en técnicas de programación neurolingüística (PNL) y de hipnosis, un método que al parecer era tremendamente efectivo y rápido de aplicar, como demostraba el propio Jeffries con mujeres muy atractivas a las que seducía en pocos minutos. Sin embargo, era un método que resultaba muy complejo de realizar para sus alumnos, que requerían conocimientos previos de PNL y de hipnosis para conseguir unos resultados similares. Fue este el motivo por el que los alumnos de Jeffries empezaron a fijarse en un nuevo y joven seductor canadiense que iba teniendo cada vez más peso por sus excelentes aportaciones en el foro. Se hacía llamar Mystery, apodo que él mismo se había atribuido como nombre artístico cuando a principios de los noventa realizaba espectáculos de magia e ilusionismo. Mystery propuso una de las primeras alternativas a la compleja metodología utilizada por Ross Jeffries.

A Jeffries se le consideraba un gran maestro de la seducción, un auténtico

experto con las mujeres. A pesar de no ser una persona físicamente agraciada y de que ya pasaba de los cuarenta, era capaz de arrasar con chicas a las que doblaba en edad en lugares como restaurantes y cafeterías, rodeado de sus alumnos, a los que dejaba impresionados con sus habilidades. Sin embargo, todo empezó a trastocarse cuando Mystery apareció en escena, pues revolucionó lo que hasta ese momento había sido una Comunidad de Seducción monopolizada por Jeffries.

Con Mystery se abrió la caja de Pandora a nuevos métodos de seducción.

Erik von Markovik, conocido como Mystery, con apenas veinte años se dedicaba a salir casi todas las noches por diferentes discotecas de Los Ángeles para probar cuál era la mejor forma de atraer a las mujeres con las que se encontraba cada noche. A base de ensayo y error, formó un método que comenzó a compartir con sus compañeros del foro, aportando una nueva forma de seducir a las mujeres, totalmente distinta a la utilizada por Jeffries. Mystery lo llamó

«*Mystery Method*», más conocido en España como estilo indirecto o Método Mystery.

Desde el primer momento, Mystery se había desmarcado como un seductor diferente, a pesar de su juventud. Afirmaba haber encontrado un nuevo método, mucho más efectivo y sencillo de aprender y llevar a la práctica que el que predicaban Jeffries y sus alumnos. Esto hizo que muchos de ellos empezasen a interesarse por las teorías de Mystery, cada vez más populares. Incluso creó su propio foro privado, un grupo de MSN llamado «El Salón de Mystery», donde cada día se reunían más y más seductores que compartían la nueva alternativa para seducir a mujeres atractivas.

La diferencia entre cometer errores

y saber cómo hacer las cosas bien

Conocer en profundidad la «psicología femenina» es, junto a «no cometer los errores típicos» con las mujeres, y «saber cómo hacerlo bien», la base desde la que se forja un buen seductor que se desenvuelve como pez en el agua entre las mujeres. Es imprescindible conocer y dominar estos tres pilares

básicos, sabiendo cómo piensan, ante qué reaccionan, cuáles son los errores que estamos cometiendo una y otra vez cuando intentamos seducirlas y, sobre todo, saber cómo hacerlo correctamente para evitar cometerlos de nuevo en el futuro.

Toda la metodología que utilizo a la hora de seducir a una mujer, y al enseñar a otros hombres a seducir, se basa en estos tres puntos. Cuando seas capaz de usar el conocimiento sobre la psicología femenina en tu beneficio, y de no cometer los errores que te han impedido tener éxito hasta ahora, tu relación con las mujeres mejorará notablemente. Pero ten cuidado y no te precipites. Es imprescindible ir poco a poco para que estos puntos se conviertan en algo cotidiano y natural en tu relación con las mujeres.

Estás a punto de descubrir de una vez por todas en qué estás fallando con ellas, a pesar de poner tu mejor intención. Tienes que olvidar lo que crees que sabes y que no te ha funcionado como esperabas. Es un paso necesario para tu desarrollo como seductor. Primero debes conocer tus debilidades, para poder atajarlas de raíz y ponerles remedio, empezando a hacer las cosas bien desde el principio. Ya sabes que comportándote como un chico bueno con las mujeres has acabado solo en infinidad de ocasiones. O algo incluso peor: has terminado siendo el «eterno amigo», cuando tú realmente querías ser algo más que una simple amistad.

Diario 6

La curiosidad por saber más y más era incontrolable. Tenía miedo y muchas dudas de si sería todo un cuento chino o si sería realmente cierto. Me sentía como una persona enganchada a una droga, y necesitaba más, no podía hacer nada para evitarlo. Estaba cambiando poco a poco a mejor. Simplemente quería tener la oportunidad de mejorar, de descubrir, de aprender, y así me fui metiendo de lleno cada vez más, investigando en Internet, descubriendo páginas que antes no conocía, foros de seducción, hablando con gente que llevaba más tiempo que yo en el estudio de este tema.

Era cierto que en el medio año que llevaba estudiando había dado un salto meteórico hacia delante comparado a como estaba antes de conocer la seducción. No es que fuese un completo perdedor, pero me asemejaba bastante. Ahora, cada vez estaba más cerca de lo que se considera un

seductor, pero sabía que todavía me faltaban muchos desengaños y éxitos para conseguirlo. Aun así estaba contento porque sabía que iba por el buen camino,

cada día estaba un poco más cerca de conseguirlo. Me esforzaba, intentaba mejorar y aprender de mis errores y de las enseñanzas de los demás para ir hacia delante.

Si me dejaba vencer por mis fracasos sin aprender de ellos, terminaría dejando la seducción, como le había pasado ya a muchos otros, y seguiría siendo un perdedor toda mi vida. O algo peor incluso que un perdedor: sabría que me había fallado a mí mismo.

Aprovechaba mi web para enviar mi enhorabuena a todas las personas que seguían esforzándose día tras día y que no habían abandonado el camino de la superación personal.

Porque luchar cada día por mejorar, no sólo en la seducción, sino en la vida, para hacer realidad los sueños, es algo realmente complicado, pero con esfuerzo y constancia cualquier cosa que te propongas puede conseguirse.

Errores típicos con las mujeres

Los errores que comete cualquier hombre que desconoce la seducción son innumerables. Aquí voy a exponerte los más comunes, los que en más ocasiones se repiten a la hora de seducir a una mujer. Seguramente estés pensando: «Sí, todo esto está muy bien, pero entonces, ¿qué tengo que hacer si no puedo hacer lo que hago siempre para intentar ligar?». No te preocupes, amigo: yo también me hice la misma pregunta. Todavía recuerdo la angustiada sensación que me invadió al descubrir que todo lo que estaba haciendo para conocer mujeres era erróneo, y que la única forma de mejorar mi éxito con ellas era olvidando todo lo que sabía, para aprender a hacerlo de nuevo correctamente, partiendo desde cero. Para hacerte el proceso más sencillo de lo que fue para mí, voy a mostrarte la forma correcta de hacerlo, junto a cada error que cometemos, para que no pierdas el interés de las mujeres y sepas cómo tienes que actuar a partir de ahora.

INTENTAR SEDUCIRLA CON LA RAZÓN EN VEZ DE CON LA

EMOCIÓN. Es muy habitual que los hombres intenten racionalizar su forma de comportarse cuando una mujer les atrae, intentando convencerla de que tiene que estar con ellos, o de que merecen la pena, bombardeándola con razones lógicas.

Siento decirte que es un gran error llevar a la mujer a su ámbito racional, donde justificará de este modo todo lo que le digas, y adoptará una actitud defensiva, porque a nadie le gusta que le intenten vender algo que no quiere comprar. La mejor forma de convencer a una mujer de que eres la mejor opción que va a encontrar es haciéndole sentir emociones intensas cuando está contigo. Si eres capaz de despertar emociones en ellas, las mujeres actuarán contigo como no lo habían hecho hasta entonces.

BUSCAR SU APROBACIÓN. Si haces algo con el fin de gustar a una mujer o de ganar su atención, es que estás buscando su aprobación, es decir, que

ella te recompense por algo que has dicho o hecho, lo que condiciona peligrosamente tu comportamiento a sus reacciones. Y también hace que pierda enseguida todo el interés por ti. Recuerda que le estás entregando el cordel al gato, cuando lo que tienes que hacer es actuar como lo harías con una chica que no te gusta nada y por la que no sientes ninguna atracción. Disfruta volviendo a ser como aquel niño que tiraba de las coletas a las niñas, y se reía de ellas en el colegio. No seas de nuevo el otro niño que iba siempre detrás rogando unas migajas de atención.

INTENTAR COMPRARLA. Respóndete a esta pregunta: ¿a cuántas mujeres has hecho regalos, invitado a cenar, a consumiciones en las discotecas, regalado flores... con el objetivo de conseguir algo de ellas y sin que se lo hubiesen ganado? No eres el único. Yo también cometí este error en repetidas ocasiones, pensando que de esta forma me ganaría los favores y la atención de las chicas que tanto me gustaban. Es tremendamente negativo hacer esto si la chica no es tu pareja, sino alguien a quien todavía estás conociendo o incluso acabas de conocer. Cuando intentas comprar a una mujer con regalos o invitándola, estás telegrafando este mensaje: «Sé que no soy suficiente para ti, por eso quizás mi dinero y regalos sí lo sean». Y esto, amigo, es una de las peores cosas que puedes hacer para intentar conquistar a una mujer.

MOSTRAR TUS INTENCIONES ANTES DE TIEMPO. Decirle a una

mujer abiertamente que te gusta antes de haberla seducido, es como contarle el final de una película a un amigo. Perderá todo el misterio y el interés por verla, pasando a hacer otra cosa que le apetezca más. Es de nuevo darle el cordel al gato, en vez de mantenerlo alejado. Si ella no tiene la certeza de si te gusta o no, se generará entre vosotros un misterio que te beneficiará enormemente, y hará que ella deje volar su imaginación.

Ese es el camino que te llevará al éxito. Recuerda que aunque una mujer te guste, no vas a ganar nada con decírselo, pero si se lo comunicas indirectamente, será más emocionante para ella.

DARLE DEMASIADA IMPORTANCIA A LA BELLEZA FÍSICA Y AL DINERO. Si llevas media vida utilizando la excusa de que sólo ligan los guapos y los que tienen dinero para no acercarte a una mujer y seducirla, poco importa que no seas atractivo o no tengas dinero, porque ni siquiera te estás dando la oportunidad de comprobarlo. Es un error que parte de un grave problema de autoestima, en hombres que siempre han querido ser más guapos y tener más cosas de las que tienen y llevado esto hasta sus relaciones, porque creían que así conseguirían de una forma cómoda el éxito del que carecen. Nada más lejos de la realidad. Te lo dice una

persona que ha visto muchos hombres con muy poco atractivo físico que eran capaces de hacer sentir emociones a una mujer y marcharse con ella del brazo, demostrándome que cualquier hombre puede conquistar a una mujer sin importar su apariencia física o los bienes materiales, si sabe cómo hacerlo y no comete errores.

BUSCAR EL SEXO DEMASIADO PRONTO. Cuando te conviertes en un buen seductor y sabes cómo hacer las cosas correctamente, puedes conseguir sexo con una mujer en tiempo récord, incluso acostándote con ella el mismo día que la conoces. Pero si aún no dominas la seducción y le propones sexo antes de que esté preparada o te haya dado señales claras para ello, estarás cometiendo uno de los errores más graves, ya que las mujeres en estos casos suelen tomar la decisión de desaparecer de tu vida sin dar explicaciones. Seguramente te ha sucedido muchas veces: una chica con la que parecía ir todo bien, cuando se acercaba un posible encuentro sexual, sin ningún motivo aparente desaparecía. Te recomiendo que, ahora que estás comenzando tu aprendizaje en la seducción, no intentes ir a la cama demasiado rápido. Deja

que sea ella la que te sugiera un plan que pueda terminar en su casa o en la tuya.

De momento sigue perfeccionando tus habilidades hasta que tengas la destreza y los conocimientos necesarios para poder ser tú el que lleve la batuta del sexo.

CAER EN LA «MONOÍTIS». La monoítis es, en el argot de los seductores, la situación en la que actúas de forma obsesiva con una mujer, con la que has invertido tanto tiempo y energía que algo dentro de ti te impide ya alejarte de ella. Eres incapaz de dejar de invertir esfuerzos en ella y lo que consigues con esto es que se aleje más de tu lado. Si no puedes dejar de pensar en una chica con la que aún no has tenido nada, y estás siempre pendiente esperando que muestre interés por ti, es que has caído en una monoítis. Casi el cien por cien de los hombres han pasado por una o varias monoítis en algún momento de su vida. La mejor forma de salir de la monoítis es empezar a mostrar desinterés, hasta que sea ella la que comience a mostrar interés por ti. Tienes que sacarla de su zona de confort, donde se siente a gusto y cómoda. Tiene que notar que las cosas contigo han cambiado, y que ya no te comportas como lo hacías antes. Debe darse cuenta de que no te tiene asegurado, y que si no actúa puede perderte definitivamente en cualquier momento.

ESPERAR QUE LAS MUJERES VENGAN A TI. Siento ser yo quien te lo diga, pero eso no va a pasar. Si eres de los que aún cree que el amor de su vida aparecerá algún día mientras espera en la cola del supermercado, te

tocará seguir esperando eternamente que suceda ese milagro. En los años que llevo practicando la seducción ninguna chica se ha acercado a mí para echarse a mis brazos, ni ha llamado directamente a mi puerta para meterse en mi cama. He sido yo el que he tenido que salir de casa para conocer mujeres y buscar por mí mismo a esa chica especial. Lo que no hagas por ti mismo, no te lo van a traer el destino ni la suerte.

Los verdaderos seductores no son los que esperan estar en el sitio adecuado en el momento adecuado, sino los que van a por la chica que quieren, cuando quieren, y consiguen seducirla.

NO CONOCER LA SEDUCCIÓN. Jamás habrías pensado que esto podía ser

un error, ¿verdad? Seguramente es porque ni siquiera conocías la existencia de la seducción, ya que nadie se había molestado en enseñártela. Te has tenido que buscar la vida lo mejor que has podido para intentar seducir a las mujeres, pero con un éxito casi nulo. La interacción que se produce entre un hombre y una mujer está llena de pequeños matices y detalles similares a un juego de dos jugadores: tú y ella. Hay unas reglas y normas que debes conocer para ser un buen jugador. Y si, por el motivo que sea, no las conoces, estás jugando en clara desventaja, perdiendo en la mayoría de ocasiones, como te ha sucedido una y otra vez a lo largo de tu vida. Al menos ahora ya estás haciendo algo para cambiar todo eso, aprendiendo la psicología femenina, cuáles son los errores más comunes que cometemos con las mujeres y cómo no repetirlos.

Ser un chico bueno, no producir emociones a una mujer, buscar su aprobación constantemente, intentar comprarla para ganar su favor, ser demasiado evidente con tus intenciones, dar más importancia al físico de la que tiene, buscar el sexo antes de tiempo, caer en una monoíitis, esperar a que sean ellas las que te seduzcan, no conocer la seducción... ¿Te sientes identificado? Si aún no te has dado cuenta, realmente las mujeres no nos están rechazando por culpa de nuestro físico, como hemos creído siempre, haciendo de ello una forma fácil de consolarnos ante nuestros fracasos. Nos rechazan por las cosas que hacemos de más o por las que no hacemos cuando deberíamos. Lo que quiero hacerte ver de una vez por todas es que simplemente si evitas cometer estos errores tu nivel de éxito con las mujeres mejorará un 200 por ciento. Empezarás a ver reacciones y a llegar a situaciones que no viviste jamás. Con la práctica ganarás la experiencia necesaria para hacerlo cada vez mejor y más rápido y conseguir así los resultados deseados. Por lo tanto, es innegable que saber seducir te ahorrará en un futuro mucho tiempo, dinero y grandes disgustos, cosas que hasta el momento has estado derrochando al intentar conquistar a una mujer sin éxito.

Pero te voy a contar un secreto: para seducir a las mujeres hace falta algo más que no cometer errores y conocer la psicología femenina. Para seducir a las mujeres, los requisitos imprescindibles que no pueden faltar en un buen seductor y que son los que diferencian al que no conoce la seducción del que

realmente seduce a las mujeres son: ser feliz, tener un gran control de las propias emociones y mostrar una actitud correcta. Si en tu vida no eres feliz o tienes problemas de cualquier tipo, a la hora de conocer mujeres vas a subcomunicarlo con un lenguaje no verbal poco atractivo, con ojos tristes y sin chispa, no siendo capaz de sonreír sinceramente, llevando los hombros caídos y la espalda encorvada. Esto hará que las mujeres te rechacen sin pensárselo dos veces, sin darte la oportunidad de conocerte mejor, dejándote fuera de juego antes siquiera de haber saltado al campo, y este es el problema que vamos a empezar a trabajar en profundidad a continuación.

La verdad siempre es dura. Para mí, conocer la realidad en la que me encontraba fue un duro revés que me bajó de las nubes a la vida real. Sin embargo, te aseguro que es mejor conocer la verdad que vivir engañado en una mentira, sin control sobre lo que te sucede y las circunstancias que te rodean.

Lo primero que tienes que hacer para convertirte en un gran seductor es corregir y poner en orden tu vida personal. Una vez que hayas hecho esto, puedes pasar a aprender y practicar activamente la seducción para conseguir el éxito con las mujeres. Para saber cómo conseguirlo, voy a dar por concluido el aprendizaje de los primeros pasos para abordar las técnicas del juego interno y la actitud adecuada.



III

Juego interno y actitud

¿Qué es el juego interno?

Para hacer las cosas bien, antes de aprender a hacerlas es imprescindible trabajar primero sobre nosotros mismos a un nivel interno y más profundo, ya que todo lo que sintamos internamente será lo que transmitiremos con nuestro lenguaje corporal, y marcará nuestra forma de actuar frente a una mujer al intentar seducirla. Algo que sorprende a la mayoría de hombres que se inician

en el estudio de la seducción es la importancia que tiene el poseer un buen juego interno, cuando se preguntan por qué las técnicas no les funcionan igual de bien que a otros seductores más experimentados. Esto se podría comparar al dicho de

«no se puede empezar a construir la casa por el tejado». Este es el principal motivo por el cual sólo un número muy reducido de estudiantes llega a alcanzar un nivel aceptable en la seducción. El problema es que conocen en profundidad la teoría básica, pero carecen de una base interna sólida para llevarla con éxito a la práctica, desmoronándose como castillos de naipes ante el menor contratiempo que se les presenta.

El juego interno es todo lo que sentimos interiormente cuando estamos con una mujer, transmitiéndolo al exterior a través de nuestro comportamiento y del lenguaje corporal. Cuando una persona no posee un buen juego interno, las mujeres lo perciben como algo evidente. Por ejemplo, si siente nervios, la forma inconsciente que tiene nuestro cuerpo de exteriorizar lo que está sintiendo en ese momento sería con un temblor, o quizás hasta un tartamudeo. Cuando estás con una mujer que te gusta y no tienes un buen juego interno, te invaden esos nervios que producen el miedo y la necesidad y que te impiden disfrutar de una agradable interacción.

Diario 7

Hay un término conocido como «pavoneo» que consiste en llamar la atención de la gente utilizando una apariencia llamativa o exótica para destacar en un entorno concreto. Me había fijado en que Putoamo y Guardián utilizaban siempre el pavoneo en sus salidas. Putoamo solía llevar una corbata blanca muy finita y un collar también blanco, como esos que puedes encontrar en la playa, con piedrecitas, Guardián llevaba sombrero y un colgante con un símbolo de metal, y me di cuenta de que yo no llevaba nada. Ni siquiera había caído en ese detalle porque nunca había practicado con personas que conocieran la seducción. Incluso algunos seductores, los más atrevidos, se pintaban la raya de los ojos, se ponían piercings y usaban ropa llamativa.

Estuve preguntando a los compañeros del foro, pidiendo consejos sobre este tema y buscando referencias por Google. Al final encontré al inventor del término «pavoneo», que no era otro que Mystery, el maestro del pavoneo.

Decidí que tenía que dar un toque seductor a mi anticuado vestuario y llamé a mi primo Carlos para que me acompañara a varias tiendas en las que vendían ropa moderna y accesorios para hombre. Me compré una camisa morada con brillo que me encantó nada más verla, para combinarla con una corbata blanca y fina como la de Putoamo. También me compré varios anillos y una pulsera ancha de cuero estilo rockero, además de un colgante con diferentes abalorios que le daban un toque antiguo. Ya estaba listo para pavonearme como mis compañeros y hacer mi imagen más llamativa y atractiva para las mujeres. Y quizás así alguna me hiciese más caso o incluso se acercase ella a mí.

Ese día me lo pedí libre en el trabajo. Comí en casa de mi primo, con mi tía y una chica americana que se llamaba Virginia. Era de Washington, tenía la piel clara, el pelo largo y liso, ojos castaños y una sonrisa de dientes blancos y bien colocados. Era guapísima. Mi primo Carlos y su amigo Ángel llevaban días hablándome de ella, y hasta que no la vi en persona no les di la razón. Se me ocurrió invitarla a salir por Madrid, ya que en un par de días tenía que volver a Estados Unidos, y además era una oportunidad de oro para practicar un poco mi pésimo inglés. Ella aceptó encantada al saber que era el primo de Carlos. Quedamos en salir el sábado por Madrid. Iría a recogerla a casa. Llamé a Bruno para contarle que había quedado con Virginia y que necesitaba que me hiciese el favor de acompañarme a recogerla con el coche a la casa de mi tía y luego ir todos a Madrid, donde quedaríamos con Putoamo y Guardián para que les conociese.

Tenía que aprovechar la ocasión para estrenar mis nuevos accesorios y sacar del armario mi ropa de seductor. Me puse la camisa morada con unos pantalones vaqueros y zapatos. Le pedí a mi padre que me ayudara con el nudo de la corbata, con los anillos, la pulsera y el collar, ya estaba listo para salir. Mirándome al espejo me sentía raro. Verme con todos aquellos accesorios que nunca antes me había puesto era algo diferente. Me veía extravagante, quizás un poco fuera de lugar, pero así eran las cosas. Tenía que ver cómo me sentía seduciendo y cómo reaccionaban las chicas. Bruno pasó a recogerme y fuimos a buscar a Virginia. Estaba verdaderamente impresionante. La había conocido sin arreglar y me había parecido preciosa, pero ahora, con un vestido de noche y maquillada, a Bruno y a mí se nos caía la baba.

Fuimos al centro de Madrid, a la plaza de Santa Ana, donde nos reunimos con Putoamo y Guardián, que también alucinaron con la belleza de Virginia. Decidimos ir primero al O'Neill's, un bar irlandés de dos plantas que estaba muy de moda y que se llenaba de extranjeros todas

las noches, bebiendo cerveza Guinness. Virginia parecía un poco cortada, y era normal, allí sola con todos nosotros, cuatro tíos bastante raros —porque parecíamos de todo menos normales—, pero poco a poco se fue relajando y divirtiéndose en nuestra compañía.

Terminamos en el Mikonos, donde ella se tomó un par de copas y empezó a desinhibirse, como suelen hacer todas las *quiris* que salen de fiesta por España: beber hasta emborracharse y así poder hacer sus locuras y pasarlo en grande. Como yo no bebía alcohol, me daba perfecta cuenta de que era un momento ideal para aprovecharme de la indefensa Virginia, que se dejaba querer, se reía como una niña, saltaba, bailaba y no paraba quieta: era una locura verla. Quería besarla y enrollarme con ella, pero me vino a la cabeza la imagen de la amiga de Sandra, una chica con la que me había enrollado en carnavales cuando estaba con unas copas de más, aprovechándome de la situación en mi beneficio, y me di cuenta de que eso no era seducción. Si me enrollaba así con Virginia, no sólo podía sentirse mal e incómoda a la mañana siguiente, sino que yo sabría que no había sido algo «legal», que seguía haciendo lo que había estado haciendo hasta el momento: aprovecharme de las situaciones en vez de saber jugarlas. Al final decidí que era mejor no hacer nada. Bruno se había tomado algunas copas y no estaba en situación de conducir. Le dije que había que llevar a Virginia a casa, y él me dijo que si quería podía llevar su coche hasta mi casa mientras a él le bajaba un poco el alcohol que había tomado para poder acercarse luego a Virginia.

Nos despedimos de Putoamo y Guardián, que decidieron quedarse un rato más en la Fontana de Oro, un local que a última hora se llenaba de *quiris* borrachas porque era uno de los pocos que cerraba a las seis de la mañana. De camino al aparcamiento, Bruno cogió de la mano a Virginia, que iba bastante perjudicada, nos subimos en el coche, yo al volante y ellos dos en el asiento de atrás. Di por sentado que acabarían enrollándose. Al menos era lo que Bruno llevaba intentando toda la noche, y Virginia, en el estado en el que estaba, no creía que le pusiese ningún impedimento. Pero a pesar de todo no

se enrollaron, Bruno no se atrevió a lanzarse. El miedo a besarla fue más fuerte que las ganas, y estaba seguro de que si se hubiese lanzado y la hubiese besado, podría hacerse acostado con ella fácilmente en el descampado que había al lado de mi casa. No paso así. Yo no lo intenté porque no quería aprovecharme de una chica bebida, y Bruno no se atrevió a besarla por miedo al rechazo. Así quedó mi primera noche de seducción con mi nuevo vestuario: había vuelto a casa sin besar a una chica que me encantaba, pero al menos sabía que podría dormir tranquilo porque había sido fiel a mis nuevas ideas y estaba empezando a pensar y a actuar de una forma diferente a como lo había estado haciendo.

El miedo y la necesidad

Para dar un paso de gigante en tu aprendizaje como seductor es vital que conozcas lo que no está funcionando y que estás haciendo mal a la hora de seducir a las mujeres. La respuesta a estas dos cuestiones se resume en dos conceptos: el miedo y la necesidad. El miedo es lo que te impide avanzar cuando deberías hacerlo, y la necesidad es lo que te hace avanzar más de la cuenta cuando deberías detenerte. Es algo que estás viviendo a cada momento de tu vida,

y si te paras a prestarle atención comprobarás que se repite una y otra vez.

El miedo es lo que te impide hablar con esas mujeres que tanto te gustan. Es lo que no te deja mantener la mirada y sonreír, ni tampoco hablar con soltura con una mujer a la que acabas de conocer. En una infinidad de situaciones en las que te gustaría desenvolverte mejor con las mujeres, no eres capaz de hacerlo por culpa del miedo.

La necesidad te lleva a ser incoherente. Hace que lo intentes demasiado. Te hace hablar más de la cuenta cuando deberías estar callado, o estar pendiente y buscar su aprobación, entre otras cosas. Si muestras necesidad, antes o después te pasarás de la raya y ella se sentirá agobiada, desaparecerá de tu vida y sumarás una frustración más en tu larga lista de fracasos.

Uno de nuestros objetivos es trabajar sobre estos dos conceptos para conseguir erradicarlos de tu vida, y así mejorar tus relaciones con las mujeres de una vez por todas. Libérate del miedo que te impide avanzar con

naturalidad cuando estás con una mujer y aumenta la autoestima para sentirte a gusto en su compañía. No sientas la necesidad de forzar la situación hasta el punto donde quieres que llegue: déjala fluir y disfruta de la magia de la seducción entre un hombre y una mujer, sin sentir miedo ni necesidad, y las mujeres harán cola para estar contigo.

Diario 8

La Comunidad de Seductores americana se había fragmentado completamente en dos partes bien diferenciadas, y que muy poco tenían que ver la una con la otra, aunque sus objetivos fuesen los mismos. Por un lado estaban los seguidores de la «seducción rápida» de Jeffries, basada en el uso de la PNL y la hipnosis, y en el otro lado se encontraban los seguidores del Método Mystery, que tuvo su mayor crecimiento y popularidad cuando Mystery, junto con Neil Strauss, conocido como «Style», y varios alumnos que habían asistido a sus primeros seminarios, formaron lo que se conoció como Proyecto Hollywood. Alquilaron un lujoso chalet en Hollywood donde asistían miembros de la Comunidad de todas partes del mundo para participar en los talleres prácticos que impartían Mystery y Style en las discotecas de Los Ángeles.

Cuando parecía que las cosas no podían ir peor para Jeffries, y su popularidad en la Comunidad americana decrecía por momentos, sufrió otro gran revés cuando, después de la división, se produjo la separación y el distanciamiento de Eben W. Pagan, conocido en la Comunidad primero como «Sisonpyh» («hypnosis» al revés) y a partir de 2001 como «David DeAngelo». Era uno de sus mejores y más antiguos alumnos, pero por varias diferencias con Jeffries decidió finalmente separarse de este y recorrer su propio camino, compartiendo sus propias ideas y teorías, creando una nueva alternativa a las ofrecidas por Jeffries y Mystery.

DeAngelo era empresario y experto en *marketing* y ventas. Decidió orientar estas habilidades al ámbito de la atracción de mujeres, y dejó de lado el uso de la PNL y la hipnosis

de Jeffries para confiar más en lo que él denominó «Cocky & Funny» (engreído y gracioso). Se basaba en que había comprobado que las mujeres se sentían especialmente atraídas hacia el tipo de hombres que mostraban una

personalidad C&F. Es decir, los que poseían unas características notables de liderazgo, confianza, humor e independencia, que les hacían mostrarse con un toque arrogante y divertido que tanto atraía a las mujeres. La figura del C&F

David DeAngelo la descubrió simplemente basándose en la observación directa de los seductores naturales.

Uno de los mayores problemas con los que se encontró DeAngelo al compartir su método de seducción fue que la mayoría de los hombres no disponían de un conocimiento profundo del comportamiento y la psicología femeninas, lo que les hacía obtener peores resultados con ellas. DeAngelo se consagró como maestro de la seducción publicando su metodología para seducir a las mujeres, con el título de *Double Your Dating* (Dobla tus citas).

No sólo Mystery y David DeAngelo destacaron como nuevos maestros de la seducción dentro de la Comunidad americana. También empezó a sobresalir Wayne Elise, conocido con el apodo de «Juggler», uno de los miembros más antiguos de la Comunidad junto con Jeffries.

También fue, después de Mystery, el segundo seductor en impartir seminarios y talleres prácticos en Estados Unidos, con una metodología que nada tenía que ver con ninguno de los tres anteriores.

Juggler basaba su método en la conexión emocional con las personas, evitando el uso de cualquier material preparado, que no facilitaba la conexión entre hombre y mujer. Se basaba en la tensión sexual entre los dos, partiendo de la conversación, ayudado por un toque de diversión. Es lo que Juggler llamaba «ciencia del carisma».

Esta Comunidad de Seductores que se hacían llamar a sí mismos *Pick-Up Artists* (artistas del ligue), en la que iba ganando cada vez más peso y fuerza el Método Mystery sobre el resto, y en la que se daba por concluido el monopolio de Jeffries, al poder optar los nuevos y antiguos miembros por otras metodologías diferentes para seducir a las mujeres, se hizo mundialmente conocida en 2005 a través del periodista y escritor Neil Strauss.

Ejercicio práctico

para eliminar el miedo y la necesidad

Para deshacernos del miedo y la necesidad haremos hincapié en cómo hacer las cosas correctamente. Porque si conoces diferentes formas de acercarte a una mujer, cómo conversar con ella y cómo besarla, que son los momentos más críticos de la interacción a la hora de seducir a una mujer, no deberías sentir ningún tipo de miedo ni de necesidad. Ambos vienen producidos en la mayoría de las ocasiones por pura ignorancia. Por el contrario, si tienes conocimientos sobre un tema en concreto, te mostrarás siempre más seguro en ese ámbito. Pues con la seducción pasa exactamente lo mismo.

Aunque en ocasiones no basta con saber cómo hacerlo, y en esos casos recurrimos a recursos y técnicas de autoayuda y psicología, como pueden ser la

PNL (la programación neurolingüística), la EFT (técnicas de liberación emocional) o la autohipnosis, entre otras. Para facilitarte el camino voy a enseñarte un sencillo ejercicio de EFT, que utiliza la técnica del *tapping* para su aplicación práctica en nosotros mismos o en los demás. El *tapping* consiste en golpear repetidamente con la yema de los dedos índice y corazón en determinados meridianos energéticos del cuerpo. El objetivo es movilizar las emociones negativas para que dejen de perjudicarnos. No te preocupes si no conoces la técnica: no es necesario dominarla en profundidad para realizar este ejercicio. Te iré guiando paso a paso para que puedas realizarlo en cualquier situación y lugar, siempre que sea necesario.

Este ejercicio de *tapping* se puede aplicar en situaciones en las que el miedo te produzca una ansiedad incontrolable, como puede ser cuando te acercas a hablar con mujeres muy atractivas. Cuando entres en una discoteca llena de gente y veas a un par de chicas que te parezcan realmente guapas, lo habitual es que empiece a crecer en ti cierta ansiedad paralizante que te seca la boca y hace que te suden las palmas de las manos. Quieres acercarte a hablar con ellas, pero no sabes cómo hacerlo y el miedo se apodera irremediabilmente de ti. Justo en ese momento aprovecha para fijarte bien en todo lo que te rodea, el local, la música, el lugar donde están ellas y cualquier cosa que consideres necesaria para recordar ese momento de ansiedad antes de realizar el ejercicio. Ahora ya dispones de una imagen mental de la situación que te ha producido ansiedad. Lo que tienes que hacer a continuación es dirigirte al

baño y buscar una cabina que no esté ocupada, donde puedas permanecer unos momentos a solas y tranquilo.

Siéntate en la tapa, si la hay, o permanece de pie, como prefieras. Recuerda la situación de ansiedad que acababas de experimentar. Cierra los ojos y revívela con todo lujo de detalles en tu mente. Imagínate a ti mismo acercándote con decisión a ellas para iniciar una conversación. Ayúdate de cualquier elemento (sonido, imágenes, sensaciones) para sentirte como si estuvieses allí, para hacer la imagen mental lo más real posible. Con esto conseguirás alcanzar el punto máximo de ansiedad, algo necesario para poder combatirla.

Si lo estás haciendo correctamente, sentirás la sensación de ansiedad reflejada en alguna parte de tu cuerpo. Hay personas que notan una presión en el pecho, otras un cosquilleo en el estómago, o un ligero temblor, mientras que a otras les sudan las manos o se les seca la boca.

En ese preciso momento debes comenzar a golpear repetidamente con las yemas de los dedos en la parte blanda que hay en el dorso de la mano, entre la muñeca y el dedo meñique. Si eres diestro, hazlo sobre la izquierda, y si eres zurdo, en la derecha. Al mismo tiempo repite en voz alta o interiormente la frase:

«Aunque siento esta ansiedad, me relajo y me acepto completa y profundamente».

Hazlo un mínimo de tres o cuatro veces. Lo que consigues al repetir esta frase es

romper el estado de ansiedad producido por el miedo, y superarlo a través del ejercicio de *tapping*.

Una vez hecho esto, respira durante unos segundos y repite de nuevo la frase, pero cambiando el punto donde golpeas. Ahora con los dedos índice y corazón vas dando pequeños golpecitos en el índice de la otra mano, luego en el dedo corazón y luego en el meñique, saltándote el anular.

Cuando termines con la mano, cambia la frase por «Este estado de ansiedad»,

que tienes que repetir mientras vas golpeando los puntos meridianos del cuerpo por este orden. Sólo hay que hacerlo con una mano.

1. Al final de las cejas, a la altura del entrecejo.
2. Debajo de las sienes, a la altura del ojo.
3. Debajo de los ojos, junto a la nariz.
4. En la concavidad del labio superior.
5. Debajo del labio inferior, por encima del mentón.
6. En la clavícula, casi en el centro del pecho.
7. Debajo de la axila, donde comienzan las costillas.
8. Vuelves de nuevo al punto inicial, en la parte blanda del dorso de la mano, donde comenzaste a golpear.

Este es el ciclo de los puntos meridianos que debes golpear. Lo más importante es que no dejes de repetir la frase mientras golpeas todos los puntos uno detrás de otro.

Te recomiendo que hagas varias pruebas cuando estés cómodamente en casa, para recordar los puntos. Si se te olvida algún punto, no te preocupes: hará el mismo efecto. Al golpear estos puntos y repetir la frase una y otra vez, lo que estás consiguiendo es desconectarte por unos momentos de tu parte racional, que es la que ha creado la situación de ansiedad producida por el miedo. Al conectar con la emoción negativa a través del ejercicio estás permitiendo que la ansiedad se vaya disipando hasta que deja de afectarte.

Como puedes ver, es un ejercicio de *tapping* aplicado a la seducción que te llevará menos de dos minutos realizarlo y que podrás aplicar en cualquier situación que te produzca ansiedad.

Y aunque cuando salgas del baño esas chicas ya no estén allí, no tienes que preocuparte, porque la ansiedad habrá desaparecido y a partir de ese instante conocer mujeres será mucho más sencillo.

Diario 9

Las cosas no siempre eran tan bonitas como parecían. A medida que me introducía más profundamente en la seducción, empezaban a aparecer cosas que me entristecían: los malos rollos entre seductores, que en un principio me habían pasado totalmente desapercibidos, pero que cada vez se hacían más evidentes.

Cuando descubrí la existencia de la Comunidad estaba tan sobrepasado por los acontecimientos que no era capaz de fijarme en los pequeños detalles que iban apareciendo cada vez de forma más constante. Era como descubrir de la noche a la mañana que en el armario de tu casa se encuentra el mundo de Narnia, pero en vez de seres fantásticos, había chicas que te hacían caso y te escuchaban, que reían tus ocurrencias y no te daban largas. Un lugar donde eres capaz de conseguir lo que quieras.

Al principio estaba completamente eufórico, con un subidón impresionante de adrenalina, como un niño cuando encuentra en el fondo del cajón un juguete nuevo del que no se había percatado hasta ese momento, y se vuelve de un día para otro su juguete favorito. También es verdad que estaba aún empezando y todavía me sentía lleno de dudas e inquietudes, de preguntas que necesitaban respuesta, una respuesta sincera y clara a todo lo que pasaba por mi cabeza.

Al parecer no todos habíamos descubierto la seducción de la misma forma. Ni me había parado a pensar un solo segundo que pudiesen existir otros maestros de la seducción repartidos por el mundo. En esos momentos estaba empezando a conocer poco a poco la Comunidad. A medida que leía sobre seducción mi euforia inicial se iba rebajando cada vez más. La seducción se presentaba como un gran abanico de posibilidades, que se iba abriendo poco a poco, mostrando al principio sólo una parte y, a medida que iba aprendiendo, iba viendo más y más. Llegó un momento en el que creía haberlo visto todo, pero entonces aparecía algo nuevo para sorprenderme.

En los primeros tiempos había visto tan sólo la punta del iceberg. Después aparecieron en escena Arcángel y Putoamo. Investigando un poco más di con Víctor Malvado, un seductor inglés afincado en Madrid que también impartía talleres de seducción utilizando un estilo bastante directo y con técnicas de

PNL. Más tarde descubrí a Naxxos, un seductor colombiano, psicólogo que se había colocado en cabeza como un referente de seducción en Latinoamérica. Luego di con el Foro de Seduccionistas, y por último di con los seductores americanos más famosos del momento.

Así se iba abriendo mi abanico de posibilidades, que parecían no tener fin. Pero había algo que me preocupaba, y era que a medida que descubría nuevas cosas me iba dando cuenta de que algo no encajaba. Al principio había pensado que era una comunidad en la que reinaba el buen rollo. Cuando publicaba mis primeros post en los foros y la gente corría a ayudarme y a darme respuestas, todo parecía positivo. Sin embargo, enseguida empecé a observar que la gente se criticaba duramente entre sí. Incluso muchos no se podían ni ver, y con sólo citar el nombre de la otra persona empezaban a discutir. Era una locura.

Desconocía los motivos de cada persona para opinar negativamente sobre otra, y tampoco me interesaba saberlos. Bastante tenía con mis preocupaciones. No quería participar de esa parte negativa de la seducción en la que era tan fácil caer. Prefería mantenerme al margen y seguir creyendo que los cuentos siempre tienen un final feliz, y que todo en la seducción era maravilloso, como al principio. Incluso las calabazas que me daban las mujeres.

Al parecer en el foro había compañeros que no podían aguantarse y casi siempre estaban discutiendo. Uno de mis sueños era ver la Comunidad española unida, todos juntos trabajando

con un mismo objetivo, dejando de lado las peleas, las envidias y la competencia. Pero se hacía difícil cumplir ese sueño utópico y establecer un proyecto en común para ayudar a todas las personas que entraban cada día a la Comunidad y que poco a poco iban descubriendo la seducción, como era mi caso.

Los coleccionistas de la seducción

Desde que había descubierto la Comunidad de Seducción Internacional me había dedicado a buscar información sobre nuevos seductores, sobre sus teorías y métodos. Era impresionante observar la cantidad de maestros de la

seducción que existían, y cada uno proclamaba un método totalmente distinto al de los demás, aunque todos con el mismo fin: seducir a las mujeres. Aparte de Style, Mystery o David DeAngelo había otros como Gunwitch, Badboy o Tyler Durden. Gracias a mis compañeros Putoamo y Guardián seguía conociendo a los más relevantes y con más peso en la Comunidad, abriendo mis horizontes de conocimiento de una forma increíble en menos de un año dentro del mundo de la seducción.

Echando un ojo por Internet di con el blog personal del criticado Ross Jeffries, titulado *Ross Jeffries Uncensored*, el cual me enganchó rápidamente por sus opiniones sin pelos en la lengua sobre la seducción.

Jeffries afirmaba que durante el tiempo que llevaba en la Comunidad había conocido a muchos estudiantes de la seducción, de un tipo particular, a los que denominaba

«coleccionistas». Son los que se dedicaban a coleccionar información sobre seducción, webs de seductores, libros, vídeos... pero no hacían nada con esa información. Tenían los conocimientos necesarios pero no eran capaces de llevarlos a la práctica con las mujeres. Sólo se dedican a coleccionar, a aprender más y más sin ningún resultado.

Lo único que conocía de Jeffries era la interpretación que había hecho Neil Strauss de él en su libro, pero a medida que buscaba información por mi cuenta en su web personal me iba dando cuenta de que era una persona con muchas cosas que decir, le gustase a la gente o no.

Y a mí, personalmente, la teoría de los coleccionistas de la seducción me llamó bastante la atención, porque estaba empezando a conocer muchos casos de compañeros que hacían lo mismo. Se nutrían de información sobre seducción, pero no ponían en práctica nada de lo que aprendían. Por ese motivo no llegaban a comprender del todo las cosas que leían. Era una pescadilla que se mordía la cola.

Jeffries intentaba con sus críticas concienciar a la gente para que dejase el coleccionismo de información y comenzase a salir de casa a conocer mujeres y poner en práctica lo aprendido. Sólo así se podía comprobar si realmente funcionaban las técnicas o sólo era algo que sucedía en los libros. Cuando

empezaran a practicar, dejarían de ser coleccionistas para convertirse en seductores.

Tus peores enemigos: los cinco miedos básicos

En los años que llevo estudiando la seducción he podido descubrir cuál es el principal problema que impide a un hombre seducir a una mujer. En todos los hombres, en mayor o menor intensidad, aparecen cinco miedos que le boicotean cuando intenta ligar. He trabajado duramente para aprender a eliminar estos miedos y así poder enseñar con efectividad a otros hombres cómo seducir con éxito a las mujeres. El objetivo es la eliminación completa de estos miedos, utilizando para ello técnicas de autoayuda como las que he citado en el apartado anterior. He comprobado que si sabes cómo hacer algo, el miedo irá remitiendo progresivamente hasta desaparecer, y te convertirás en un experto seductor, irresistible para las mujeres.

Antes de seguir avanzando quiero presentarte esos cinco miedos y mostrarte cómo te han estado perjudicando sin que te dieras cuenta. Alégrate por haber llegado hasta aquí, pues el simple hecho de ser consciente de que estos miedos existen ya es un gran paso para trabajar en su desaparición y seguir hacia delante en tus renovadas y futuras relaciones con las mujeres.

1. MIEDO A NO SABER CÓMO INICIAR UNA CONVERSACIÓN. Es el primer escollo en el camino, y uno de los miedos más notables cuando queremos ligar con esa chica guapa que tanto nos gusta. Está ahí mismo, al alcance de tu mano, pero no sabes cómo acercarte a ella y eso hace que te veas incapaz de hacerlo. Empiezas a ponerte excusas, pensando que te rechazará, momento en el que aparecen los nervios y la ansiedad se apodera de ti. Al final no te decides a dar el paso de acercarte y ella se marcha con sus amigas, sumando una nueva frustración en la lista, que te deja con un terrible sabor de boca.

2. MIEDO A NO SABER QUÉ DECIR. Si por suerte, o gracias al alcohol, has conseguido superar el primer miedo, y te has acercado a esa chica, rápidamente hará su aparición en escena un nuevo miedo. A la vez que hablas con ella, estás demasiado preocupado de que no se aburra, y temes quedarte en blanco. Querrás seguir hablando por todos los medios mientras la angustia

te atenaza la garganta. Empezarás a ponerte nervioso y echarás por tierra la interacción, marchándote de allí lo más rápido posible y quedando fuera de juego.

3. MIEDO A QUE TE VEA COMO UN AMIGO. Está claro que tú no quieres más amigas. Lo que quieres realmente es seducirla y acostarte con ella. El problema surge cuando, por no haber creado tensión sexual entre vosotros, te mete dentro del grupo de los amigos, lo que quiere decir:

«Con este chico no voy a tener nada». Y esto te frustra tremendamente, viendo una vez más cómo el chico que es el premio se va con la chica, y tú no has podido hacer nada para impedirlo. Para cualquier seductor, convertirse en el eterno amigo de las mujeres es peor que el más duro

de los rechazos.

4. MIEDO A BESARLA. En contadas ocasiones, sin saber cómo ni por qué, suena la campana y te encuentras de casualidad en ese punto en el que sientes que le gustas. Los dos estáis cómodos hablando y riendo juntos.

Lo estáis pasando realmente bien, y cualquiera que os vea pensará que ya es tuya. Tú también lo crees así, pero no te atreves a besarla: hay un miedo que te impide hacer lo que tienes que hacer. El beso se te presenta como un momento complicado, como tirarte a la piscina desde un trampolín demasiado alto. Ves la piscina abajo, pero lo complicado es decidirse a saltar. Al final haces acopio de valor y te lanzas a besarla como un delantero que cabecea el balón a gol. Ella aparta la cara sorprendida, porque no se esperaba que la fueses a besar así de repente. En ese momento te pones rojo y quieres que te trague la tierra.

Os sentís tremendamente incómodos y todo se va al traste. De nuevo estás fuera de juego cuando ya tenías el partido ganado.

5. MIEDO AL ÉXITO. Es el último miedo, al que sólo unos pocos consiguen llegar, pero no por ello menos importante. Es el miedo que se apodera de ti al pensar que puedes perder a la chica después de haberla seducido, después de haber superado correctamente todos los pasos anteriores. Este temor te hace mostrar necesidad y empiezas a llamarla más de la cuenta. Le mandas

mensajes para hacerle saber lo mucho que te gusta, y al final caes en una monoitis hasta que ella, al sentirse agobiada, termina desapareciendo.

Estos cinco miedos son la clave de todo para mí, el Santo Grial de la seducción, la diferencia entre el éxito o el fracaso con las mujeres. En el apartado de seducción básica, que verás más adelante, te enseñaré cómo combatir estos miedos, para decirles adiós para siempre. Darás entonces la bienvenida a una nueva etapa de ilimitado disfrute con las mujeres como no viviste antes.

Diario 10

Ya tenía la fórmula. También tenía ganas e ilusión. Sólo faltaba poner en práctica todas las cosas que había leído. Sin embargo, era muy difícil salir solo, ya que mis amigos habituales no compartían mis objetivos y sueños. Cuando salía con mis amigos y amigas, que no tenían ni idea de la existencia de una Comunidad de Seductores, me veía en la situación de practicar por mi cuenta o abandonar toda esta nueva experiencia que estaba experimentando y volver a mi anterior vida tranquila de frustrado.

Era algo que no iba a permitir bajo ningún concepto. Había tirado la toalla demasiadas veces en mi vida y no la iba a tirar de nuevo. No podía evitar enamorarme, adorar a las

mujeres y soñar suspirando, excitándome con ellas. Pueden ser la alegría de tu vida o tu peor pesadilla si no consigues lo que quieres. Había aprendido muchísimo leyendo libros de seducción y sacando información de Internet, pero nada era comparable a la seducción real.

Todo lo que leías era pura teoría, y no valía para nada hasta que no salías de casa y entrabas en contacto con ellas. En ese momento, cuando te encuentras con mujeres a tu alrededor, te demuestras a ti mismo lo que vales y lo que sabes. Era como cuando preparabas un examen a conciencia, estudiando, subrayando los apuntes, haciendo esquemas... Si luego no te presentabas al examen, todo el esfuerzo que habías hecho no servía para nada y la nota final sería un cero.

Después de más de medio año en la seducción, a pesar de haber mejorado

algunos aspectos de mi personalidad, de mi imagen y de mi forma de ser, sentía que no estaba aprendiendo al ritmo adecuado. Algo estaba fallando, porque no me estaba convirtiendo en un seductor tan rápido como quería. Abordaba grupos de chicas, hablaba con ellas, recibía calabazas por doquier... Unas me afectaban más, cuando no entendía qué había hecho mal, y otras me afectaban menos, cuando me daba cuenta de en qué había metido la pata. Estaba más a gusto con gente que desconocía, mis miedos iban perdiendo fuerza y sentía menos vergüenza al hacer las cosas, pero aún no había conseguido besar a ninguna chica, desde que salía con seductores, a pesar de haber conocido a gran cantidad de ellas. La estadística no estaba de mi lado, y no quería tener que depender de la suerte, como había hecho hasta entonces. Quería ser capaz de hacer las cosas por mí mismo, como un auténtico seductor.

Decidí pedir ayuda a Putoamo y a Guardián para que me diesen su opinión de lo que me estaba sucediendo. Esa noche habíamos salido de nuevo por Huertas, que se había convertido en nuestra zona de batalla. La noche estaba finalizada, no hicimos mucho. Lo máximo que conseguí fue entablar conversación con Fabiana, una rubia brasileña preciosa, que trabajaba en el ropero del Sol y Sombra. Después de una divertida conversación me había dado su dirección de Messenger para que la agregara, un triste segundo premio.

De camino a casa, Guardián se colocó a mi altura y, como un padre a un hijo, me dijo todos los fallos que apreciaba en mí. No podía hacer más que escucharle y hacerle caso.

Tenía más experiencia que yo y me veía desde fuera, y yo sabía que quería ayudarme. Me dijo que mi punto flaco era que iba «demasiado a saco». Era cierto: me lanzaba demasiado directo. Mi personalidad era muy activa y nerviosa, y esa era mi forma de canalizarlo. Me costaba mantener una conversación larga sin mostrar un interés claro por la chica. No tenía paciencia para ir poco a poco. Quería saber casi desde el principio de la interacción si le gustaba o no le gustaba, o si al menos había posibilidades, y era porque odiaba que me hiciesen perder el tiempo. Ya me habían hecho perder demasiado tiempo, y si a una chica no le interesaba, que me lo transmitiese rápido para pasar a otra. Así estaban las cosas.

Era algo que tenía que corregir, aunque no sabía muy bien cómo lo iba a hacer, para mantener una interacción mucho más relajado. Veía a Guardián y a Putoamo como personas más tranquilas y calmadas cuando seducían a una mujer, que se tomaban la seducción con otra filosofía diferente a la mía. Cada uno lo hacía a su modo, muy influenciado por su propia personalidad. A Putoamo le gustaba más jugar con la presencia, y hacer su juego poco a poco, cuando se sentía cómodo; mientras que Guardián era más parecido a mí, porque le costaba menos hacer el primer acercamiento a los grupos. Practicaba con chicas solas y grupos mixtos, donde también había hombres, y con su juego basado en la conversación, donde se iba ganando a su objetivo hablando mucho con ella. Yo era el más directo, quizás por miedo a no

saber qué decir o a cagarla por hablar demasiado. Intentaba jugar con el humor, hacerlas reír y, en cuanto se presentaba la oportunidad, sacarla a bailar, momento en el que más contacto físico existía entre nosotros, y más confort se podía generar con la chica. Al parecer cada cual seducía según su forma de ser, no existían dos seductores iguales. Quizás sí parecidos, pero nunca iguales, aunque todos buscábamos lo mismo.

Decidí hacer caso de los consejos de Guardián, y no mostrar tanta ansiedad y necesidad de conseguir resultados rápidos. Tenía que intentar controlarme y sabía que iba a ser algo muy complicado para mí, pero lo intentaría, porque si no corría el riesgo de quedarme estancado y terminar frustrándome por no ver los resultados deseados. Esto de la seducción era más complicado de lo que parecía en un principio, pero resultaba realmente muy divertido practicar, porque cada noche era totalmente diferente a la anterior y nunca sabías qué iba a pasar o cómo podían terminar las cosas. Por primera vez en años, todo dependía de mí mismo.

Los traumas en la seducción

Tuve una conversación con mi amigo Luis. Aunque no sabía nada sobre la existencia de la Comunidad, hablábamos siempre de temas interesantes, y era casi el único amigo con el que podía charlar de cualquier tema sin miedo a ser juzgado. Llegamos a la conclusión de que las experiencias que vivimos a lo largo de nuestras vidas nos influenciaban notablemente en nuestra madurez, y sobre todo se apreciaba a la hora de relacionarnos. En el caso de Luis, afectaba directamente a su relación con las mujeres, lo que le hacía

desear siempre estar con pareja. Era muy curioso observar los diferentes comportamientos de personas que en su vida habían sufrido en el aspecto sentimental, por razones totalmente ajenas a ellos, y de las cuales no tenían ninguna culpa, y entre los cuales yo me encontraba el primero de la lista.

Me identificaba con todas las personas de mi entorno que habían sufrido estos problemas, y era inevitable que saliesen a la superficie antes o después. Como el caso de mi amigo Bruno, que había crecido bajo el manto de sectores eclesiásticos y la férrea aureola judeocristiana que tanto criminaliza el sexo. Aunque él no estaba muy puesto aún sobre seducción, era una persona con buena imagen y que sabía comportarse. Su educación se había forjado en los más estrictos colegios católicos de pago y sus formas eran las de todo un *gentleman* inglés.

Los dos nos parecíamos en lo de llevar una vida sexual escasa, como la mayoría de hombres, pero los dos coincidíamos en nuestro espíritu inconformista, que nos llevaba a aspirar a mucho más de lo que actualmente disponíamos. Así fue como poco a poco fuimos creciendo juntos en la seducción y logrando nuestros a priori inalcanzables objetivos.

También estaba Manu, un amigo que tomaba drogas, bebía alcohol y le encantaba pisar el acelerador. Había sido un chico excesivamente sobreprotegido por sus padres debido a una enfermedad que padecía, y eso había hecho que apenas le dejaran salir de casa hasta tarde, siempre controlado. Por eso, cuando podía, para desconectar se evadía fumando, bebiendo y conduciendo deprisa, los únicos momentos en los que afirmaba sentirse libre. Eran las consecuencias de fuertes represiones en su vida, que no habían sido culpa suya, sino impuestas por su familia y su entorno. Este perfil de personas utilizaba cualquier medio para alejarse de todo lo que les rodeaba, pero siempre de forma excesivamente desmedida, sin

término medio, aunque su propia salud estuviese en juego. Me estaba dando cuenta de que en la seducción ocurría prácticamente lo mismo: para los hombres que no habíamos tenido mucho éxito con las mujeres, la seducción podía convertirse en un arma de doble filo si te implicabas demasiado.

Putoamo y Guardián me advirtieron para que me tomase la seducción como un añadido en mi vida, no literalmente como mi vida. Habían visto a otras

personas caer en las redes de la seducción de forma casi enfermiza. Hombres sin éxito, que habían descubierto que se podía ligar con mujeres y hacer cosas que antes pensaban imposibles, se habían vuelto adictos a la seducción, orientaban su vida en torno a ella y sólo pensaban en salir a ligar casi las veinticuatro horas del día. Todo esto se volvía peligroso para la persona. Y no sólo para su salud física, porque descansaban muy poco y sufrían un gasto de energía desmedido. Dejaban de lado sus amistades, le quitaban tiempo a sus *hobbies*, y se tomaban el fracaso como algo personal. Les producía una profunda decepción la ausencia de resultados, y esto sólo les llevaba a aumentar su inseguridad, manteniendo relaciones muy breves, con falsas expectativas y desengaños, lo que solía desembocar rápidamente en una profunda depresión.

Todas estas cosas me daban que pensar. ¿Estaba cayendo yo en ese mismo saco, el de las personas que veían en la seducción la única tabla de salvación para su situación? Tenía que tener cuidado si no quería acabar mal y echar por tierra todo lo que estaba consiguiendo.

Me resultaba curioso ir descubriendo poco a poco los traumas que arrastrábamos las personas que entrábamos en la seducción. No obstante, estaba claro que nuestras vivencias nos habían influenciado de manera notable, y eso se plasmaba en cada interacción que teníamos con una mujer. Si quería seguir saliendo con mis compañeros, primero tenía que poner varias cosas en su sitio, cosas que estaba empezando a dejar un poco olvidadas desde que había empezado a seducir.

Además de leer, también practica

Tanto si este es el primer libro sobre seducción que lees como si ya has leído más de una docena, hay algo universal para todos los hombres que comienzan a practicar la seducción: el error común de querer saber más de lo necesario para poder salir a la calle a practicar. No tienes que demostrar a nadie que sabes más sobre seducción que el resto. Lo realmente importante es que seas capaz de seducir a cualquier mujer por la que te sientas atraído, sin importar el momento ni el lugar. No quiero que mis palabras te desanimen, leer te ayudará mucho, te motivará y será una excelente guía para saber qué es lo que tienes que hacer a continuación y cómo hacerlo. Sin embargo, si no das un paso más allá, nunca llegarás a convertirte realmente en un seductor. Sólo

serás una persona que sabe cómo hacerlo, pero que no lo hace porque no quiere.

Siempre recomiendo a mis alumnos que, por cada hora de lectura, le dediquen un mínimo de seis a la práctica. O si te resulta más ameno puedes hacerlo a la par: a medida que lees un capítulo o un ejercicio. Es una excelente

forma de ir interiorizando todo lo que estás aprendiendo, ya que cuando salgas a seducir a las mujeres lo único que te ayudará son las horas de experiencia real, no las horas en el simulador, que son las que has pasado leyendo y acumulando conocimientos.

Te aseguro que una noche de práctica te aportará más experiencia que leer veinte libros sobre seducción. Está demostrado que como la experiencia personal no hay nada, y te lo dice una persona que atesora miles de horas de experiencia seduciendo a mujeres, y para mí han sido los momentos más divertidos y enriquecedores que he vivido en el mundo de la seducción. Así que no lo olvides: puedes releer este libro las veces que lo necesites, puedes subrayar todo lo que consideres importante, e incluso puedes tomar apuntes en los márgenes o hacerte un resumen... Pero siempre que tengas ocasión, sal a ponerlo en práctica. No te arrepentirás.

Diario 11

A cada salida seguía aprendiendo cosas. Una de las más importantes, y que más traían de cabeza a los seductores, era el concepto de «marco», pero la cosa no era tan fácil como parecía. Lo había probado en varias discotecas, pensando que yo era el premio, y que si alguna quería algo, que viniese. Pero era un error, porque no consistía solamente en pensarlo, sino también en demostrarlo con la actitud. De nada sirve pensar que eres el premio si luego haces cosas que no son congruentes, como abordar a las mujeres o mostrar demasiado interés.

Me estaba costando interiorizar el concepto de marco y aplicarlo correctamente, aunque en la mayoría de las ocasiones el marco de las mujeres se terminaba imponiendo sobre el mío y tenía que hacer algo urgentemente para remediarlo.

Me preguntaba cómo podría demostrar a las mujeres que yo era realmente el premio, si es que había alguna forma de hacerlo. Un día, dándole vueltas al tema, se me reveló de una forma muy sencilla. Recordaba situaciones en las que había estado en cualquier local, con una copa en la mano y mirando hacia todos lados buscando mi objetivo, dando la imagen de auténtico fracasado demandando atención. Estaba regalando a las mujeres el marco de que ellas eran el premio, al prestarles atención sin conocerlas y sin que hubiesen hecho nada, algo que había hecho miles de veces sin saber que lo estaba haciendo mal, una forma rápida y sencilla de regalar el marco a las mujeres, y así hacerles partir con ventaja sobre nosotros en cualquier tipo de interacción. Era curioso descubrir lo fácil que se lo poníamos y lo difícil que nos hacíamos nosotros mismos las cosas. Me quedó claro que la imagen no era tan importante como había creído y que, en el 99 por ciento de las ocasiones, las mujeres nos rechazaban por nuestra culpa, por nuestros propios errores, no porque no les gustásemos.

Poco a poco empecé a trabajar sobre esto para intentar mejorar mi marco y hacerlo más sólido. Cuando entraba en alguna discoteca con mis compañeros de seducción, lo primero que hacíamos era ponernos a bailar entre nosotros, a nuestro rollo, sin fijarnos en las chicas que había, pasándolo bien y disfrutando. Era el momento en el que nos estábamos mostrando

congruentes y manteniendo nuestro marco: nosotros éramos el premio. Era fácil de comprobar si te fijabas en el resto de los hombres de la discoteca, que estaban parados, con su copa en la mano, mirando cómo bailábamos y lo pasábamos bien, mientras ellos sufrían interiormente sin poder dejar de mirar a las chicas que había por allí. Lo más curioso fue cuando empecé a notar las primeras miradas furtivas de las chicas que nos rodeaban. Tenía la sensación de que éramos el centro de atención, y eso me hacía sentir muy bien.

Era realmente fácil mantener el marco de que yo era el premio. Sólo con ponerse a bailar, riéndote con tus amigos, las chicas cada vez se fijaban más. Nunca me había parado a observar este detalle hasta ese momento, y lo que me dejó impresionado fue darme cuenta de cómo, sin motivo aparente, las chicas que estaban bailando se iban acercando poco a poco al lugar de la pista donde nos encontrábamos, lo que nos dejaba la puerta abierta para iniciar una conversación con ellas. Esto sólo podía significar que las cosas estaban

funcionando y que ellas aceptaban nuestro marco. Al acercarse a nosotros ya estaban mostrando más interés del que les gustaría, aunque fuese de forma inconsciente, y sin haber hecho nosotros nada más que simplemente pasárnoslo bien. Cuanto más a tu aire estés, más interesante te vuelves para las mujeres que te rodean. No podía entenderlo muy bien, pero así era.

Para crear el marco de que yo era el premio sólo tenía que mantenerme congruente con lo que pensaba y hacía. Así era como se comportaban los seductores naturales, y estaba dispuesto a aprender de ellos todo lo que fuese necesario para actuar de la forma correcta a la hora de seducir a las mujeres. En las primeras salidas con mis compañeros estaba muy descalibrado, perdía el marco con una facilidad increíble por mi forma de comportarme. Pero a medida que practicaba, las cosas parecían salir mejor y en ocasiones algunas chicas se acercaban a mí directamente. Ellas salían de sus casas con el marco de que eran el premio.

Ya sabían lo que se iban a encontrar, que iban a ser abordadas una y otra vez por docenas de hombres durante toda la noche, y lo único que podías hacer para luchar contra ese piloto automático era actuar de forma diferente al resto, bailando, no prestándoles demasiada atención, pasándotelo bien con las personas que te acompañaban y sintiéndote a gusto en todo momento. Era algo que las mujeres notaban porque son muy intuitivas. Tan sólo había que disfrutar de una noche agradable y ver cómo se desarrollaban las cosas.

Sabía que todo lo que estaba mejorando se lo debía a Putoamo y a Guardián, que desde el primer momento habían estado ahí, a mi lado, enseñándome cosas, ayudándome, incluso echándome la bronca cuando veían que hacía algo mal. Me permitían aprender de ellos. Se notaba que eran personas antes que seductores, porque compartían su experiencia y conocimientos conmigo. Sin su ayuda mi evolución como seductor podría haberse visto truncada con una noche mala, como le pasaba a muchos seductores que empezaban a salir solos. Y yo había tenido bastantes noches malas, pero ahí estaban ellos para darme ánimos y motivarme: la próxima vez sería diferente, me decían cuando volvíamos a casa al finalizar la noche. Esa era la clave para seguir saliendo y aprendiendo, saber que cada noche sería distinta a la anterior.

Estaba claro: lo que tenía que conseguir cuando seducía era imponer el marco de que yo era el premio. Parecía fácil, pero era un proceso complejo de

interiorización que requería práctica y calibrage. Ser el premio te pone automáticamente por encima de la chica, y estar por encima de ella en una interacción es una ventaja que no tiene precio. Me había fijado en que antes, cuando una chica se acercaba a mi grupo de amigos, todos nos girábamos para oír lo que decía y prestarle atención. Hacer esto era regalarle nuestro interés sin que se lo hubiera

ganado. Era darle de buenas a primeras el marco de que ella era el premio, así de fácil. Le regalábamos lo que más nos costaba a nosotros conseguir, sin que ella tuviese que hacer nada más que ser mujer.

Si hacía la prueba a la inversa, las cosas eran bien distintas. Si me acercaba a un grupo de chicas y empezaba a hablar con una de ellas, las amigas seguían a lo suyo, hablando entre ellas, bailando o haciendo lo que estuviesen haciendo. A mí ningún grupo se me había echado encima atentas para escucharme, tenía que ganármelo. Otras veces me había acercado a un grupo y, cuando estaba hablando con una de ellas, en alguna ocasión coincidió que todas se daban la vuelta y me prestaban atención, pero no podía confiar en esos momentos puntuales, porque esto solía pasar sobre todo en grupos que acababan de llegar al local y que aún no habían sido abordadas por ningún hombre.

A mí lo que me interesaba dominar eran los grupos de chicas atractivas, las que tanto me gustaban y que no solían hacerme mucho caso. Lo primero era ver qué se cocía a mi alrededor, pero disimuladamente, con cuidado de no estar mirando hacia todos los lados con lo que yo llamaba «la mirada del buscador». Era la mirada del típico frustrado que busca objetivos a los que acercarse, una forma excelente de perder el marco. Las mujeres lo perciben y ya saben por dónde vas. No son tontas, están atentas al mínimo detalle. Lo habitual era encontrar a otros hombres en la discoteca, la mayoría de ellos estáticos, apoyados en la barra o en la pared, con la copa en la mano y con la mirada del buscador. Está claro que ellos no tenían un marco fuerte. Quizás, con suerte y si están en el lugar adecuado en el momento adecuado, conseguirán besarse con la borracha de turno, pero tampoco mucho más.

Yo lo que quería era jugar, quería seducir. Cuando seducía con mis compañeros nos colocábamos en el centro de la pista de baile, decididos. Era mucho mejor que permanecer escondidos detrás de las columnas o por

cualquier rincón, una actitud que no resulta atractiva a las mujeres que desean hombres líderes. Un líder está acostumbrado a ser el centro de atención, le encanta serlo, y disfruta dirigiendo, estando siempre mejor posicionado en el grupo que el resto de hombres. Lo único que podía hacer yo era sobreponerme a la vergüenza y superar el miedo que me hacía sentir inseguro, para colocarme en el mejor sitio de la discoteca.

Era como estar en un escaparate. Una vez bien situados, comenzábamos a bailar, y como yo no sabía bailar muy bien, intentaba bailar como si supiese, como lo había visto hacer a otra gente que lo hacía mejor. El caso es que, frente a los que no se movían, las chicas creían que sabías bailar. ¡Era increíble! La mentalidad es la siguiente: «Somos personas divertidas, lo estamos pasando bien... ¡y sólo con nuestra propia compañía!». No hay nada más atractivo que un hombre pasándose bien sin necesidad de estar con mujeres. No podía evitar sorprenderme de cómo ellas, poco a poco, empezaban a mirarnos cada vez más.

Siempre que podía intentaba darme valor hablando con algún camarero o camarera que conociese del local, o con algún chico que hubiese por la discoteca, aunque no nos conociéramos. Intercambiar unas palabras generaba «prueba social», y mostraba a las chicas que miraban que no sólo salías a ligar, sino también a conocer gente y a pasarlo bien con los amigos. Con todo esto quedaba desmarcado del resto de hombres de la discoteca. Así se consigue un marco fuerte. Actuando así me sentía como el premio, pensando que todas las chicas de la discoteca eran mías, y que podía acceder a cualquiera de ellas cuando me apeteciese, porque ya eran mías.

Con un marco fuerte, mi juego era cada vez más fluido, los grupos de chicas se abrían con

mucha más facilidad... Apenas me costaba enganchar, y las notaba mucho más receptivas.

Para conseguir esto había tenido que practicar una y otra vez. Con un poco de ensayo y error se iba consiguiendo si se seguían las pautas. Era todo muy sencillo, más de lo que parecía a simple vista. Me costó varios meses empezar a tener resultados con el control del marco, pero una vez que empiezas a ganarlo y a mantenerlo, es difícil que una mujer te robe el marco.

La importancia de la actitud a la hora

de seducir a las mujeres

La actitud es uno de los requisitos fundamentales en el seductor y está muy relacionada con el juego interno. Una actitud correcta a la hora de seducir a una mujer te dará un 50 por ciento más de posibilidades de tener éxito donde otros hombres seguramente fallarían. A partir de este momento vamos a trabajar para aprender a unir la actitud que se debe tener a la hora de seducir a una mujer y la actitud que muestras durante tu día a día. Ser un seductor no consiste en que seas un fracasado entre semana y cuando llegue el momento de salir a conocer mujeres saques del armario el disfraz y te pongas a buscar desesperadamente a una chica que te haga un poco de caso. Esto, sencillamente, es seguir tropezando con la misma piedra que te ha estado impidiendo avanzar. Un verdadero seductor lo es desde que se levanta hasta que se acuesta. No lo olvides, porque es el comienzo para tener la actitud correcta que tanto necesitas. Si te levantas como un seductor cada mañana, actuarás como tal, pero si sólo actúas como un seductor en momentos y situaciones concretas, las mujeres notarán que eres un chico bueno haciéndose pasar por el premio, y sabrán de inmediato que estás interpretando un papel.

Actuar como un seductor significa interiorizar una actitud de mejora y superación constantes, en cualquier situación de la vida cotidiana. Has de estar alerta y preparado para ser capaz de conquistar a una mujer a cualquier hora del día, en una discoteca o en la librería de tu barrio, si se presenta la ocasión. Esta forma de actuar, acompañada de una actitud correcta, es la que ha hecho de mí un gran seductor y me ha aportado esa motivación necesaria para hacer cosas que antes tan sólo podía soñar. No olvides que si sales a seducir a las mujeres y tu estilo de vida no es del todo como te gustaría, ellas lo notarán al momento y te van a atacar por ese lado hasta que te desmorones. Esto sucederá una y otra vez y puede hacer que acabes completamente desesperado. No es nada nuevo para ti: ya sabes lo que se siente al fracasar con una mujer. Es lo que te ha estado sucediendo durante toda tu vida. La diferencia es que ahora sabes por qué.

Te aseguro que es imposible separar la actitud ante la seducción y ante la vida diaria. ¿Alguna vez has visto a esa chica de tus sueños y no has sido capaz de

decir o hacer nada porque pensabas que no era el momento adecuado? De haber tenido la actitud correcta habrías sido capaz de acercarte a ella y seducirla. Lo que intento decirte es que no desesperes, porque puedes apoyarte en lo que vas a aprender en este libro para mejorar como persona, sentirte más realizado contigo mismo, estar más alegre y alcanzar tus objetivos. Cuando tengas claro que no se puede separar la actitud de seducir de la actitud del día a día, y seas capaz de fusionarlas a la perfección, verás que este nuevo planteamiento empieza a repercutir positivamente en tus relaciones con las mujeres y en tu capacidad para seducirlas.

Diario 12

No es que fuese un cerdo, ni mucho menos, pero tampoco había sido el hombre más pulcro del mundo, y desde que empecé a seducir fui más consciente de ello. La higiene personal era un tema realmente importante que había relegado a un segundo plano, por parecerme algo demasiado evidente. Ahora empezaba a prestar más atención a los pequeños detalles. Una buena higiene personal no consiste únicamente en ducharse todos los días, sino en las cosas que pasas por alto cuando en tu vida no aparecen las mujeres. Había arrastrado algunos malos hábitos que tuve que cambiar de forma radical, para no encontrarme con sorpresas indeseadas.

Yo era de esas personas que si no quedaban con una chica no se lavaban a fondo por pereza. Simplemente me daba una ducha rápida con agua caliente y me lavaba el pelo con champú. A veces, por pereza y vaguería, no me enjabonaba todo el cuerpo. Pensaba que si no había quedado con ninguna chica e iba a estar en casa jugando con el ordenador, ¿qué importaba? Pero sí que importa, porque estos malos hábitos pueden pasarte factura en el momento menos esperado.

Una tarde quedé con mis amigos para echar unas partidas a la consola y hablar de cómo había ido la semana, un plan bastante tranquilo. Me di una ducha rápida, me puse lo primero que encontré en el armario y bajé a la calle. Mi sorpresa fue mayúscula cuando me encontré con que habían venido unas amigas de la novia de Luis a las que no conocía. Fue lamentable darme cuenta de que no me había lavado a fondo, tan sólo una duchita para quitarme el sudor del día anterior. Me pilló el toro y durante toda la tarde me sentí muy incómodo, tanto que tuve que poner una excusa para marcharme. Desde

entonces nunca me volvió a suceder algo así.

Era una situación incómoda para mí, que podría haberse evitado. Actualmente froto todas las partes mi de cuerpo con gel; me lavo el pelo con un buen champú y después lo trato con un acondicionador; me reviso las uñas casi a diario para tenerlas cortas y limpias; me cepillo los dientes cuidadosamente después de cada comida; y siempre me pongo colonia para salir a la calle. Y no lo hago por ellas, sino por mí, para sentirme yo más a gusto. Es un hábito que adopté enseguida, porque no era muy congruente estudiar tanta seducción si luego eras un dejado con las cosas cotidianas, las que pueden marcar la diferencia en los momentos clave.

No es plan que te huela mal el aliento, ni oler a sudor, ni llevar la ropa sucia cuando estás rodeado de gente. Ni aunque estés solo en casa. Ganar una imagen más presentable siempre

da puntos a tu favor, y las mujeres te ven como un hombre que invierte en sí mismo.

Cómo conseguir la actitud correcta

Para lograr la actitud correcta a la hora de seducir a una mujer vas a tener que cambiar desde ya ciertos hábitos en tu forma de comportarte. Los hábitos que te hacen tener una actitud muy negativa e impiden que te relaciones con ellas como te gustaría. Lo primero que debes hacer es dejar de hablar por un momento y empezar a escuchar. Se dice cada vez más que «escuchar es un arte perdido», y es una afirmación totalmente cierta. Los hombres, desde que pasamos la adolescencia, estamos demasiado preocupados por no parar de hablar, para evitar así esos silencios tan incómodos. Con esta forma de actuar rompemos, sin saberlo, cualquier posibilidad de crear tensión sexual con la chica. Y lo peor de todo es que al hablar demasiado no sólo estás mostrando necesidad, sino que seguramente te quedarás sin temas de conversación demasiado rápido y se apoderará de ti uno de los miedos que te mostré anteriormente: el miedo a no saber qué decir.

He visto una y otra vez este mismo problema de comunicación entre hombres y mujeres, sin importar la edad ni el contexto. Cuando una de ellas no escucha lo que le dices, terminas sin saber qué decir, con lo que se rompe la

interacción. Para combatir este miedo, lo que tienes que hacer es dejarle hablar. Por si aún no lo sabías, las mujeres están deseando desahogarse y contar todas las cosas que les dan vueltas por la cabeza. Buscan a un chico que esté dispuesto a escuchar. Si permites que ella hable y se exprese, podrás averiguar sin ningún esfuerzo cuáles son sus inquietudes, de qué temas quiere hablar, cómo se encuentra en ese momento... Así podrás crear una conexión especial con ella a partir de toda esa información inconsciente que te está regalando. Tienes que darte cuenta de la gran inversión que está haciendo en ti contándote sus cosas, algo que seguramente nunca te haya pasado con una mujer. Por este motivo, no va a dejar que te escapes tan fácilmente. Cuanto más invierta una mujer en ti, más le costará separarse de tu lado o rechazarte cuando llegue el momento de besarla.

Pero no confundas conversación con aburrimento: muchos hombres se aferran de forma testaruda a temas de conversación típicos y aburridos, lo que hace que las mujeres noten algo extraño en su comportamiento y sepan que están ahí sólo para entretenerlas. Así jamás conseguirán nada de ellas.

Hay una norma de oro que nunca debes olvidar, y es que si no puedes decir nada bueno, es mejor que no digas nada. Seguramente ya sabes que en el mundo existen personas con las que no es difícil congeniar y, por el contrario, otras con las que es muy fácil discutir. Permíteme recomendarte que evites a este último tipo de personas. No van a aportar nada positivo a tu vida, y sólo consiguen sacar

lo peor de ti. Si por cualquier motivo no puedes evitar a estas personas, como puede ser en el trabajo, lo mejor que puedes hacer es no hablar mal de ellas ni discutir. Incluso te aconsejo que pruebes a mostrarte siempre amable con ellas: te aseguro que te sorprenderá gratamente el resultado. Cuando eres amable con la gente y te muestras positivo, conseguirás que los que te rodean se contagien de esa actitud, y esto repercutirá sobre ti y sobre tu forma de relacionarte con los demás.

Diario 13

El tema de la seducción femenina nunca me había interesado demasiado, pero últimamente me encontraba bastante curioso y con la mente abierta, dispuesto a aprender lo que fuese necesario para mi crecimiento y desarrollo personal,

que iba trabajando poco a poco. Incluso era de los que pensaba que la seducción femenina era algo innato en las mujeres, pero un artículo publicado por Céfiro, un seductor malagueño, me había dado que pensar bastante sobre el tema. Si alguien me hubiera dicho que existía una comunidad secreta de mujeres que se reunían para aprender a seducir a los hombres, no me habría sorprendido en absoluto. Es más: me habría encantado saber que las mujeres también hacían algo por nosotros.

Muchos seductores de la Comunidad se habían centrado en aprender cómo ligar con mujeres, pero al parecer muy pocos se habían preocupado por saber cómo ligaban ellas con los hombres. Para mí era algo realmente interesante y digno de explorar. Busqué por Internet información sobre el tema. Mi sorpresa fue mayúscula cuando me percaté de que en el foro de seducción había una «Zona Femenina», en la que un grupo sorprendentemente grande de mujeres, que conocía la Comunidad de Seducción masculina, hacía sus aportaciones y nos daba sus consejos para ayudarnos.

Los hombres que nunca habíamos tenido éxito con las mujeres albergábamos una creencia errónea: que lo tenemos mucho más difícil a la hora de seducir que las mujeres. Es la mítica frase de «el hombre propone y la mujer dispone». También era típico pensar que las mujeres tenían la llave del sexo, que es lo que los hombres codiciamos. Lo cierto es que el motivo por el que la mayoría de nosotros habíamos entrado en la Comunidad era aumentar nuestras relaciones sexuales, tanto en cantidad como en calidad: queríamos estar rodeados de mujeres atractivas y ligar con todas las que nos diese la gana. Estos y otros fueron algunos de los motivos por los que entré en la Comunidad, ese fue el cebo, lo que realmente me atrajo: la necesidad de abundancia, de llenar las carencias teniendo lo que nunca había tenido en mi vida. Sin embargo, era curioso notar cómo estos objetivos, que habían servido para dar el primer paso, unos objetivos tan materialistas y llenos de ego, poco a poco iban perdiendo fuerza y peso en mis preferencias. De forma paulatina aparecían otros que estaban ocultos bajo una capa de inseguridades y necesidad: ahora quería crecer también como persona, superando mis barreras y miedos.

No podía evitar pensar en para qué les servía la seducción a las mujeres. Estaba convencido de que cualquier mujer podía acostarse con cualquier

hombre que desease. Sin embargo, la sorpresa llegó cuando empecé a darme cuenta de que eso no estaba tan cerca

de la realidad como había imaginado desde mi perspectiva anterior. Parecía claro que si una mujer salía a la calle y aleatoriamente proponía tener sexo con ella a diez desconocidos, seguramente ocho dirían que sí, entusiasmados y sorprendidos. Los dos que le daban la negativa abrían un espacio de reflexión que me hacía pensar en muchas cosas. Los hombres éramos muy diferentes a las mujeres en muchísimos aspectos, sobre todo en los objetivos y en las relaciones. Mientras un hombre busca acostarse con una mujer sólo por el sexo, ella busca un hombre un poco más especial, que merezca la pena y la trate como ella cree merecer. Estábamos en mundos opuestos.

En mi vida cotidiana estaba cansado de ver esto una y otra vez, pero nunca antes me había parado a pensarlo fríamente. El caso más reciente y cercano tenía que ver con mi amigo Jorge y su compañera de trabajo, Sandra. Ella era rubia, alta, con un cuerpazo. A mí me gustaba bastante, y no me habría importado enrollarme con ella, pero Jorge no lo veía así.

Para él era sólo una amiga. Ella se sentía muy atraída por Jorge, pero él no sentía lo mismo.

Jorge se encontraba en el grupo de esos dos chicos que habrían dicho que no a Sandra si les hubiese propuesto sexo con ella. Y era algo que no terminaba de comprender. Incluso yo le decía que por qué no se acostaba con ella, que estaba loquita por él. Se notaba a leguas de distancia, pero Jorge afirmaba que no podía. No se sentía atraído por ella, y aunque le parecía una chica majísima, no le gustaba para tener más que una amistad.

Sandra no se daba por vencida. Ella creía con opciones y lanzaba su artillería pesada, proponiéndole salir juntos de fiesta. Incluso llegó a enviarle un sms en el que le declaraba sus intenciones de tener algo, pero sin compromisos, entre otras muchas cosas. Al final lo que quedó fue que una chica había sido rechazada por un hombre, y esto para mí era algo insólito, algo que pensaba que no pasaba. Estaba convencido del éxito infalible de las mujeres, pero al parecer mi perspectiva de fracasado y perdedor había otorgado a las mujeres un aire de poder, de seres invencibles, que no era tan real como siempre había creído. Cuanto más me fijaba en todo esto más cuenta me daba de la cantidad

de mujeres que eran rechazadas por hombres por los que se sentían atraídas.

Incluso llegué a pensar si se daría el caso de que todas esas mujeres rechazadas por hombres por los que se sentían atraídas, por mucho que lo intentaran, decidieran reunirse para crear técnicas y habilidades para seducir a esos hombres que las rechazan, a pesar de ponerles en bandeja de plata uno de los mayores poderes que tiene la mujer, que es el acceso al sexo. Lo comenté con varios compañeros de seducción y la verdad es que algo que me habría parecido descabellado tan sólo hacía unos meses, ahora no me lo parecía tanto: la existencia de una comunidad femenina de seducción que buscase simplemente tener sexo ocasional con hombres o quizás encontrar a un chico que mereciese la pena para tener una relación estable. Parecía una fantasía, pero en mi nueva visión de la vida todo era posible.

Me daba algo de miedo que pudiese ser verdad, y una parte egoísta de mí deseaba que esto no sucediese. Ya era bastante difícil seducir a una mujer como para que nos lo pusieran mucho más complicado mujeres expertas en seducción, que no sólo conociesen nuestras técnicas y nuestra forma de actuar, sino que además tuviesen las suyas propias. No dejábamos de ser hombres que luchábamos por superarnos día a día, por mejorar en lo posible, cuidándonos por y para ellas, cambiando nuestros hábitos y costumbres, hasta llegar casi a desvivirnos para que se sintiesen a gusto en nuestra compañía. Quizás ellas no eran conscientes de lo que se perdían por no estar con hombres como nosotros.

El estado activo positivo

El hombre que actúa como el premio con las mujeres se caracteriza principalmente por ser el líder del grupo, una referencia para los demás, el que propone qué hacer y a dónde ir, alguien a quien los hombres siguen y las mujeres respetan, lo cual le hace tremendamente atractivo e irresistible a los ojos de estas.

Si estás leyendo este libro es posible que aún no seas el prototipo de líder por el que las mujeres se pelean, pero no te preocupes, porque te voy a enseñar cómo convertirte en un buen líder de una forma rápida y sencilla. Lo primero que debes saber es que la actitud de este tipo de hombre posee tres características que voy a exponer de forma breve para que las conozcas mejor

y aprendas a implantarlas en tu día a día:

1. **ESTADO.** Es la situación anímica en la que nos encontramos en un momento concreto. Por ejemplo, cuando te preparas para salir por la noche a conocer mujeres. Cuando sales de casa tu estado se encuentra en un nivel muy alto. Te sientes motivado y capaz de comerte el mundo.

«Esta es mi noche», piensas. La energía está al máximo, pero a medida que transcurre la noche esa energía irá decayendo cada vez más rápido, hasta que empiezas a sentirte cansado e incapaz de hacer nada más.

Entonces terminas pensando: «Es hora de irse a casa». Es la transición normal del estado en una persona que desconoce la seducción. Sin embargo, los seductores son capaces de mantener ese estado en su punto máximo el mayor tiempo posible, con lo que obtienen el doble de resultados que otros hombres. El objetivo del líder es llegar rápidamente al estado correcto y conseguir mantenerlo en ese punto todo el tiempo que le sea posible.

2. **ACTIVO.** Es el carácter propio de una persona dinámica que está en constante movimiento. Jamás verás a un líder quieto con su vaso en la mano, apoyado en la barra o en una esquina del bar, mirando a las mujeres sin atreverse a hacer nada y, lo peor de todo, perdiendo a borbotones el codiciado estado.

3. **POSITIVO.** Cualquier persona con una actitud positiva siempre conseguirá mejores resultados que otra con una actitud negativa a la hora de seducir a una mujer. Hay que tener la mentalidad del «Sí puedo», «Voy a hacerlo», «Esta es mi noche», y rechazar de nuestro comportamiento cualquier actitud que pueda sabotearnos. Debemos expulsar toda creencia limitante del tipo «Esa chica no es para mí»,

«Hoy no es mi día» o «No soy suficiente», entre otras muchas.

El mayor enemigo del estado activo positivo, y que será el único responsable de que tu estado caiga por los suelos y te vuelvas cada vez más estático y negativo, es el alcohol. Por si aún no te lo había dicho, en la seducción está prohibido el alcohol para ayudarnos a ligar con mujeres. Es un invento que tiene como único fin desinhibir a las personas tímidas, las que no son capaces

de socializar por ellas mismas. El alcohol les hace creer durante unos momentos que son alguien que no son, para así no reconocer que tienen un problema de miedo y necesidad.

El alcohol les permite poner una excusa para no solucionar ese problema. Te lo dice una persona que durante varios años tuvo que hacer uso del alcohol para ser capaz de acercarse a una mujer desconocida. Desde ahora olvídate de tomar una copa cuando salgas a seducir a las mujeres. Si te gusta salir a beber, sal simplemente a beber. Pero si vas a salir a ligar, no bebas nada que contenga alcohol. Tómatelo como un ejercicio de autocontrol y te darás cuenta de que no bebes porque te guste el sabor del alcohol, sino porque gracias a los efectos que produce puedes desinhibirte, ya que no sabes cómo acercarte a una mujer sin que te tiemblen las piernas.

En cuanto alcances y domines el estado activo positivo ya no necesitarás nada más que agua para acercarte a cualquier mujer sin que te suponga ningún problema. Es algo que tienes que saber hacer por ti mismo, sin necesidad de recurrir al alcohol, porque si te encuentras con una mujer atractiva en el metro a las siete de la mañana, de camino al trabajo, no vas a sacar del bolsillo una petaca con alcohol para ponerte a beber. Es evidente que no harías algo así. Por lo tanto, ve acostumbrándote a que cuando salgas a seducir a las mujeres el alcohol no deberías ni probarlo. Es posible que así te percares también de la falsa realidad en la que viven muchos hombres y mujeres, que necesitan consumir alcohol para ser capaces de socializar con personas desconocidas, y observarás detalles que antes se te habían pasado por alto al ir bebido. Además, un seductor necesita tener todos sus sentidos y su mente al máximo, para poder interpretar el lenguaje corporal de las mujeres, sus muestras de interés, seguir las conversaciones y no perderse en el juego de la seducción.

Diario 14

A medida que pasaba el tiempo, cada vez iba siendo más consciente de los pequeños detalles que había dejado pasar por alto. Momentos en los que me encontraba en mi casa, delante del ordenador, chateando de buen rollo con una chica que parecía muy interesada en mí, y que de repente, sin saber ni cómo ni por qué, dejaba de responderme; o cuando salía a ligar, me encontraba progresando con mi objetivo y, cuando menos lo esperaba, ya no

me prestaba atención y cortaba la interacción. Habían sido momentos que me hacían pensar en lo que estaba pasando, en qué detalle se me escapaba. Poco a poco fui viendo de forma más

evidente cuáles eran las claves para entender lo que sucedía y por qué sucedía, una información que sirve para aprender a cambiar lo que no funciona.

La seducción me estaba ayudando muchísimo a aprender a interpretar esos pequeños detalles que eran tan importantes en momentos determinantes, como cuando una mujer te deja caer algo entre líneas o sale con una reacción inesperada. Antes aceptaba esas cosas sin plantearme ni preguntarme nada. Lo veía como algo natural. Ese camino me había llevado a sentir un malestar interno cada vez mayor. Desde que empecé a estudiar la seducción estaba más atento a todas las cosas que sucedían a mi alrededor. Después de cada fracaso analizaba en frío lo que había sucedido, recapacitaba y pensaba qué era lo que podía haber salido mal, siendo totalmente sincero conmigo mismo. Cuando lo descubría, buscaba una solución para que no se volviese a repetir y de este modo conseguí reacciones diferentes y mejores resultados inesperados. Esta era la enorme diferencia que sentía entre mi yo actual y mi yo anterior: el anterior aceptaba las cosas tal y como sucedían; el actual intentaba buscar soluciones y alternativas. Por eso estaba evolucionando tan rápido en comparación a otros compañeros que llevaban el doble de tiempo que yo en la Comunidad, pero que se limitaban a salir y a seguir comportándose como lo habían hecho siempre.

Si te dabas cuenta de los detalles con las mujeres, las cosas eran más fáciles, a pesar de que ellas nos lo tenían que poner difícil para que demostrásemos quién era el candidato válido para disfrutar de su compañía. Era parte del juego de la seducción, y en ese juego tenían cierta ventaja sobre nosotros. No nos iban a regalar nada que no nos hubiésemos ganado antes, pero sí podían darnos pistas, esos pequeños detalles que te indican si están a gusto o no en tu compañía, si lo están pasando bien en ese momento o si debes pasar de nivel. Verlos e interpretarlos correctamente es complicado, pero es necesario para convertirse en un seductor. Sólo requiere práctica, para alcanzar la habilidad de saber en qué estado mental y emocional se encuentra la persona que tienes delante en ese momento.

Al principio estos detalles o señales me pasaban desapercibidos, a pesar de saber que existían, pero poco a poco, a medida que seducía y practicaba, iba viéndolos más claros. Es entonces cuando te das cuenta de que existe el juego, como cuando Neo en *Matrix* es capaz de interpretar símbolos que antes no le decían nada. Para un seductor es algo similar. Cuando empiezas a ver estos detalles te das cuenta de que puedes ganar con más frecuencia de la que hubieses soñado jamás. Un mundo de posibilidades se abre ante tus ojos. Puedes jugar en igualdad de condiciones, divirtiéndote con lo que haces. La única forma de empezar a ser consciente de estos detalles consiste en analizar y corregir los errores, aprendiendo a fijarte más en todo lo que sucede.

Tenía claro que me tocaba seguir practicando con mis compañeros, abordando al mayor número de mujeres posible, para ir ganando experiencia y soltura, y así jugar con mayor ventaja con las mujeres. Sólo había que observar su comportamiento y aprovechar cada momento, estando pendiente de todo, sin dejar nada al azar. Era el camino que había que andar para llegar a ser el seductor que siempre había querido ser.

Cómo alcanzar un estado activo positivo

Ahora que sabes en qué consiste ser un líder, voy a darte algunos ejemplos para

que puedas convertirte en uno, y se vuelva algo natural en tu forma de actuar.

Primero empezaremos trabajando el estado. Es importante, si has tenido un mal día, problemas en el trabajo, con la familia o sencillamente no te encuentras del todo bien, que te quedes en casa a descansar y recuperarte, porque una persona que no está al cien por cien de sus facultades físicas y mentales no podrá alcanzar el estado adecuado y necesario para seducir con éxito a las mujeres. Una excelente forma de entrar rápidamente en estado es a través de lo que los seductores conocemos como «calentamiento», técnica que te explicaré más adelante con mayor detalle, que consiste básicamente en evitar llegar a un bar o discoteca cuando aún estás frío, y sufrir la ansiedad que produce acercarse a una mujer desconocida por primera vez.

Igual que ningún deportista se pone a practicar un deporte sin calentamiento previo, para evitar posibles lesiones, un seductor tampoco empieza a seducir

sin haber calentado antes, porque si lo hace, lo que sucede es que recibirá más rechazos de los que su estado anímico podrá soportar. Por suerte para ti, esto puede evitarse. No los rechazos, sino el que te afecten, que es lo importante.

Cuando vas de camino a la zona donde tienes pensado salir a seducir a las mujeres, tienes que aprovechar el trayecto para ir hablando con las que te vayas encontrando por la calle. El objetivo de esto es ir entrando en calor y acostumbrándote a su presencia, para hacer que la ansiedad disminuya poco a poco. Lo que consigues con este sencillo y divertido ejercicio es que cuando llegas a tu destino eres capaz de hacer cualquier cosa, porque ya estás en «caliente». No llegas frío, como te ha sucedido siempre. Esta vez te has preparado antes y, lo más importante, llegarás con el estado por las nubes, lo cual contagiara a las mujeres con las que hables. Te darás cuenta de que las interacciones con ellas son mucho más sencillas y fluidas.

Para conseguir estar activo, lo que tienes que hacer es más sencillo todavía: simplemente tienes que moverte. Un seductor nunca se quedará estático esperando que pase algo. El seductor da el paso para buscar esas emociones fuertes que le hacen entrar en estado. La forma más sencilla para estar activo es por medio del baile, y cuando hablo de bailar no me estoy refiriendo a que te conviertas en un Fred Astaire. Basta con que seas capaz de moverte solo o acompañado de una chica. Bailar es más sencillo de lo que parece, y te aseguro que, si te mueves, las chicas ya afirmarán que estás bailando. Con la práctica incluso terminarás pillándole el gusto y haciéndolo bien. Otra forma de estar activo es acercándote a ligar con chicas que estén en los extremos del local, lo que te obligará a desplazarte de una punta a otra. Este movimiento por toda la sala te subirá el estado y facilitará encuentros divertidos con desconocidas. También puedes proponerle a la chica que acabas de conocer que te acompañe a otro local de la zona, aprovechando el trayecto para crear más intimidad entre vosotros y

seguir al mismo tiempo activo y subiendo el estado. Como puedes ver, ser activo es más sencillo de lo que podrías haber imaginado, si dejas de actuar como lo has estado haciendo hasta ahora.

Y por último y no menos importante, debes ser positivo. Cuando sales a ligar y ligas, es fácil hinchar el pecho de orgullo y sentirte un *crack*, pero cuando

sales a ligar y no ligas, te frustras tremendamente y te enfadas contigo mismo, achacándolo a factores externos como la mala suerte. Incluso puedes afirmar que

«no había chicas». Todo son excusas sin fundamento que te pones a ti mismo para no aceptar la realidad. Un seductor siempre sale a seducir con mentalidad positiva, con intención de aprender y mejorar sus habilidades. El seductor no sale a ligar, sale a divertirse, algo que le permite estar activo y le sube el estado. Si esa noche no liga, no importa, no pasa nada, porque al menos se ha divertido, y nunca se va de vacío a casa. Incluso del fracaso saca un aprendizaje, analizando lo sucedido y aprendiendo una valiosa lección, para la próxima vez. Siempre que quieras seducir a las mujeres tienes que tener una actitud positiva, para conocer a cuantas más mejor. En estas ocasiones puedes poner en práctica lo aprendido y sacarle el máximo partido a la noche. Una persona positiva no sentirá tanto miedo y necesidad como otra que no es capaz de salir simplemente a divertirse, porque tendrá la presión de conseguir un resultado.

Diario 15

Yo era de los que, cuando salía un fin de semana, me tenía que emborrachar para acercarme a hablar con una mujer, en la mayoría de ocasiones con resultados nefastos. Sin embargo, lo veía como algo normal. Todos mis amigos lo hacían. En las discotecas hace calor, bailas y hablas, y es inevitable que se te seque la boca. Recuerdo llegar a casa muchas noches bastante tocado, e intentar que no se me notara mucho en el trayecto desde la puerta a la cama. Una vez en la cama me tumbaba con los ojos cerrados y sentía que la cabeza me daba vueltas.

Desde que había empezado en la seducción no bebía alcohol cuando salía, pero mis compañeros Putoamo y Guardián sí se solían tomar alguna copa. De vez en cuando me animaba y me tomaba una con ellos, por los viejos tiempos. Nunca bebía más de una copa, y la verdad es que nunca los vi borrachos. Controlaban bastante el tema del alcohol. En mi caso sobrevivía a base de bebidas energéticas, a las que estaba enganchado por su adictivo sabor y porque me mantenían despierto casi toda la noche.

Sabía que usar el alcohol para desinhibirme y perder el miedo y la vergüenza

jugaba en mi contra. Era pan para hoy y hambre para mañana, parchear algo que necesitaba una solución eficaz. Si tenía miedo a abordar mujeres, el único remedio era abordar al mayor número de mujeres posible, hasta que ese miedo terminara desapareciendo y abordar mujeres fuera algo natural.

El alcohol es un mal aliado del seductor por varios motivos. Uno de ellos es que al utilizar

técnicas que aún no controlas, el alcohol no ayuda demasiado a ser congruente con la imagen que quieres mostrar. Entorpece nuestro juego, haciéndolo más deficiente y lento, y ya es bastante difícil sacar la interacción adelante cuando una mujer no te lo pone fácil, como para ir con unas copas de más y no ser capaz de articular una frase coherente. Beber alcohol para seducir es añadir una dosis gratuita de dificultad a la hora de seducir a las mujeres.

A mí el alcohol me afectaba mucho, tenía poca tolerancia, y ya había probado la seducción con unas copas de más y fue un completo desastre. Me sentí peor que antes incluso: se me trababa la lengua al hablar, se me iba el tema de conversación, fijaba la mirada de forma involuntaria en la cara de la gente poniendo expresión de atontado, pillaba las cosas más tarde que los demás, me olía el aliento a alcohol cuando me acercaba a la chica para hacerme oír... Y no sólo me dejaba un dinero, sino que era incapaz de conseguir mis objetivos y me enfadaba conmigo mismo por la estupidez que había hecho. Siempre podías coincidir con la borracha de turno que te lo ponía muy fácil, pero no dejaba de ser lo mismo de siempre.

Daba igual que me pusiera guapo y me concienciara para salir a seducir si luego, cuando bebía y me subía el alcohol a la cabeza, todo lo que había aprendido desaparecía, mostrando de nuevo la imagen del perdedor que había sido durante tantos años. Tenía que agradecerle a la seducción cosas como dejar de hacer botellón los fines de semana y preocuparme más por mi salud y bienestar personal. Era consciente de que si sufría un fracaso con una mujer ya no podía echarle la culpa al alcohol, como había hecho tantas veces, sino que me daría cuenta de en qué había fallado y trataría de ponerle remedio.

Ser tímido no es excusa para ponerte borracho como una cuba y lanzarte como un kamikaze a la conquista de las mujeres. Beber no era lo más

adecuado para perder la timidez.

Una buena forma de ir perdiendo la vergüenza, y que a mí me estaba funcionando bastante bien, era adoptar el papel de Cocky & Funny que enseñaba DeAngelo, ideal para estos casos.

Se trataba de interpretar a un personaje ligeramente arrogante y desvergonzado, tipo James Bond. Aunque las mujeres al principio lo veían como algo raro, te ayudaba a ir normalizando el tema de conocer mujeres desconocidas, volviéndose poco a poco algo más natural. Así se llegaba a perder por completo la timidez y la vergüenza, que en mi caso me habían impedido conocer a las mujeres que tanto me gustaban, sin necesidad de recurrir al alcohol.

Decidí tomar sólo bebidas energéticas cuando salía a seducir. Pero debía tener cuidado con el tema, porque al principio me daban un subidón de energía brutal, pero si me tomaba un par más, me producían el efecto contrario y me quedaba completamente aplanado y sin energía. Una vez que la energía bajaba, ya era muy complicado volver a subirla. Al final, lo que mejor me sentaba era tomar refrescos o directamente agua. Dependía de cómo me sintiese ese día en concreto, y de lo que me encontrase en las discotecas. Todo esto podía levantar mi estado de ánimo o echármelo por tierra. Pero lo que tenía claro es que no volvería a utilizar el alcohol jamás para ayudarme a seducir a una mujer.

La presencia del seductor

La presencia es una de las facetas básicas de un buen seductor. De poco sirve saber cómo hacerlo bien si luego no eres capaz de decir una sola frase con la seguridad y autoridad necesarias. Cuando te digo que necesitas tener presencia

para seducir a una mujer me estoy refiriendo a que debes mostrarte como una persona segura de sí misma, con una gran capacidad de reacción ante cualquier situación inesperada que se pueda presentar. Tienes que ser carismático, y esto es algo que sólo podrás aprenderlo por ti mismo, practicando la seducción.

La presencia no va ligada exclusivamente a la teoría de la seducción, sino que va de la mano del desarrollo y crecimiento personales que tan sólo se consiguen con la práctica. Disponer de una buena presencia hará que las mujeres vean en ti a un hombre diferente, más atractivo y sugerente, alguien digno de recibir toda su atención, además de transmitirles indirectamente que eres el premio, sin necesidad de tener que abrir la boca para decir una sola palabra. En la seducción, no es tan importante el contenido de lo que dices, sino el cómo lo dices. Si cuando te acercas a una mujer muy atractiva metes las manos en los bolsillos, te mueves sin control, sufres tics nerviosos o no eres capaz de mirarla a los ojos cuando hablas, es que no tienes la menor presencia.

Para ganar más presencia de la que dispones actualmente te recomiendo que empieces a trabajar desde ya sobre tu juego interno. Te aseguro que las mujeres tienen una intuición diez veces más desarrollada que la nuestra, debido a que su cerebro se apoya más en la parte emocional y no intentan racionalizar todas las interacciones, al contrario que los hombres, que somos mucho más analíticos.

Ellas llevan toda la vida hablando unas con otras para pedirse consejo y ayudarse ante situaciones desconocidas, mientras que nosotros, ya sea por vergüenza o timidez, siempre estuvimos solos ante lo desconocido, con miedo a confesar a nuestros amigos que teníamos un problema o sentíamos algo especial por una chica. Si haces o dices algo sin la suficiente seguridad y confianza, las mujeres intuirán que les estás mintiendo o que te lo has aprendido en casa, porque no sienten que estés actuando de un modo natural. Lo peor de todo es que al no tener la suficiente presencia, las mujeres te rechazarán una y otra vez, no por cómo eres, sino por la pésima imagen que transmites consciente o inconscientemente.

Diario 16

Había quedado con Sonia, una chica rubia a la que conocí en una despedida de solteras, para ir juntos al cine. Me apetecía mucho verla, y aunque no era habitual que me besase en una noche con una chica a la que acababa de conocer, sí que había quedado con algunas de ellas, sobre todo a las que conocía por Internet. Leyendo en el foro de seducción, bastantes personas solían preguntar sobre si había que llegar puntual o no a una cita. Dispara

eran las opiniones de los compañeros de Comunidad, pero yo tenía mi teoría, que había ido calibrando desde mi propia experiencia, unas veces a propósito y otras a consecuencia del azar y las circunstancias.

Siempre que quedaba con una chica, fuese conocida o no, intentaba llegar un poco más tarde que ella. Llegar al sitio antes de la hora era una clara muestra de interés. Mi experiencia me decía que esto no era nada positivo si lo que quería era tener el control de la situación.

Llegar a la hora o antes puede transmitir la sensación de que tienes ansia o necesidad por estar allí, como si pensáramos que si ella llega antes y no nos ve, se marchará. Había sido puntual toda mi vida, y lo cierto es que en la mayoría de los casos no me había ido del todo bien. Estaba seguro de que la puntualidad —o la no puntualidad— era uno de factores importantes que influían en que las cosas fuesen de un modo o de otro durante la cita. Desde que entré en la Comunidad, me tomé las citas como situaciones excelentes para experimentar y hacer cosas diferentes que no había hecho hasta el momento, dando así pasos de gigante en mi aprendizaje. En algunas ocasiones llegaba tarde, y cuando la chica me importaba poco o nada, llegaba muy tarde. Observaba las reacciones de ellas a mi llegada, y me llevé en muchas ocasiones muy gratas sorpresas, por cosas que no me esperaba de ellas y que descubría poco a poco.

Siempre creí que teníamos que ser buenos chicos, y que un buen chico nunca hacía esperar a una mujer. Había que llegar a la hora establecida, o incluso antes, por si ella se adelantaba. Cuando la chica llegaba al lugar de la cita, se percataba de la evidente cara de alivio que ponía. Ella veía que era yo el que se alegraba al verla llegar, pensando: «Al fin, ahí está». Esto marcaba una gran diferencia que no se podía pasar por alto. Cuando estaba allí, de pie, esperando a que llegase, y ella tardaba un poco más de lo normal, empezaba a ponerme nervioso. Incluso me preocupaba, por si había pasado algo o por si no podría quedar. Sudaba más de lo habitual, una sensación realmente incómoda y difícil de controlar.

No podía evitar sacar el móvil y hacerle una llamada perdida para avisarle de que estaba ya esperándola. Quería saber dónde se había metido. Solía saltarme el buzón de voz, y eso me enfadaba y me ponía más nervioso todavía. Y lo peor era que, cuando llegaba, si había venido en metro, de golpe

recibía los avisos de todas las llamadas perdidas que le había hecho al tener de nuevo cobertura, como este mensaje: «Estoy hecho un flan. Ven ya, por favor».

Entonces sentía un poco de vergüenza por la ansiedad que había mostrado y me excusaba con un «es que te había llamado para saber por dónde estabas». Y ella ponía cara de estar pensando: «Vaya perdedor...». La verdad es que no es un buen comienzo para una cita, pero era mi forma de actuar, la única que conocía.

Más tarde, cuando empecé a leer sobre seducción, descubrí que había otras formas de actuar. Otros hombres que también habían vivido situaciones similares, cansados de lo mismo una y otra vez, habían empezado a experimentar, por su cuenta, llegando un poco más tarde de la hora a las citas. Quise probar lo mismo, para comprobar qué resultados producía en mí y en las chicas con las que quedaba. La verdad es que cuando yo había llegado a la hora o antes, y lo que quería era ligarme a la chica o intentar besarla, me resultaba tremendamente complicado, como si tuviese que escalar un muro gigante que yo mismo había levantado, y no siempre con éxito, por desgracia. Empecé probando algo moderado, llegar unos cinco minutos tarde. Seguía una estrategia: en realidad llegaba un poco antes y me colocaba en algún lugar desde donde pudiese verla llegar, pero no ella a mí. Así sabría a qué hora había llegado ella y podría estar pendiente del tiempo. El kilómetro cero de la Puerta del Sol era un lugar excelente, y se volvió mi zona favorita de prácticas. Desde donde me colocaba podía ver la boca del metro con claridad y, de paso, tenía un reloj de diez metros que me indicaba la hora exacta, mientras que a ella le costaría verme si no se fijaba bien.

Lo primero que me llamó la atención fue comprobar que la mayoría de mujeres con las que quedaba llegaban casi siempre un poco más tarde de la hora prevista. Si era casualidad o premeditado, es algo que no sabría decir, pero así era: muy pocas se presentaban a la hora exacta. Y nunca ninguna se presentó antes de la hora, lo que me demostró que en las citas había ya un juego psicológico interesante, incluso previo a la cita. Antes de encontrarnos ya sucedían cosas que iban a marcar el comienzo y, quizás, el final de la cita. Era tremendamente llamativo, y me encantaba darme cuenta de todo aquello cuando antes había estado completamente ciego a lo evidente.

Cuando yo llegaba cinco minutos tarde a la cita, generaba en la chica un ligero nerviosismo, como si estuvieran en el sitio donde esperaban encontrarme, como había pasado siempre y... ¡sorpresa! ¡Yo no había llegado todavía! Lo más seguro es que pensarán que se te había escapado el metro o que te estabas retrasando un poco y que estarías al llegar, tampoco había que darle muchas vueltas. Cuando pasaba el tiempo oportuno y me presentaba donde estaba ella, empezaba a mostrar interés y alegría al verme. Fue el comienzo de un proceso en el que empecé a ver las diferencias entre actuar de una forma nueva o como lo había estado haciendo hasta entonces. Más adelante pasé a llegar diez minutos tarde, y la cosa empezaba a ponerse interesante: la chica se mostraba más nerviosa de lo que había estado nunca en una cita con un hombre, ya que casi siempre era ella la que hacía esperar al otro. En estos casos incorporé una idea que había leído de otro compañero en un foro, que era enviarle un mensaje al móvil avisándole de que estaba a punto de llegar, cuando ya habían pasado los primeros cinco minutos de espera. Era una excelente forma de aumentar la tensión.

Les enviaba un mensaje que decía: «Estoy peleándome con unos dragones... Me llevará unos diez minutos llegar, princesa». La idea era que se relajase un poco, usando el humor, y que supiera que estaba en camino o a punto de llegar.

Me encantaba llegar con diez minutos de retraso, ya que era el momento en el que la chica solía pasarlo peor. Era una forma de devolverles la moneda por tantos años de esperas.

Si me paraba a contar los minutos que ellas me habían hecho esperar, me daba cuenta de que había perdido un tiempo que podría haber dedicado a hacer cosas mucho más interesantes.

Mirándola desde el lugar donde me escondía, esperando a que se cumplieran los diez minutos, me partía de risa yo solo, viendo cómo la pobre pasaba el peor rato de su vida mirando de un lado para otro, a ver si me veía llegar por algún sitio, poniendo cara de «¡aparece ya, por favor!». A menudo miraba a todos los hombres que pasaban, para ver si yo era alguno de ellos. Cuando por fin me decidía a dejarme ver, su cara de alivio al comprobar que no la había dejado plantada en el último momento no tenía precio.

A partir de ahí, la cita solía ir como la seda. A no ser que yo metiese la pata, era ella la que mostraba un interés desmedido hacia mí sin venir a cuento, y enrollarnos era casi coser y cantar. Ahí estaba la diferencia entre actuar de una forma u otra, entre saber y no saber hacer bien las cosas.

Una vez que tenía esto bien calibrado, no pude evitar ser un poco cruel e ir más allá.

Estaba en mi naturaleza, aunque hasta entonces dormido, el ir hasta el límite, forzando las situaciones para llegar un poco más lejos. Donde los demás daban un paso, yo intentaba dar dos, porque algo me decía que si quería ser el mejor, tendría que hacer el doble que los demás para conseguirlo. Decidí probar a llegar quince minutos tarde a la cita. Prácticamente era un suicidio, pero tenía que intentarlo y ver qué salía de todo aquello. Me dediqué a echarle horas y horas a páginas de contactos en las que había encontrado a muchas chicas

interesadas en mí y con las que poder quedar para practicar. En su mayoría eran latinas atraídas por mi piel clara y mis ojos verdes, una fisonomía totalmente distinta a la de los hombres latinoamericanos. También intentaba quedar con antiguas amigas que tenía en el Messenger, con las que nunca hablaba y con las que no me importaba quedar mal o echarlo a perder. Para experimentar en este campo, no iba a usar a las chicas que más me gustaban o con las que solía quedar habitualmente, por si me salía el tiro por la culata. Estaba arriesgando bastante, pero quien no arriesga no gana.

La verdad es que no recomiendo llegar más de quince minutos tarde a una cita, porque para el reloj de la mujer se vuelve algo excesivo e intolerable, aunque no en todos los casos.

Era increíble observarlas, ver cómo pasaban de estar visiblemente nerviosas a comenzar a cabrearse. Cuando llegaba demasiado tarde, lo que me encontraba era una chica de mal humor y enfadada, que te pedía explicaciones, y entonces era yo el que tenía que mostrar demasiado interés, intentando calmarla para que ella no siguiese enfadada por mi retraso.

También ocurría que muchas otras se marchaban. En el caso de no haber estado observándolas, me habría encontrado con que no había ya nadie

esperándome ese día, ni seguramente tampoco en días futuros. Sólo las que parecían muy coladas por mí aguantaban y se quedaban. Pero cuando llegaba, si no tenía una buena excusa para explicar el retraso, ponían mala cara y durante el resto de la cita se mostraban algo bordes e incluso frías, y me costaba muchísimo tumbar esa barrera.

La idea era encontrar un término medio ideal. Lo que comprobé es que cuando quedabas con una chica, lo mejor era llegar entre cinco y diez minutos tarde. Así lo hice con Sonia, y terminamos en su casa después del cine. Aunque esta vez no me quedé a dormir, porque trabajaba al día siguiente.

Cómo mejorar la presencia

Tu objetivo para dominar el uso de la presencia pasa por controlar los nervios, que te hacen parecer demasiado ansioso o en ocasiones demasiado tímido.

Cuanto mayor control tengas sobre la presencia, más cómodas se sentirán las mujeres contigo, y al mismo tiempo tú con ellas. Una forma muy eficaz de mejorar la presencia es limitar los movimientos y tus palabras cuando hablas con una mujer. Esto se traduciría en no hablar más de la cuenta, porque si lo haces, seguramente ella perderá el hilo y el interés por la conversación. Otro buen consejo es esperar a tener contacto visual antes de iniciar una conversación. Así podrás estar seguro de que te presta atención. Una vez que has captado su atención, en ese momento puedes hablar con la seguridad de que te escuchará.

Incluso si esperas un segundo o dos antes de comenzar a hablar, le pasarás indirectamente la ansiedad a la chica, provocada por el silencio, y mostrará más interés en tus palabras que el que mostraría con otro hombre.

Realizar estos ejercicios en la intimidad de tu casa, frente al espejo, o con amigas con las que tengas suficiente confianza, te aportará un extra de seguridad

cuando llegue el momento de ponerlo en práctica con esa chica que tanto te gusta.

Para terminar con el apartado de la presencia, voy a compartir contigo algunos puntos clave que debes dominar, para convertirte en un maestro de la presencia y atraer la atención de las mujeres de forma magnética:

1. MUESTRA SIEMPRE UNA POSTURA ABIERTA. La espalda recta, la cabeza levantada, las manos fuera de los bolsillos, para que ella pueda verte las palmas de las manos y así demostrarle que no tienes nada que ocultar. Una postura abierta se consigue con el cuerpo relajado en una postura cómoda, de forma que transmitas tranquilidad, no tensión y nervios. Para mantener esta postura abierta, puedes usar un truco muy interesante: la posición de descanso que emplean los militares cuando montan guardia. Se realiza cargando el peso del cuerpo sobre la cadera, para permitir que la pierna contraria descanse durante unos momentos. Debes cambiar la postura de una cadera a otra cuando lo consideres necesario. Así podrás mantenerte relajado en su compañía.

2. ACOMPAÑA LO QUE DICES CON TU CUERPO. Un hombre que es el premio no quiere llamar la atención de todas las personas que le rodean. Lo que de verdad desea es llamar la atención de la mujer a la que quiere seducir. En muchas ocasiones, cuando te acercas a hablar con una desconocida en un bar, la conversación no es fluida por culpa del ruido de fondo, y hay que realizar un sobreesfuerzo para hacerse entender.

Pero si hablas demasiado alto o repites lo que dices cuando no te entiende, ella notará que estás haciendo esfuerzos por no perder su atención, y dejarás rápidamente de ser el premio. Para conseguir el mismo impacto, sin dejar de ser el premio, lo que tienes que hacer es ser muy expresivo con la cara, y acompañar la conversación con gestos de las manos. Eso sí, siempre evitando hacer gestos por encima de tu pecho, porque podrías incomodarla sin querer. En lugar de eso, mueve las manos justo por encima de tu cintura, y con las

palmas hacia fuera.

Si dices algo como: «Este sitio está lleno de gente que no se conoce, pero yo me siento a gusto aquí hablando contigo», puedes abrir los brazos ligeramente, remarcando el entorno que os rodea. Al decir «me siento a gusto» puedes tocarte el pecho con los dedos para señalarte. Y

por último, cuando dices «aquí», señalas con el dedo el espacio que hay entre vosotros, acompañándolo de tu mejor sonrisa. Te aseguro que ella disfrutará encantada escuchándote.

3. NO MIRES ALREDEDOR MOSTRANDO NECESIDAD. Sólo los hombres que se sienten frustrados miran a su alrededor buscando alguna mujer que les dedique un poco de atención. Y tú ya no eres un frustrado, ahora eres el

premio. Los hombres que son el premio y actúan como líderes están pendientes de sus amigos, mostrando que sinceramente son importantes, y dejan a las mujeres en un segundo plano, esperando a que sea el momento adecuado para prestarles su codiciada atención.

No hay nada que demuestre más escasez que un hombre quieto en un punto de una discoteca, mirando hacia todos lados y dejando aparte a sus amigos por intentar ligar. Cualquiera mujer a la que se lo preguntes me dará la razón. Una excelente forma de mirar a una mujer de forma disimulada y casual, sin que ella aprecie que la estás observando, es fijarte en ella mientras te desplazas de un punto a otro del local. Esto te dará la excusa perfecta, y nunca apreciará que la estás mirando con el objetivo de seducirla.

4. HABLA TRANQUILO Y SIN PRISAS. Si hablas demasiado deprisa por culpa de los nervios, nadie va a comprenderte. Si una mujer no te entiende a la primera, perderá todo el interés por ti y serás nuevamente rechazado.

Si dices algo que suena a «latevisolndocntamigy», ella no entenderá nada, y repetirlo será incómodo para los dos. Perderás la presencia y empezarás a sentir ansiedad por si no vuelve a entenderte. Para evitar esto, una vez que te acerques a ella, espera uno o dos segundos antes de decir, con calma y mirándola a los ojos: «Hola. Te he visto bailando con tus amigas y me

apetece bailar contigo». Para evitar hablar deprisa antes de acercarte a una mujer, puedes realizar primero cinco respiraciones profundas, tomando aire por la nariz y expulsándolo lentamente por la boca. Hacer esto te relajará y tu ansiedad descenderá, lo que te permitirá hablar más pausado y claro.

5. DISFRUTA DEL AMBIENTE Y PÁSALO BIEN. Disfrutar es el principal objetivo de un buen seductor. Si no disfrutas con lo que haces, es mejor no hacer nada, porque nunca serás capaz de hacerlo bien. Baila, ríete, ve de un lado a otro, no te cortes. Conocer gente es más divertido de lo que crees, y de esta forma nunca volverás de vacío a casa. Te aseguro que las mujeres notan al momento cuáles son los hombres que salen a ligar y cuáles los que salen a divertirse. Ellas evitarán a cualquier precio a los hombres que solamente quieren ligar con ellas, pero no querrán separarse del hombre que se divierte con ellas y les hace pasar un rato inolvidable. Ese es el hombre que al final siempre se lleva a todas las mujeres, mientras el resto sólo puede conformarse mirándole y envidiándole.

El objetivo de tener una buena presencia, es hacer que te sientas cómodo en todo momento estando con una mujer atractiva y que ella se sienta a gusto en tu

compañía. Esto facilitará un encuentro mucho más íntimo entre vosotros, y te permitirá llevar la interacción hacia donde tú quieras llevarla. Dejarás de ser un simple espectador en tus relaciones con las mujeres, como te había sucedido hasta ahora.



IV

Juego en equipo

La importancia del juego en equipo

Si crees que la seducción es cosa de hombres solitarios, estás muy equivocado.

En mi caso, después de cuatro años de intensa práctica y mucha experiencia, soy capaz de seducir a una mujer sin necesitar la ayuda de otra persona, porque ahora puedo salvar una situación adversa por mí mismo, con mis propios recursos y habilidades. Pero para ti, que estás empezando, seguramente sea todo lo contrario. Si cuentas con un buen compañero tendrás más del 50 por ciento ganado. Ahora voy a demostrarte la importancia de esta afirmación en tu evolución como seductor.

Para empezar, el primer consejo que puedo darte es que a partir de ahora dejes de practicar la seducción acompañado de tus amigos de siempre, a no ser que ellos también la conozcan y la practiquen. Inconscientemente te están perjudicando, y muchas veces no consigues ligar por su culpa. ¿Cuántas veces te acercaste a hablar con una chica y al momento aparecieron tus amigos, interponiéndose y echando por tierra lo que habías conseguido? ¿Cuántas veces tus amigos se han entrometido entre tú y la chica que tanto te gustaba? Sin duda, demasiadas. Sólo hay una cosa clara, y es que entre tu grupo de amigos no existe el juego en equipo. Lo único que hay es un «tonto el último», una carrera contrarreloj de «sálvese quien pueda» para ver quién es el primero que consigue enrollarse con alguna. Con los amigos no podrás probar cosas nuevas, porque cuando te acercas a una te rechaza, ellos se estarán riendo y burlando de ti durante semanas o quizás meses, y esto hará que no vuelvas a acercarte a ninguna chica, no sólo por miedo al rechazo, sino también por el temor a que tus amigos se rían de ti. Como tus amigos no saben seducir, se emborracharán para intentar ocultar sus miedos. Los resultados serán nefastos, y esto no te dará buena imagen de cara a la gente que te rodea. Ninguna mujer se sentirá atraída

por un líder de hombres borrachos.

Si te pararas a pensar la cantidad de veces que tu grupo de amigos te ha perjudicado más que beneficiado a la hora de seducir a las mujeres, te llevarías las manos a la cabeza. Te preguntarás: «¿Y qué puedo hacer entonces? No tengo a nadie más con quien salir». No te preocupes, no te voy a pedir que salgas solo, porque un seductor jamás saldría solo. Eso le daría una mala imagen frente a las chicas, ya que una persona sola siempre es extraña. Además costaría horrores mantener alto el estado activo positivo.

Lo que te recomiendo es que si sales para practicar la seducción lo hagas

acompañado de personas que estén aprendiendo y practicando como tú. Y si quieres salir para cualquier cosa que no sea seducir a las mujeres, puedes hacerlo acompañado de tus amigos de siempre.

Diario 17

Al principio de mi aprendizaje como seductor las segundas citas habían sido muy escasas. Me había dedicado la mayor parte del tiempo a trabajar la seducción de noche, en discotecas y locales de moda, además de practicar durante el día en lugares como el trabajo o en las situaciones cotidianas, siempre que me encontraba con mujeres que me atraían. Pero a medida que pasaba el tiempo, y como consecuencia de mis mejoras, las segundas citas y las

«finalizaciones» (que es como se conoce en la Comunidad al momento en el que tienes un encuentro sexual con una mujer) iban siendo cada vez más habituales. Tal vez no tanto como me habría gustado, pero sí lo suficiente para empezar a notar un gran cambio en los nueve meses que llevaba en la seducción, que me motivaba y me daba ánimos para seguir practicando.

Las segundas citas eran casi tan emocionantes como la propia seducción. Lo habitual era encontrarme con situaciones que me costaba sacar adelante. Para mí la segunda cita con una chica a la que acababa de conocer era un momento tenso. A medida que practicaba más y más, las cosas se iban haciendo poco a poco más fáciles, y conseguir besar a una chica por la noche ya no era tan complicado como al principio, cuando lograr y mantener simplemente una conversación ya suponía todo un mundo para mí. Conseguir números de teléfonos de chicas que te cogían la llamada al día siguiente representaba un avance importante. El problema aparecía cuando en la segunda cita me daba cuenta de que, si bien ya me movía como pez en el agua por las noches (de tanto machacarlo cada fin de semana), ahora comprobaba que no se me daba tan bien la seducción de día como pensaba. Así, la segunda cita se convertía en un terreno de arenas movedizas, donde un paso en falso podía enviarlo todo al traste.

En mi caso ya no era un problema salir a seducir con mis compañeros por las noches.

Abordar a un grupo de chicas, hacer un buen juego con la que más me gustaba, besarla o pedirle el teléfono, sugerirle quedar otro día para conocernos mejor, y ella acceder encantada, había comenzado a ser algo habitual. Pero a partir de ahí empezaban de nuevo los problemas para los que nos habíamos convertido en «seductores nocturnos». Me encontraba inseguro en las segundas citas, sin saber muy bien cómo comportarme. A pesar de haber leído gran

cantidad de material sobre cómo ligar con mujeres, a pesar de contar con un arsenal completo de material enlatado y rutinas de seducción, todo se me quedaba cojo cuando llegaba el día y ya no estaba en la seguridad de la discoteca. Me hacía preguntas como si debía llegar o no puntual, o si cuando la viese debía darle dos besos en las mejillas o directamente un beso en la boca, puesto que ya me había enrollando con ella la noche anterior. O si le preguntaba a dónde quería ir o preferiría que fuera yo el que decidiera el sitio... Esas y muchas más preguntas hacían que la cabeza me diese vueltas. Me daban unas ganas increíbles de salir corriendo por donde había venido. Ni siquiera había llegado el momento de la cita y ya estaba hecho un mar de dudas.

Para dar con las respuestas adecuadas tendría que hacer lo que había hecho para la seducción nocturna: experimentar. Si me tenía que llevar palo tras palo para aprender a estar a gusto con una chica en una cita y no meter la pata, lo haría. No quedaba otra, así eran las cosas.

Sabía que no estaba solo en esto y que, como yo, cientos de hombres tenían las mismas dudas cuando llegaba esa segunda cita. Decidí investigar por el foro y contrastar opiniones.

Gracias a los compañeros que compartían sus experiencias en webs y foros pude leer situaciones parecidas que habían vivido unos y otros y así tener una ligera idea de por dónde podía tirar. Si a varios les habían funcionado las mismas cosas, a mí también tendrían que funcionar. No dudé en pedir consejo a mi amigo y compañero de seducción Arcángel, quien rápidamente me dio unas pautas y varios consejos muy útiles.

Cómo ser un buen compañero de seducción

Ser un buen compañero en la seducción es algo fundamental. Es importante encontrar un acompañante adecuado, uno que esté a la altura de las circunstancias. Un mal compañero no será muy distinto de los amigos que te han estado perjudicando a la hora de conocer mujeres. Y para evitar malos entendidos con tu compañero, lo mejor es llevar el juego en equipo con un mínimo de orden, por lo que tendrás que aprender, y también la persona que salga a practicar contigo, unas reglas de compañerismo básicas que harán que nadie pise a nadie y todo sea mucho más fácil.

1. **DEBES CONOCER BIEN A TU COMPAÑERO.** Estarás de acuerdo conmigo en que no queda nada bien que una chica os pregunte de qué os conocéis y os quedéis los dos en blanco, sin saber qué responder. Para evitar esto, lo que tienes que hacer es quedar un día con tu nuevo compañero, si os acabáis de conocer, para conversar. Debes saber a qué se dedica, qué edad tiene, de dónde es, qué cosas le gustan... Son preguntas típicas que puede hacernos cualquier chica. Además, al conocer un poco más sobre la vida de tu compañero, vuestro juego en equipo será mucho más fluido, y estaréis más a gusto el uno con el otro cuando salgáis a ligar.

Llegará un momento en el que se creará una buena amistad entre vosotros, más allá del ámbito de la seducción.

2. **QUIEN ABRE EL GRUPO DE CHICAS ELIGE.** Acercarse a un grupo de mujeres desconocidas es lo que más suele costar a las personas que se inician en la seducción. Lanzarse a hacerlo requiere valor y decisión, además de estar dispuesto a sufrir un rechazo. Por lo tanto, queda claro que quien abre el grupo es el que tiene el privilegio de elegir cuál de las chicas le gusta más, mientras que el compañero tendrá que hacerse cargo de las demás amigas. Hacerlo así fomenta que uno se tome la molestia de ser el primero en acercarse a mujeres desconocidas para hablar con ellas. Lo ideal es ir alternando esta tarea con el compañero.

3. **LA PRESENTACIÓN CON MALAS PALABRAS.** Hay que hacer lo contrario a lo que hemos hecho siempre al presentar a nuestros amigos. Si empiezas a conversar con ellas y quieres presentarles a tu amigo, lo normal es decir: «Hola. Este es mi amigo Héctor, que es muy buen chico». ¿Qué crees que pensarán ellas? No que es un buen chico, sino que se lo quieres vender, y en consecuencia sus defensas aumentarán, porque esa es la psicología que

adoptamos cuando alguien nos intenta vender algo que no queremos. Para evitar esto y hacerlo correctamente, lo mejor es decir algo gracioso, como: «Hola. Este es mi amigo Héctor. Tened mucho cuidado con él porque es un mal tipo. ¡En su pueblo le llaman el violador del ascensor!». ¿Cuál crees que será la reacción de ellas en este caso? Se reirán y se darán cuenta de dos cosas: la primera, que hay mucha confianza entre vosotros, lo que dará a entender que sois buenos amigos y os conocéis desde hace bastante tiempo; y la segunda, que si tú eres un buen tío, ellas sabrán automáticamente que tu amigo también lo es.

4. EL COMPAÑERO SÓLO AYUDA. Es la única y exclusiva función del compañero cuando eres tú el que abre el grupo: ayudarte a que las amigas de la chica que estás intentando seducir no te molesten, que se la lleven del brazo o que puedan captar su atención mientras estáis hablando.

Realmente el compañero tiene el trabajo más «duro» en el juego de la seducción, que es hacerse cargo de las amigas, además de no destacar por encima de ti en ningún momento, haciendo algún chiste de más o llamando la atención de la chica a la que estás intentando seducir. Si no lo hiciéramos así, volveríamos a lo mismo que nos ha pasado una y otra vez con los amigos de siempre. El compañero en la seducción es esa ayuda que siempre quisiste en los momentos clave, pero que nunca hasta ahora tuviste. Es alguien que sabe lo que estás haciendo y por qué, y pone toda la carne en el asador para que lo consigas, impidiendo

que factores externos, como las amigas, echen por tierra lo que hayas conseguido. Eso sí, unas veces le ayudarás tú y otras veces te ayudará él. De este modo conseguiréis tener más éxito que si apostáis por el poco efectivo «sálvese quien pueda» y actuar en solitario.

5. HABLAR BIEN DEL COMPAÑERO CUANDO NO ESTÉ PRESENTE. Es una sencilla técnica para resultar más interesante con mujeres desconocidas. Lo único que tienes que hacer es pactar de antemano con tu compañero alguna situación que podría ser beneficiosa y que te hará más atractivo a ojos de cualquier mujer. Si estáis charlando con dos chicas y les decís:

«¿Sabéis que tengo un Ferrari aparcado en la puerta?», ellas te mirarán

extrañadas y pensarán que eres el tipo chulo, convirtiendo algo que sería muy atractivo en algo negativo. Sin embargo, si cuando te acercas a la barra a pedir algo o vas al servicio, tu compañero aprovecha ese momento para decir en tu ausencia: «¿Sabéis que mi amigo tiene un Ferrari? Pero una cosa: no le digáis nada, porque a él no le gusta que la gente sepa que es suyo», en ese momento habréis dado con la clave. Que tu compañero cuente algo positivo de ti cuando no estás presente. Y si además les dice que le guarden el secreto, hará que cuando vuelvas te miren con otros ojos por tener algo que te hace más atractivo, en vez de perjudicarte por haberlo dicho tú. Lo mismo sucederá al contrario si lo haces con tu compañero.

Seguir estas cinco sencillas normas de compañerismo hará que vuestro juego en equipo mejore en muy poco tiempo y vuestros resultados con las mujeres sean mucho mejores. Es más: si tu compañero no las sigue, lo mejor que puedes hacer es buscarte otro lo antes posible. Si no lo haces, todo el tiempo y esfuerzo que le dediques a esto no habrá servido de nada. No olvides compartir estas normas con la persona que vaya a ser tu futuro compañero. Es muy posible que él no las conozca y deberás enseñárselas para que todo vaya sobre ruedas. Ahora que te estás iniciando en la seducción, contar con un compañero que te ayude, te motive y te eche una mano en los momentos difíciles es vital, ya que te permitirá salir airoso de situaciones donde estando solo fallarías.

No olvides que a medida que vayas aprendiendo y dominando el juego de la seducción, llegarás a un punto en el que serás capaz de conseguir lo que te propongas por ti mismo, sin necesidad de depender de ningún compañero, porque sabrás cómo hacer las cosas correctamente y tendrás todos los recursos y habilidades necesarias para conquistar a una mujer.

Una forma relativamente rápida y cómoda de encontrar compañeros para salir juntos es a través de foros de seducción. [1](#) En ellos podrás encontrar gente con la que salir, de todas las edades y lugares del mundo. También puedes asistir a las

quedadas de seductores que se organizan regularmente, todos los meses, en las capitales de más de medio mundo, aunque nunca hayas sido consciente de su existencia. También puedes recurrir al recurso de comentarlo con tus amigos de siempre, y hacer que dejen de perjudicarte para que empiecen a

ayudarte y beneficiarte de una vez por todas.

Es muy importante que busques un compañero que tenga tu mismo nivel, ya que si sales con una persona que sabe mucho más que tú y con bastante práctica a sus espaldas, seguramente te eclipsará, será el que lo haga todo y tú te sentirás frustrado por no estar «a la altura» y andar tras sus pasos. Lo ideal es practicar junto a un compañero de tu mismo nivel, lo que hará que aprendáis juntos y os motivéis mucho más.



V

Sedución básica

Como has podido comprobar hasta ahora, el juego de la seducción, que se produce inconscientemente entre hombres y mujeres, es algo que puede estudiarse y aprenderse para mejorar el éxito. Es la única manera de llegar a ser realmente bueno en algo que nunca se te había dado bien. Ahora que has aprendido las bases, voy a mostrarte a continuación detalladamente el proceso de seducción básica paso a paso, dividido en tres etapas, para que sepas identificar en qué punto de la interacción te encuentras en cada momento, y qué debes hacer a continuación.

Atracción

La primera fase que encontramos en la seducción es la «atracción», que comienza cuando ves a la mujer que te gusta hasta el momento en que te acercas para conversar con ella. Voy a enseñarte algunas formas de iniciar una conversación para conocer a esa chica que tanto te gusta y a la que quieres seducir. En esta fase aparece el primer miedo: no saber cómo acercarte a ella y comenzar la interacción. Vamos a trabajar ese miedo de dos formas, a través del calentamiento previo y aprendiendo diferentes procedimientos de acercamiento. Recuerda que el miedo viene producido en su mayor parte por el desconocimiento de cómo acercarte a una mujer. Tememos lo que no conocemos, y eso nos hace sentir inseguros. Al tener

estas herramientas nuevas a tu disposición, tus miedos disminuirán cada vez más hasta que dejen de ser un problema.

Diario 18

No miento al afirmar que cualquier hombre que estudie la seducción se vuelve adicto a las emociones fuertes, con altas dosis de adrenalina, a medida que se introduce más en la práctica y va mejorando. Cosas que antes te ponían por las nubes, como ser capaz de enganchar a un grupo de chicas y que estas no te echasen a las primeras de cambio, al principio suponían un motivo de celebración y felicidad. Al menos para mí, que nunca se me habían dado bien las mujeres. Sin embargo, cuando empecé a dominar la seducción el cuerpo me pedía más, ir más allá, hasta el límite. Vivir como un seductor es hacer cosas diferentes a las que hacen la mayoría de hombres que están acostumbrados a vivir en su día a día. Ves a los demás como si fuesen clones, haciendo todos lo mismo, entrando a las mujeres de la misma manera, diciéndoles las mismas cosas, repitiendo los mismos comportamientos. Por eso era de esperar que recibiesen todos las mismas respuestas, que, por desgracia para ellos, suelen ser negativas. Mientras tanto, los hombres que hacíamos cosas diferentes, no sólo los seductores naturales, sino los que aprendíamos la seducción, empezamos a cosechar diferentes respuestas en las mujeres.

Desde que había entrado casualmente a formar parte de la Comunidad de Seductores, el cambio en mi vida y en mi forma de ser había sido impresionante. Estaba casi irreconocible para las personas que llevaban tiempo sin verme. A las que me encontraba no les pasaba desapercibido el cambio. No sólo era mi aspecto, más cuidado, sino mi forma de ver las cosas y de actuar. Necesitaba emociones fuertes para no aburrirme, estaba ávido de probar cosas nuevas, de investigar por mi cuenta y de experimentar para ver qué sucedía, y hacer cosas que antes ni me habría imaginado, simplemente por no verme capaz.

Me encantaban esa adrenalina y la tensión que se producían al ligar con mujeres desconocidas. Estaba nervioso por no saber cómo iban a salir las cosas, pero tenía muchas ganas de seguir a pesar de todo. No quería parar, y una vez que calentaba, era capaz de abrir grupos como si ya fuese lo más natural del mundo. Unas veces enganchara mejor y conseguía mantenerme

en el grupo sin que me echaran. Otras no lo hacía tan bien y tenía que buscar rápidamente otro grupo para seguir intentándolo. Eso sí, siempre despidiéndome de forma educada, con un «que tengáis buena noche». Y me iba con una gran sonrisa en los labios, dejando claro que eran ellas las que salían perdiendo por no conocerme. Esa era la actitud correcta, y casi siempre solían quedarse confundidas, con la sensación de haber rechazado a un tío que parecía interesante y diferente. Así era el piloto automático de las mujeres, que a veces se arrepentían de lo que habían hecho inconscientemente al rechazarme.

Era como empezar una nueva vida mejor. Hacía deporte, me cuidaba más, incluso tenía ganas de practicar actividades de riesgo que antes ni me había planteado, como hacer *puenting* o saltar en paracaídas desde un avión y atravesar el cielo. Quería emociones fuertes, no podía evitarlo. Era algo que iba naciendo dentro de mí, un proceso de cambio que yo podía sentir. Me resultaba imposible plantar la rodilla en el suelo y aceptar la vida que había llevado cuando no conocía la existencia de la seducción. Necesitaba hacer cosas y vivir nuevas experiencias que me aportasen sensaciones alucinantes.

Al principio no me quedaba otra que usar rutinas y material enlatado que había leído en libros y foros, porque en ese momento tampoco sabía muy bien qué era lo que tenía que decir, ni tenía demasiado qué contar. Mi vida había sido muy sencilla, nada del otro mundo, y me daba miedo que las chicas no me hiciesen caso, o aburrirlas por no tener nada interesante que contar. Me veía obligado a inventar mentiras sobre una vida que aún no había vivido, sólo para estar a la altura y así llamar su atención. Yo sabía que lo mejor era vivir realmente nuevas

experiencias emocionantes, y luego compartirlas con ellas, sabiendo de primera mano de qué estaba hablando.

Sabía de sobra que las chicas eran muy intuitivas y que se percataban de hasta los más pequeños detalles. Si les intentaba vender la moto soltando cualquier rutina que me había aprendido de memoria en casa, ellas me miraban con cara de «¿este tío se ha estudiado la lección o qué le pasa?». Si les contaba algo que había vivido, por simple que fuese, ya era otra cosa. Su mirada, su lenguaje corporal, eran completamente diferentes, podía ver la emoción que sentían cuando estaba contando algo con lo que ellas habían

conectado.

Transmitir algo que has vivido es el camino adecuado para mejorar la relación con las mujeres.

Era mejor dejar las rutinas y el material enlatado cada vez más de lado, y decir o hacer lo que me pasase en ese momento por la cabeza.

La importancia del calentamiento previo

Un deportista, si no calienta previamente, está poniendo a prueba el límite de su resistencia corporal. Lo más probable es que sufra una lesión que podría haber evitado realizando un buen calentamiento. Pues con la seducción ocurre exactamente lo mismo. Llevas casi media vida saliendo a seducir a las mujeres los fines de semana, te conciencias en casa, sales dispuesto y preparado para dar lo mejor de ti, tienes la actitud correcta, tienes el estado y la energía por las nubes...

pero al entrar por la puerta de la discoteca y ver a una mujer que te gusta, todo eso desaparece en un abrir y cerrar de ojos. Te quedas frío, clavado en el sitio, con ganas de acercarte y hablar con ella, pero sin ser capaz de hacer nada. Siento comunicarte que te acabas de lesionar gravemente, y lo peor de todo es que podrías haberlo evitado.

¿Te preguntas qué es lo que ha sucedido? Sencillamente que no has calentado. Cuando sales a seducir a las mujeres, el calentamiento previo es fundamental, porque si entras en cualquier local y en ese momento tienes que empezar a hacer tus primeras aproximaciones, tu miedo al rechazo estará más presente que nunca. Para evitar esta molesta sensación, los seductores realizamos un calentamiento, que nos ayuda a perder ese miedo inicial que nos bloquea y nos impide acercarnos a una mujer. El calentamiento consiste en hablar o saludar a gente desconocida por la calle, sin importar que te respondan o no, cuando te diriges a un local para ligar. No importa que sean hombres o mujeres, ni tampoco su edad. De lo que se trata es de perder el miedo a iniciar una conversación con algún desconocido. Así, cuando llegues a tu destino, todo será mucho más sencillo, porque estarás «en caliente» y listo para seguir conociendo gente. El miedo y la ansiedad habrán desaparecido casi por completo, y sobre todo te habrás divertido durante el

camino, llegando con la energía alta y un estado activo positivo óptimo para seducir a las mujeres.

Ten en cuenta que el calentamiento no tiene como objetivo iniciar una conversación, ni siquiera que la gente te responda o se detenga en la calle para hablar contigo. Su única finalidad es ayudarte activamente a perder el miedo, a reducir la ansiedad y a entrar en una dinámica que te permita hablar con personas desconocidas en tiempo récord. Hacer esto te ayudará a acercarte a la mujer por la que te sientes atraído y a tener más probabilidades de éxito.

Diario 19

Dejar tu huella en una mujer, por mala que sea, es mucho mejor que no dejar nada. Incluso para los seductores, uno de sus mayores temores es dejar indiferente a una mujer al intentar seducirla. Prefieren recibir una reacción negativa, antes que una ausencia de reacción. Poco a poco fui descubriendo que las vivencias eran lo que realmente importaba, pero no se podían olvidar los recuerdos, que son los que quedan cuando tú ya no estás ahí. Eran esos recuerdos los que hacían que permanecieses en la cabeza de una mujer cuando no estabas físicamente con ella.

Hace mucho tiempo, un amigo que entendía bastante bien a las mujeres me dijo: «Durante tu vida conocerás a muchas mujeres, pero sólo serás importante para las que te recuerden cuando no estés». Esta frase, aunque no la entendí en su momento, me dejó muy impactado cuando por fin lo vi todo claro. No sabía exactamente con cuántas mujeres había estado en mi vida, ya fuese hablando, acostándonos o peleando, y tampoco sabía cuántas de ellas se acordarían de mí. Puede que muchas o ninguna, era algo que no podía saber, pero ahora estaba seguro de que con mis acciones podía influir para que eso sucediese en el futuro.

A veces, cuando estaba con mujeres que me atraían, pensaba que lo correcto era tratarlas de la mejor manera posible, accediendo a todas sus peticiones, corriendo detrás de ellas cuando me llamasen, sin llevarles nunca la contraria, como me habían dicho siempre. Así había sido mi vida durante mucho tiempo, y no sabía que lo único que estaba consiguiendo era todo lo contrario a lo que realmente deseaba: que me valorasen. Y me sentía mal cuando no

dejaban de hablarme de ese «chico malo» que se portaba tan mal con ellas, el que las toreaba, el que no les prestaba atención cuando se la pedían... Lo veía claro: yo me esforzaba tremendamente por ellas, pero no conseguía estar en sus pensamientos.

Con la práctica aprendí a darme cuenta de la importancia del pensamiento subconsciente en las mujeres, de todas aquellas cosas que pasaban a lo largo del día por su cabeza sin darse cuenta, pero que tanto influían en su vida. A veces incluso era mejor sacarlas un poco de sus casillas, porque eso hacía que me tuvieran mucho más en cuenta, aunque fuese para pensar algo negativo. Cuanto más pensarán en mí, aunque fuese por algo malo, más les costaría después no querer verme o rechazarme si intentaba algo con ellas. Al hacerlas rabiar, como cuando éramos niños pequeños y les tiraban de las coletas en el recreo, ellas no paraban de darle vueltas a la cabeza pensando en mí. Les costaba muchísimo evitarlo, y aunque estuviesen enfadadas, no importaba nada, porque mi imagen ya estaba ahí dando vueltas por su cabeza. Cuando volviese a verlas, al haber pensado tantas horas en mí, se habría generado entre nosotros un fuerte lazo de unión, de forma totalmente inconsciente por parte de ellas, y esto significaba que habían invertido involuntariamente demasiado tiempo en

mí, sin haberse tan siquiera percatado de ello.

Sabía que no consistía en ser malo con las mujeres, esa no era la idea, y tampoco era ético hacerlo. Debía encontrar un término medio similar al Cockey & Funny, para fastidiarlas un poco en vez de hacerles la pelota. Se podía conseguir algo de ella con algo muy simple. Por ejemplo, un comentario sobre su pelo: «Tía, qué putada te han hecho en el pelo». O

simplemente un «buf, vaya peinado», poniendo cara de desagrado. Esto ya era meterse un poco con ella usando un humor negro, pero sin faltarle al respeto, parecía más un comentario desafortunado por tu parte que intencionado. Y lo interesante era que aunque ella se enfadase al momento, ese enfado le duraba sólo unos minutos como mucho, pero a mí me tendría en su cabeza durante horas. Eso es algo que las mujeres no pueden controlar. Estuve experimentando con este procedimiento una y otra vez, para comprobar de primera mano cómo se comportaban y así dejar huella en ellas. Era mejor eso que pasar indiferente por sus vidas, como hacía el resto de

hombres.

Cómo iniciar una conversación

El principal problema que tienen la mayoría de los hombres a la hora de iniciar una conversación con una mujer desconocida es que buscan una forma «perfecta»

para acercarse a ella, y esto es algo imposible, porque no existe una manera universal de acercarse a una mujer, sino que hay que adaptarse a cada situación y contexto en el que te encuentres. Para que sepas cómo acercarte a una mujer, e iniciar una conversación con ella, voy a enseñarte varias formas diferentes de hacerlo, que te ayudarán a dar el primer paso. Con el tiempo y la práctica, irás creando tú mismo las tuyas propias, y elegirás las que te resulten más efectivas.

1. APROXIMARSE INDIRECTAMENTE. Si te acercas a un grupo atravesando la discoteca de punta a punta, apartando a un lado a la gente, ellas te verán venir y tendrán todo el tiempo del mundo para activar sus defensas, para rechazarte, lo que hará que te sea más complicado iniciar una conversación. Para evitar esto, lo mejor es acercarte hacia donde se encuentran caminando junto a tu compañero, hablando distraídamente entre vosotros. Al llegar a la altura del grupo, simplemente te giras para charlar con ellas. Se verá muy natural y las habrás pillado desprevenidas, con las defensas bajas. Tu compañero seguirá caminando como si tal cosa, para no quedarse parado junto a vosotros en una situación tensa para él, y estará atento por si tiene que acercarse para ayudarte a entretener a las amigas.

2. LANZAR UN ANZUELO. Cuando sales a seducir a las mujeres, encontrarás a algunas predispuestas a conocer gente, y con las que te será fácil estar a gusto y llegar a algo más íntimo. Pero también darás con otras que

tendrán novio, que hayan pasado un mal día, que no estén de humor en ese momento o cualquier otro motivo que las tenga sin ganas de conocer a nadie esa noche. Tu objetivo es evitar a estas mujeres a toda costa, porque sólo te harán perder tiempo y energía. Un buen truco consiste en lanzar un «anzuelo» para ver cómo reacciona inicialmente y, a partir de su reacción, intentar

conocerla o buscar a otra. La idea principal es decir cualquier cosa, para tener la opción de volver a conversar con ella más adelante, si se presenta la ocasión. Imagina que estás hablando con tu compañero y pasa por tu lado una chica que te parece atractiva. Puedes girarte y comentarle en tono de humor cualquier frase que te venga a la cabeza y que tenga relación con el contexto donde te encuentras. «¡Oye, llegas tarde!», puedes decirle mientras le sonríes señalándole el reloj. Obtendrás dos posibles respuestas: puede que pique el anzuelo y te siga la broma, o que no te haga caso y pase de largo. Si sucede esto último, sigue charlando con tu compañero como si tal cosa porque nadie se habrá percatado de nada.

Si picó el anzuelo, cuando volváis a encontraros, habla de nuevo con ella. Te será mucho más fácil, porque ya no serás un completo desconocido, sino «el de antes». En su cabeza, de forma inconsciente, juntará el momento en que le hablaste la primera vez con el actual, y creerá que lleváis más tiempo juntos del que realmente habéis estado.

3. USAR UNA CRÍTICA. Hay algo que vuelve locas a las mujeres: dar su opinión sobre otras personas. Si te acercas y le dices: «A ver si me puedes sacar de dudas. ¿Sabes cuál es esa famosa a la que han pillado esta semana poniendo los cuernos a su marido el torero?», observarás lo que suele ocurrir con las mujeres cuando ven un programa del corazón o leen una revista de prensa rosa: les cuesta muchísimo contenerse y no hacer algún comentario al respecto para dar su opinión. Esto te dará pie a continuar una conversación, para después orientarla por donde más te convenga. Si vas acompañado de varios compañeros, lo mejor es que os coloquéis justo al lado del grupo de chicas a las que queréis seducir y hablar en voz alta sobre algún famoso muy conocido. Te giras un momento, con cara de indignación y, para hacerlas partícipes de vuestra conversación, les dices: «Disculpad un momento. Mis amigos están diciendo que Paulina Rubio canta fatal, pero yo creo que canta realmente bien». La respuesta por su parte será inmediata. Unas dirán que bien y otras que mal, pero ninguna se quedará sin dar su opinión, y lo más importante es que en un momento habéis conseguido formar un grupo con ellas, y podéis continuar hablando sobre lo que os apetezca, mientras intentáis seducirlas.

4. SUBIR EL ESTADO. En muchas ocasiones, cuando estás con tu

compañero en una discoteca, es muy común que os toméis un ligero descanso de vez en cuando. Sin embargo, estos descansos pueden llegar a ser muy peligrosos si son demasiado seguidos, porque harán que baje vuestra energía, y podéis quedaros rápidamente estancados sin hacer nada. En estas situaciones, cuando nadie da el primer paso y el cansancio comienza a hacer mella, la mejor solución para recuperar un buen estado activo positivo es separarte de tu compañero o compañeros por unos momentos, y que cada uno se dirija a un punto de la discoteca, en direcciones opuestas, y comience a hablar con la primera chica que encuentre, hasta que el estado vuelva a estar otra vez alto. De este modo estarás preparado de nuevo para seducir a cualquier mujer por la que te sientas atraído. El objetivo es que no os vengáis abajo cuando disminuya la energía y que en todo momento estéis preparados y listos para conocer mujeres.

5. REENGANCHAR. Otra forma realmente divertida y sencilla de iniciar una conversación con una mujer es aprovechando el trabajo que hacen los hombres que no conocen la seducción. Habrás vivido infinidad de ocasiones en las que el típico borracho se acerca a un grupo y le rechazan brutalmente, mientras empiezan a reírse entre sí comentando lo sucedido. Ese es justo el momento perfecto para acercarte y tener éxito donde el otro falló. Lo único que tienes que hacer es acercarte a ellas justo después de que hayan echado al otro chico y decirles algo como: «¿Pero qué le habéis dicho a ese pobre hombre, que se ha ido medio llorando?». Hazlo con mucho humor y verás como ellas estarán más receptivas de lo que te esperabas. El motivo es que el que fue rechazado ha conseguido hacer el trabajo duro, que es bajar sus defensas, en el momento en que empiezan a hablar entre ellas sobre lo que ha sucedido. Aprovechar a tu favor esta ventaja es fundamental para conseguir que no te rechacen a ti también si esperas demasiado para acercarte. No desaproveches estas oportunidades de oro cuando se presenten, son muy valiosas.

6. SALUDAR. Por último, tenemos el recurso de decir un simple «¡hola!». Es tan sencillo que sorprende por su efectividad. Te ayudará a no estar preocupado por tener que pensar qué decir. Liberarás la ansiedad inicial que se produce cuando quieres acercarte a hablar con una mujer desconocida. Sólo tienes que acercarte con decisión y saludarla. Es imprescindible actuar con una buena presencia y esperar a que sea ella la que continúe con la

conversación, pasándole la patata caliente de la interacción y la ansiedad, que tú podrías tener en ese momento si

estuvieses preocupado por el miedo de no saber qué decir a continuación. Te sorprenderán sus reacciones. Tenemos la falsa creencia de que nada más acercarnos a una mujer debemos hablar sin parar o nos rechazará. Utilizando esta forma de iniciar una conversación, le estamos dando la oportunidad de abordar algún tema del que le apetezca realmente hablar en ese momento, haciendo las cosas para nosotros muchísimo más sencillas.

Diario 20

Navegando por el foro, me fijé en un artículo que hablaba sobre los objetivos de la seducción, qué era lo que esperábamos conseguir con todo esto. Yo tampoco tenía muy claro lo que quería, pero sabía muy bien lo que no quería. No quería conseguir mis objetivos a cualquier precio, a costa de perder mis principios morales o convertirme en una mala persona.

Recordaba las palabras de mi compañero Crespo sobre este tema cuando nos conocimos. Me había parecido bastante sincero y realista con lo que se estaba cociendo últimamente en la Comunidad y entre los nuevos seductores cada fin de semana, decía:

«El esfuerzo es algo que se tiene que asumir. La idea que prima sobre la seducción, en un elevado número de seductores, páginas y foros, es la de que las mujeres son un juguete, y nosotros un niño al que nunca le han dejado jugar con ese juguete. Hay que buscar un método que cueste el mínimo esfuerzo y que dé los mejores resultados posibles. Sería perfecto que todas estas ideas cambiasen. Las mujeres son personas, no un enemigo al que vencer, como afirma el seductor natural Zan Perrion. No buscar un método, sino ofrecer más a los demás, esto significa mejorar nuestra vida para poder ofrecer más atractivo, más comprensión, diversión y conocimiento a los que nos rodean. Hay que buscar un equilibrio en nuestra vida sexual y sentimental para no caer en la necesidad. Y echarse novia no es motivo para ser un frustrado. Buscar la competición y querer ser el mejor es absurdo. Creo que poca gente de la Comunidad alguna vez se ha planteado un objetivo serio. Simplemente un día dijeron: “Quiero ser un seductor”, algo que es muy confuso. ¿Saben realmente qué es ser un seductor?».

Parecía difícil añadir mucho más a estas palabras, con las que conectaba profundamente y que me ayudaron enormemente a evolucionar. Cada vez estaba más claro: uno podía seducir mujeres y hacerles daño, pagando con ellas el mal que nos habían hecho involuntariamente durante nuestra vida, o dejar de lado el rencor y la rabia para ser un auténtico seductor que dejase un buen recuerdo en todas las mujeres con las que se cruzase en su camino. Y cuando fueses a la cama con ellas, no ser un simple encuentro sexual, sino establecer una conexión especial que perdurase en el tiempo.

Sabía lo que quería hacer, y era dejar un buen recuerdo en cada mujer que pasara por mis brazos. No quería dejar una mala impresión sobre mí, ni sobre lo que hubiésemos vivido juntos, ya fuesen minutos, días o años. Un buen recuerdo sería algo a lo que siempre daría

mucho valor. Aunque ella no quiera que su amiga se enrolle conmigo, no podría evitar hablarle bien de mí porque le dejé un buen recuerdo. Ni siquiera sería consciente de ello, pero estaría trabajando a mi favor cuando la amiga le preguntase cómo era y qué tal habíamos estado ella y yo juntos. Era como hacer una inversión de futuro a largo plazo, sembrando una semilla y recogiendo los frutos en el momento adecuado.

Cómo iniciar una conversación

con mujeres sentadas y grupos mixtos

Ahora que ya conoces diferentes formas de iniciar una conversación con mujeres desconocidas, voy a enseñarte cómo hacerlo cuando están sentadas a una mesa y cuando hay hombres en el grupo. Estos dos tipos de grupos suelen ser complicados, a priori, para los hombres que se inician en la seducción, que terminan evitando acercarse a ellos. Sin embargo, si sabes cómo hacerlo, las cosas se vuelven más sencillas de lo que parecían en un principio.

1. MUJERES SENTADAS. ¿A cuántas mujeres has pasado por alto simplemente por el hecho de estar sentadas a una mesa? Seguramente demasiadas, pero eso va a cambiar. Cuando te acerques a la mesa donde están, lo primero que debes hacer es colocar las palmas de las manos sobre la mesa, inclinando el cuerpo hacia delante. Con este lenguaje corporal, te pones

a la misma altura que ellas, es algo que habrás visto hacer a algunos camareros de los bares de copas. Estar de pie mientras ellas están sentadas no es una postura natural ni tampoco cómoda para ti.

Más de un minuto de pie hablando, echará por tierra todo lo que hayas conseguido hasta ese momento. Tu principal objetivo es sentarte con ellas o estarás fuera de juego. La misión de tu compañero será buscar una silla o taburete desocupado por todo el local, y colocártelo disimuladamente detrás, para que puedas sentarte como si nada. Te aseguro que ellas no se darán cuenta, ni notarán nada extraño. Una vez que hayas conseguido sentarte, será muy difícil que puedan echarte, y tú te sentirás cada vez más cómodo para continuar una conversación.

2. GRUPOS MIXTOS. ¿Cuántas mujeres has pasado por alto porque había algún hombre en el grupo? Seguramente también demasiadas. Cuando vemos a un hombre dentro de un grupo de mujeres, por muy guapas que sean y por mucho que nos gusten, solemos descartar cualquier opción. Presuponemos que quizás pueda ser el novio de alguna de ellas y pueda generarse una situación violenta sólo por el hecho de acercarnos. Te aseguro que estás equivocado. Los grupos mixtos son, en

muchas ocasiones, más accesibles que los de mujeres solas, precisamente porque hay un hombre o varios entre ellas, y te lo voy a demostrar. Cuando quieres iniciar una conversación con un grupo mixto, a quien primero tienes que acercarte es al hombre, y hacerle una pregunta del tipo: «¿Oye, tío, ¿sabes cómo quedó la Fórmula 1? Es que he salido con prisas y no he podido terminar de verlo». Es una pregunta que sólo le harías a un hombre. Tiene que estar relacionada con deportes o cualquier tema del que hablarías con un amigo. Él te responderá que lo sabe o que no lo sabe. No des demasiada importancia a su respuesta, es lo de menos. El único objetivo es acercarnos a hablar con él, y, cuando lo hagamos, verás que todas las mujeres del grupo inconscientemente podrán su atención en ti, preguntándose si serás quizás algún amigo o conocido suyo. Lo siguiente que tienes que hacer es decirle un «falso halago», con el objetivo de subirle la autoestima, para que no te vea como una posible amenaza, se confíe y te ayude sin él saberlo. Puedes decirle: «¿Cómo haces para estar rodeado de tantas mujeres?». Hinchando su pecho de orgullo, te responderá: «Pues mira, esta es mi vecina, mi hermana y

sus amigas, que están solteras». Con esto te estará indicando cuál es su objetivo esa noche, su vecina, y cuáles son las chicas disponibles.

Prácticamente sin saberlo te está haciendo la función de compañero de forma inconsciente, además de que tu presencia le interesa y beneficia para conseguir su objetivo, por lo que no notarás su presencia ni te molestará.

Como puedes comprobar, iniciar una conversación con mujeres sentadas a una mesa o con grupos mixtos es más sencillo de lo que habías pensado inicialmente, si sabes cómo haberlo. Ya no tienes excusa para no poner en práctica tus dotes de seducción y aumentar tu abanico de posibilidades. Te divertirás muchísimo ligando con mujeres que estén sentadas y con grupos donde haya algún que otro hombre, pero no olvides seguir las indicaciones que te he dado para tener éxito y no meter la pata. Ahora que sabes cómo iniciar una conversación con cualquier mujer sin importar que esté sola, con amigas o en compañía de otros hombres, vamos a pasar a la siguiente fase, en la que aprenderás cómo mantener una conversación interesante y sobre qué hablar con una mujer.

Diario 21

Aquella noche, había recordado algo que tenía un poco olvidado, pero que me había demostrado ser una herramienta muy potente en la seducción: la preselección. Recordando unos pocos meses atrás podía verlo claro, cuando di mi primer beso en la seducción. Me encontré con esa chica, Lara, algún tiempo después saliendo por Madrid. Iba con sus amigas, que no me conocían mucho, y ni siquiera sabían mi nombre, pero me trataban de una forma especialmente cariñosa, con risas constantes y buen rollo, mientras que yo no era capaz de comprender nada de lo que allí sucedía.

Era evidente que la preselección estaba actuando en mi beneficio de forma inconsciente, pero nunca hasta esa noche la había visto tan de cerca, como un espectador. Si dentro de un grupo de amigas habías mantenido una relación estable con una de ellas, al acabar se producía una preselección negativa, con un rechazo de las mujeres del grupo, como si fueses un apestado o algo peor.

Sin embargo, si en vez de mantener una relación más o menos seria sólo habías tenido un rollo, sus amigas no podían evitar sentirse muy atraídas por

ti. Era algo realmente curioso y que aún estaba intentando calibrar, para ver de qué forma podía usarlo en mi beneficio. Al parecer todavía me quedaban muchas cosas por experimentar y por aprender. Sentía que sólo estaba viendo la punta del iceberg de la seducción. Cuando pudiese ver todo lo que se mantenía oculto, sería cuando realmente estaría convirtiéndome en un seductor, viendo lo que los demás sólo intuían.

Confort

Ser capaz de acercarte a cualquier mujer por la que te sientas atraído con el fin de seducirla es vital si quieres dejar de depender de la suerte y de la casualidad de estar en el sitio adecuado en el momento adecuado. No puedes seguir consintiendo que las cosas te hayan salido bien sin saber el cómo ni el por qué.

Depender de terceras personas para conocer mujeres tampoco es la solución, porque crearás una dependencia y seguirías dejando tu éxito en manos de la casualidad, lejos de tu control. En la fase anterior has aprendido a iniciar una conversación. En la próxima aprenderás a crear una conexión más profunda con una mujer, para pasar de ser un desconocido a una persona especial. Nos centraremos en cómo hablar con mujeres y sobre qué hablar una vez iniciada la conversación. Así podrás crear ese confort necesario que te acercará un poco más a tu objetivo. Es la fase intermedia entre la atracción y la seducción propiamente dicha, cuando preparas el camino antes de concluir tu juego. En este paso trabajarás para eliminar los miedos a no saber qué decir y a ser sólo un amigo (miedos 2º y 3º).

Diario 22

Uno de los grandes problemas de los seductores es iniciar una conversación con una desconocida. Aparecen la vergüenza, la timidez, las inseguridades y, lo peor de todo, el miedo al rechazo, esa sensación de nudo en el estómago que hace que en muchas ocasiones uno se quede paralizado, sin atreverse a comenzar una conversación. Sólo los seductores con un buen juego interno se atreven a acercarse a las mujeres que les gustan para conversar e intentar seducirlas. Ya no importa tanto cómo hacerlo, sino cómo comportarse cuando inicias una conversación.

Uno de los principales fallos que cometía siempre era entrar a los grupos de chicas con la energía demasiado alta. Y aunque a mí me parecía extraño, la verdad es que era algo un poco incongruente. Si yo hubiese estado charlando tranquilamente con mi grupo de amigos y de repente se nos hubiese acercado una chica que se metiese en nuestro grupo con una sonrisa de oreja a oreja y hablando sin parar, nos habríamos quedado bastante extrañados, porque no es algo normal. Tan sólo tenía que ponerme en su lugar para entenderlo.

Cuando comencé a salir, casi siempre cometía ese gran error, iniciando las conversaciones con demasiada energía y entrando muy sonriente. Y me sorprendía recibir desinterés por su parte, no podía comprenderlo. Yo invertía mucho y lo cierto es que ellas no habían hecho nada para ganarse tanta inversión de energía por mi parte. Les estaba regalando una sonrisa gratuitamente sin que hubiesen hecho nada para merecerlo. Era algo completamente incongruente y que se veía muy forzado, buscando agradar. Cuando empecé poco a poco a corregir eso, entrando más calmado, no con cara seria, pero sí más relajada, las cosas cambiaron. Una vez que ellas hacían algo que me parecía divertido o invertían en mí, era cuando les correspondía con una de mis mejores sonrisas, y entonces realmente las estaba premiando por algo positivo que habían hecho y que yo consideraba que estaba bien.

La diferencia entre actuar de un modo u otro era abismal.

Cómo hablar con una mujer

Deja de preocuparte desde ya por el «qué decir», y empieza a prestar más atención al cómo decirlo. Cuando quieres seducir a una mujer, lo que le dices no tiene tanta importancia como la forma de hacerlo. Cuando digas algo con un estado activo positivo y buena presencia, el impacto de tus palabras será óptimo.

Se trata de hablar con confianza en ti mismo y en lo que dices. Es la clave entre dejar de conversar sobre trivialidades sin sentido para pasar a seducirla con una conversación interesante, cargada de tensión sexual y orientada hacia donde tú quieres que termine: con ella desnuda sobre tu cama.

Déjame contarte algo que los hombres han ido olvidando con el paso del tiempo, y es que escuchar se ha convertido en un arte perdido. Hoy día

estamos tan pendientes de no dejar hablar, para evitar los silencios incómodos y por el miedo a que se pierda el interés si no decimos nada, que no nos molestamos en pararnos un momento a escuchar lo que las mujeres quieren contarnos. Por si todavía no lo sabes, las mujeres están deseosas de hablar y expresarse libremente,

y no suelen encontrar hombres que estén dispuestos a escucharlas, por lo que valorarán muy positivamente que seas uno de ellos. Además, al permitirles hablar, te quitarás la presión de tener que llevar constantemente el rumbo de la conversación, repartiendo el trabajo equitativamente entre los dos, y facilitando que ella se implique mucho más contigo.

Si realmente estás escuchando, te darás cuenta de que las mujeres te están dando constantemente guías sobre los temas de los que quieren hablar en cada momento. Si después de acercarte y preguntarle cómo se encuentra te dice:

«Bueno..., hoy estoy un poco baja de ánimo porque rompí hace poco con mi novio», y tú le respondes con un «ah, vaya... ¿Pues sabes que yo estuve haciendo paracaidismo esta semana?», habrás roto completamente la conexión y perderá el interés en seguir hablando contigo. Ten en cuenta que no sólo no te conoce de nada, sino que además se acaba de dar cuenta de que no estás dispuesto a escuchar lo que tiene que decir. Por el contrario, si en la misma situación le respondes con un «vaya, yo también lo dejé hace poco con mi novia. La verdad es que hoy día es complicado encontrar una persona que no te falle y que merezca la pena», entonces estarás dándole continuidad al tema que ella ha iniciado y crearás un vínculo en común que te permitirá llevar la conversación a tu terreno, después de haber demostrado que eres capaz de escuchar.

Diario 23

Me había enrollado con una rubia en el Shambala. Me gustaba mucho y no podía evitar pensar en si encontraría a una chica con la que poder tener algo más serio. No era mi intención estar toda la vida seduciendo. Veía la seducción como una buena herramienta para crecer y mejorar, y así ser capaz de conquistar a la chica que realmente me gustara, cuando apareciese en mi vida. El tema de las novias era muy complicado para mí, ya que las relaciones

de pareja que había tenido hasta el momento no habían terminado del todo bien. Siempre era yo el que me cansaba. Todo iba de maravilla, pero al segundo o tercer mes la cosa decaía y se acababa, sin que ellas entendieran por qué. Sólo he estado enamorado una vez en mi vida. Se llamaba María y era dos años más pequeña que yo. Ha sido la única mujer que me hizo perder la cabeza, y al final fue ella la que terminó dejándome.

El tema de las novias se discutía constantemente en los foros de la Comunidad. Se hablaba sobre si era conveniente echarse novia o no. A mí me daba un poco igual lo que hiciese cada uno con su vida. Incluso me parecía genial si alguien conseguía ser feliz con una chica que le hiciese sentirse completo y especial. Pero a veces no era así. Había visto compañeros que empezaban en la seducción y, cuando aumentaba un poco su éxito y se enrollaban con alguna chica, raro era si no estaban a los pocos días ya saliendo con ella y dejaban la seducción para convertirse al poco tiempo en unos novios sumisos, motivo por el cual les habían dejado anteriormente otras mujeres. El problema es que al hacer esto se convertían en alguien muy diferente al hombre que las había seducido, y ellas terminaban

dejándolos a ellos a los pocos días o semanas. ¿Y qué hacían entonces? Frustrados y sin entender qué había sucedido, volvían a la seducción, y vuelta a empezar. Era un círculo vicioso muy peligroso: muy hábiles en la seducción, capaces de conquistar a una mujer en pocos minutos, pero cuando empezaban una relación de pareja, el telón se caía y salía a relucir la verdad de las inseguridades y los miedos, lo que producía una desbandada de sus parejas al ver que de algún modo su chico se había convertido en otro totalmente distinto. Eran las consecuencias de ser un seductor sólo por las noches, en las discotecas, y no serlo durante el resto del día. Es la trampa en la que caían muchos seductores, y de la que yo estaba intentando salir por todos los medios, trabajándome mi personalidad fuera y dentro del ámbito de la seducción.

La seducción es un camino de continuo aprendizaje, y si una persona se centra exclusivamente en acostarse con mujeres, su aprendizaje se verá muy limitado. Aunque cada uno tenía sus propios objetivos, y acostarse con mujeres, o tener citas con ellas, es algo totalmente lícito, lo cierto era que a medida que avanzaba en mi aprendizaje sentía la necesidad de nuevos retos y

objetivos, lo que definía como ese «algo más» que te hacía seguir siempre hacia delante y nunca darte por satisfecho. Al principio lo único que quería era acostarme con la mayor cantidad de mujeres posible. Era mi meta y mi principal objetivo, que al principio veía como algo inalcanzable. Pero a medida que me adentraba más en el estudio y la práctica de la seducción, ese objetivo inicial empezaba a perder peso e importancia. Lo perdía porque sabía que era capaz de conseguirlo. Había llegado al punto de tener acceso a mujeres y a acostarme asiduamente con ellas, y al tenerlo ya en mis manos, perdía el interés.

Necesitaba algo más para llenar un vacío que sentía en mi vida. Necesitaba alcanzar un desarrollo personal en todos los aspectos, no sólo en el sexual y el sentimental. Quedarme en esto podría ser contraproducente, y comparándolo con los primeros pasos a ciegas que había dado en la seducción, era una conclusión sorprendente, al menos para mí. Pero así era, como diría el agente Smith a Neo en *Matrix*, «era inevitable», algo a lo que había que llegar por uno mismo, como resultado de tus esfuerzos.

Mirando a mi alrededor, fijándome en la gente que iba conociendo en la seducción, cada vez era más consciente de la existencia de diferentes tipos de seductores, aunque muchos no fuesen ni siquiera conscientes de ello. Por un lado estaban los que se acercaban más al perfil de Casanova, los mujeriegos. Eran los que nunca habían tenido mujeres en su vida, o muy pocas, y ahora querían tenerlas a pares, y veían en la seducción la única forma de conseguirlo.

Por otro lado estaban los que habían sufrido fuertes desamores o desengaños amorosos con mujeres a las que habían querido muchísimo. Entraban a la seducción buscando la solución a sus problemas, tratando de encontrar a la novia perfecta. Cada uno tenía sus motivaciones propias y eran totalmente respetables, si al final evolucionaban para convertirse en mejores personas. Sólo había una excepción: los que entraban en la seducción para hacer daño a las mujeres y así sentirse mejor ellos mismos, vengándose de todo el daño que habían recibido por parte de ellas.

Tenía que reconocerlo: a veces, en momentos de soledad, pensaba en que me hubiese gustado tener novia, y conocía muchas mujeres que podrían haberlo sido perfectamente. Y no me refería exclusivamente al físico, ya que no era

mi objetivo encontrar una «chica diez», por las que había estado tan obsesionado antes. Ahora empezaba a buscar pequeños detalles, algo que me hiciese girar la cabeza cuando pasaba a mi lado, una mirada intensa quizás, un color de ojos diferente al resto, una sonrisa entrañable, un pelo suave, un gesto que me

atrapase... Y sobre todo algo que había experimentado hacía poco: una buena conversación en una mujer, que antes que mi novia fuese primero una amiga.

A pesar de todo tenía muchas dudas, no estaba seguro. Me hacía preguntas acerca de qué pasaría si abandonaba ahora la seducción y dejaba de practicar, al conocer a una persona especial. ¿Sería suficiente el aprendizaje realizado hasta el momento para hacerla feliz? No lo tenía del todo claro. Podía ser que sí o podía ser que no. Nunca lo sabría hasta que llegase el momento, y esperaba de corazón que fuese suficiente, que lo que había aprendido en esos meses me ayudara definitivamente a hacer feliz a esa mujer, y no a ser su esclavo emocional.

Quería aprender a respetarla, a hacerle sentir bien en mi compañía, a tener temas de conversación de los que hablar, y a mostrarme realmente como yo era, sin disfraces de ningún tipo. En ese momento no tenía pareja. Seguía soltero. Aún no se había cruzado en mi vida esa mujer que me dejase huella. Desde que había entrado en la Comunidad había tenido varios rollos más o menos serios, pero nada que se pudiese llamar novia. De momento tocaba seguir practicando para mejorar.

Sobre qué hablar

Es una de las preguntas que más me hacen las personas interesadas en adentrarse en el mundo de la seducción: «David, ¿de qué puedo hablar con una mujer?». Yo siempre les recomiendo que hablen de cosas del día a día, que no sean demasiado complicadas, y lo más importante, sobre cosas que ellas entiendan. Si no sabes de moda, no te metas en un callejón sin salida hablando de las últimas tendencias de la Pasarela Cibeles, porque enseguida te quedarás en blanco y no sabrás qué decir a continuación. Pero si ella te habla de moda porque le gusta ese tema, aunque no sepas nada, intenta llevarlo a tu terreno. O sé sincero, y dile que no sabes sobre moda, pero sobre todo no generalices. Para que puedas comprenderlo mejor voy a explicártelo

con más detalle.

1. LLEVAR UNA CONVERSACIÓN A TU TERRENO. Siguiendo el ejemplo anterior de la moda, que es aplicable a cualquier tema del que podáis hablar, imaginemos que sabes mucho sobre tenis. Podrías decirle algo como:

«Lo cierto es que me llama mucho la atención el cambio que se está produciendo en el vestuario de los tenistas actualmente, mucho más moderno que hace unos años». Estarás consiguiendo hablar sobre un tema que a ella le interesa, sin romper la conexión, y pasando de forma inconsciente a un terreno en el que te sientes cómodo, y del que podrás hablar en profundidad. Incluso es posible que la que llegue a quedarse en blanco o sin saber qué decir sea ella.

2. AL NO SABER QUÉ DECIR... Lo que suelen hacer muchos hombres cuando no saben qué decir o se quedan en blanco es perder la autoestima y salir

derrotados, lamentándose y perdiendo una maravillosa oportunidad de seducir a una mujer. La mejor manera de evitar esto es ser sinceros con ella. Si no sabes nada sobre un tema en concreto, díselo claramente. Si una mujer me habla sobre moda, y yo no tengo ni idea, simplemente le diría: «La verdad es que no sé nada sobre moda. ¿Te importaría enseñarme algo sobre eso?». Te aseguro que las reacciones que encontrarás te dejarán con la boca abierta. Las mujeres están encantadas de enseñar a los demás lo que saben, es un instinto maternal que llevan dentro, y aprovechan cualquier ocasión que se les presenta para aportar su granito de arena. Si eres sincero, y le pides que te ayude a conocer un tema que para ella es interesante, te ayudará encantada. Empezará a hablar, y no olvides que eso es algo que te beneficia enormemente, ya que estará invirtiendo tiempo y energía en ti sin que tengas que hacer nada más que escuchar.

3. NO GENERALIZAR. Las personas, cuando hablan de temas que no dominan, tienden a generalizar en vez de personalizar. Un ejemplo sería afirmar que «todas las chicas rubias son simpáticas» o que «mis amigos salen mucho por esta zona». Generalizar no es nada malo, pero en la seducción no nos ayuda, porque nos resultará muy difícil crear esa conexión íntima que pueda llevarnos a conseguir algo más de esa mujer que nos atrae. Nuestro

objetivo en la fase de confort es generar la conexión necesaria para permitarnos llegar hasta el final, ya sea pidiéndole el teléfono, besándola o teniendo sexo con ella. Si generalizamos en nuestras conversaciones, sólo conseguiremos orientarla hacia un plano de amigo, no hacia un plano de amante, que es lo que realmente estamos intentando conseguir. Si personalizas cuando hablas y dices: «TÚ me pareces una chica realmente simpática»

o «YO salgo mucho por esta zona», estás cambiando positivamente tus afirmaciones, seleccionando a un grupo muy reducido, tú y ella en este caso, lo que facilitará una intimidad que no podrías alcanzar nunca si generalizas.

Estas tres formas de actuar cuando hablas con una mujer darán pie a nuevos temas de conversación muy interesantes. Sin apenas darte cuenta, estarás hablando con esa desconocida sintiéndote tan a gusto como si hablaras con un amigo de toda la vida. Más adelante te enseñaré a no quedarte estancado en este punto de amigo, sino a orientar la conversación a un plano mucho más íntimo, creando la tensión sexual necesaria para llegar al final de nuestro camino.

Diario 24

Me llevó tiempo descubrir que no todos los que parecían indicadores de interés lo eran. Es un tema que me enseñó Guardián y que llevaba ya tiempo observando. En algunas ocasiones las mujeres nos lanzaban falsos indicadores de interés, que nosotros confundíamos por costumbre como algo positivo. Pero, sin poder explicarlo, de repente terminábamos descalificados por ellas. Era muy extraño, un problema común que sufren los seductores novatos. Me había pasado en algunas ocasiones, y sólo podía solucionarse si tenías un buen calibraje, que se forjaba con experiencia.

La cosa era muy sencilla cuando eras capaz de verla. Muchas mujeres usaban estos falsos indicadores de interés como una pequeña trampa para ver cómo reaccionamos. Lo normal era que lo hiciésemos como ellas esperaban, al menos los que no conocíamos gran cosa de la seducción en ese momento. Todo empieza cuando estás con una mujer y piensas:

«Me mira mucho, es muy simpática conmigo, seguro que le gusto». Pero

cuando te lanzas, se aparta y te pone cara de «pero ¿qué haces?». Era algo que no podía entender. Pensaba que la culpa era mía porque quizás hacía algo mal, pero no lograba dar con el qué hasta que me percaté de que había sido tan sólo una mala interpretación por mi parte de un falso indicador de interés que ella me había lanzado para comprobar si era el premio o un chico bueno haciéndose pasar por el premio.

Por desgracia, no existe ninguna fórmula mágica para evitar estos falsos indicadores de interés, es algo que está ahí. Sólo la experiencia seduciendo y el calibrado de probar las cosas una y otra vez sirven para aprender a detectarlos. En general dejo que mi intuición me aconseje y me ayude a descubrir cuándo una mujer intentaba probarme. Si ella me lanza un falso indicador de interés, y le respondo con desinterés por mi parte, su juego no habrá funcionado, y entonces empezaría a querer llamar mi atención. Es todo un proceso que ellas hacían de forma inconsciente, para quitarse de un plumazo a los candidatos no aptos sin tener que hacer mucho esfuerzo en la criba.

Este tipo de cosas me parecían muy complicadas cuando las leía en libros y en foros. Era difícil captar los pequeños detalles, y sólo mediante la comprobación directa, saliendo con mujeres, aprendía a diferenciar entre un indicador de interés real y uno falso. Y donde otros fallaban, sin comprender por qué, yo salía victorioso, por el simple hecho de haber aprendido a diferenciar estos detalles, y con eso ya tenía mucho ganado.

Cómo evitar que la conversación pierda interés

Imagino que te está quedando claro que es más importante cómo lo dices que lo que dices, pero como sé que quieres andar sobre seguro, voy a darte algunos consejos prácticos para que aprendas a evitar que una mujer se canse de hablar contigo.

1. EVITA LAS FRASES TÍPICAS. Olvídate de una vez por todas del: «¿Estudias o trabajas?», «¿De qué signo eres?», «¿De dónde eres?», «¿Cuántos años

tienes?»... Deja de hacer este tipo de preguntas que has utilizado una y otra vez con pésimos resultados, que no te interesan y que no son necesarias para

seducir a una mujer en el primer encuentro. No vuelvas a cometer el error de preguntarle lo mismo que le han preguntado una docena de hombres antes que tú. Te invito a ser un poco más original, y a dejar estas preguntas para una futura segunda cita, donde resultan más coherentes e importantes.

2. USA FRASES INGENIOSAS. Es una de las mejores formas para divertirte y alcanzar rápidamente el estado activo positivo, tan necesario para conseguir el éxito con las mujeres. Además, te permitirá llevarla a ella a tu mismo estado, lo que te facilitará enormemente las cosas, y sobre todo te desmarcará del resto de hombres, que se han acercado a ella con la intención de seducirla en un intento fallido. Un ejemplo de frase ingeniosa sería: «¿Sabes una cosa? Me caes bien. Antes pensaba que sólo eras una chica atractiva, pero me alegra saber que también eres una buena conversadora». O también: «¡Eh, Eh! Que no estás hablando con un marciano de tres ojos y piel verde. ¡Soy humano!». El objetivo es ser original, a la vez que te diviertes, diciendo algo que ningún hombre se atrevería a decir cuando quiere seducir a una mujer, por miedo a que le rechace. Esto hará que ellas reaccionen y actúen contigo de forma diferente que con el resto de hombres.

3. CAMBIA PREGUNTAS POR AFIRMACIONES. Una pregunta siempre implica una respuesta. El problema es que la pregunta, en la mayoría de los casos, y mucho más con las mujeres cuando intentas seducirlas, implica grandes preguntas, para recibir ínfimas respuestas. Esto se traduce en simples monosílabos por parte de ellas: sí, no, bien, bueno, ajá... y una larga lista que te será familiar. Nuestro objetivo, desde que nos acercamos a hablar con ella hasta que la seducimos, es hacer que invierta en nosotros el mayor esfuerzo y tiempo posibles, ya que a mayor inversión, más le costará desprenderse de nosotros o rechazarnos. Es pura psicología femenina. Si haces demasiadas preguntas y sólo recibes monosílabos, enseguida te quedarás sin preguntas y en blanco. Para evitar esto, debes cambiar las preguntas por afirmaciones, parándote un momento a pensar, antes de hacer ninguna pregunta. Si quieres saber a qué se dedica, en vez de preguntarle el típico y trillado: «¿En qué trabajas?», puedes expresar una afirmación como: «Me estoy fijando en la forma en que cuidas a tus amigas, y mi intuición me dice que debes de ser médica o veterinaria». Ella te responderá algo como: «No, no soy veterinaria, soy abogada, pero cuido de mis amigas porque las quiero mucho». Así has

conseguido no sólo saber que es abogada, sino que también es una buena amiga de sus amigas, lo que te dará pie para continuar la conversación enganchando el tema, como vimos anteriormente, cuando aprendiste como llevar una conversación a tu terreno.

4. NO HABLES DE TEMAS TABÚ. No hay mejor forma de aburrir a una mujer que usar lo que los seductores conocemos como temas tabú, temas de conversación que debes evitar a toda costa: el trabajo, ex novias, dinero, política, o cualquier otro tema demasiado racional o fuera de contexto y que pueda hacer que ella no sienta emociones intensas cuando habla contigo. Es mejor tratar temas en los que aparezcan palabras como bailar, pasear, chocolate, *chill out* y similares. La otra cara de la moneda llega cuando es ella la que habla de temas tabú. Si percibes que comienza a hablar de temas aburridos, no dudes en cortarla lo antes posible, y cambiar a otro asunto que consideres más entretenido y, sobre todo, que tú domines. Si consigues evitar los temas tabú, tus conversaciones con las mujeres serán apasionantes y muy entretenidas, tanto para ti como para ella.

Con esto damos por finalizada la fase de confort. Has aprendido cómo y sobre qué hablar con una mujer, una vez que has sido capaz de acercarte a ella para iniciar una conversación. En este momento te encuentras en el punto intermedio.

Has dejado de ser un desconocido, pero si sigues demasiado tiempo en esta fase, llegarás a ser tan sólo un buen amigo, pero no su amante, pareja o lo que quieras ser. Ahora tienes que aprender a alcanzar cierta intimidad con una mujer, para luego saber cómo finalizar correctamente el juego de la seducción.

Diario 25

Desde que entré en la Comunidad, siempre había escuchado hablar de una forma de iniciar una conversación que se había hecho muy famosa entre los seductores. Consistía en acercarse a un grupo y preguntar: «Chicas, ¿que preferís, pato o pingüino?». Me llamó bastante la atención por lo ridículo de la pregunta. Según me confesó Arcángel, comenzó a utilizarse en 2006, en Madrid, cuando la Comunidad de Seducción española aún se estaba gestando. Un año después, fue Núcleo, seductor de la Comunidad, el que puso de moda

esta frase, al utilizarla en un programa de busco pareja en la televisión valenciana.

Al parecer, a muchos seductores les encantó, y empezaron a probarla tanto que las mujeres de distintas ciudades, a las pocas semanas, se habían cansado ya de escucharla. La idea de elegir entre pato o pingüino era más profunda de lo que parecía. Te permitía explicarle a una mujer en tono de humor que no era una pregunta sobre patos o pingüinos, sino realmente sobre el tipo de hombre que les gustaba. El pato era el hombre que agacha la cabeza, el que

catalogan como poco atractivo o de segunda categoría; y el pingüino, más elegante y erguido, simbolizaba al líder del grupo. Todo esto daba pie a iniciar una conversación con tu objetivo o con el grupo de amigas.

Nunca me había gustado hablar de las cosas sin antes conocerlas, por miedo a equivocarme y a meter la pata, así que tenía que intentarlo y ver qué pasaba. Tengo que reconocer que, al menos en mi caso, no tuve muy buenas experiencias. Cuando una chica estaba bailando con sus amigas en una discoteca y me acercaba decidido a ella para preguntarle lo de: «¿Pato o pingüino?», las reacciones eran dispares. Unas se reían y otras ponían cara de: «¿De dónde ha salido este personaje?». La verdad es que me resultaba muy complicado continuar con una conversación medianamente normal con una mujer después de haber dicho esto. Terminé calificando la frase de ineficaz para seducir, o incluso peor, ya que te podía costar quedar fuera de juego antes de lo previsto. Cuanto más practicaba, más me atraía la seducción natural, y aunque todavía seguía usando algunas historias preparadas de casa cuando me quedaba sin recursos, intentaba no basarme en ellas para intentar seducir a una mujer, porque se mostraban muy poco efectivas y me hacían sentir poco natural y muy sobreactuado.

Ser capaz de seducir de manera natural no era algo que se consiguiese de la noche a la mañana. Había que trabajarlo, y a base de esfuerzo y práctica las cosas empezaban a salirme de forma espontánea. Al principio no era más que un robot que repetía patrones que ni yo mismo me creía. Parecía un clon de otros seductores novatos, todos diciendo las mismas cosas y actuando de forma parecida, vistiendo similar. Era como salir con tus hermanos. Pero a medida que iba practicando y ganando experiencia, empezaba a diferenciarme del resto de mis compañeros, porque había empezado a

interiorizar poco a poco todo lo que aprendía.

Esto hacía mi juego más natural y le daba un toque personal que estaba muy ligado a mi forma de ser y de actuar. Cada uno de nosotros iba llevando la seducción a su terreno. Poco a poco era más consciente de las diferentes formas de hacer las cosas. Incluso entre Putoamo, Guardián y yo cada vez eran más evidentes las diferencias, aunque intentábamos compenetrarnos unos con otros para hacer un buen juego en equipo.

Cada uno utilizaba su estilo, de ahí que hubiese tantos métodos: el indirecto, el directo, el semidirecto, el directo turbo, el examinador, el natural... Cada procedimiento no era más que el reflejo de la personalidad de su creador, y sólo con el tiempo cada cual podía ir identificándose con el que le hacía sentirse más cómodo. Personas como Mystery, que prefieren no mostrar su interés de forma evidente, esperan a que ella dé el primer paso; otros, como Juggler, son más conversadores y prefieren una escalada lenta pero segura; también los hay como Badboy, seguros de sí mismos, que van directos a por su objetivo... y así seguía la lista. La personalidad de cada uno marca su forma de seducir, y aunque yo había empezado conociendo solamente el método indirecto, con el que no conectaba muy bien, por mi impaciencia y mis ganas de estar todo el rato en movimiento haciendo cosas me fui orientando cada vez más por la seducción natural, de la que Zan Perrion era el máximo representante, considerado un «artista del romance». En esta faceta era donde me sentía más cómodo y a gusto conmigo mismo cuando intentaba seducir a una mujer.

No conectaba para nada con ese tipo de frases que para mí eran muy poco efectivas y que estaban pensadas para divertirte. Sin embargo, a mí no me divertía utilizarlas, porque me sentía ridículo diciendo cosas como: «¿Pato o pingüino?», «¿Tienes alguna amiga guapa para presentarme?», o frases similares que sabía que usaban otros seductores. Sólo valían para

echarte unas risas tú mismo y subirte un poco la energía en momentos de bajón, pero no para ligar con mujeres. Sin embargo, utilizando frases más naturales, dejándose llevar sin comerse la cabeza, cualquier cosa servía para iniciar una conversación. Con un simple: «Hola, ¿qué tal?», ya estabas en el grupo, así de sencillo, y no era necesario inventar ninguna frase de entrada ingeniosa, sobre todo si luego te quedabas sin saber de qué hablar y el miedo

te hacía echarlo todo a perder.

A mí me funcionaba muy bien hablar con ellas como si hablase con un amigo o un conocido. Era una forma excelente de crear confort con ella, de poco a poco quitarme presión.

Lo de parecer un *crack* podía estar bien, pero no funcionaba en todos los casos. Había que tener en cuenta que disponía de muy poco tiempo para estar con ella y ganármela. Sólo con las conversaciones naturales, hablando de temas que en realidad sí me importaban, conseguía crear esa sensación especial de que nos conocíamos desde hacía más tiempo. Y en realidad, era algo que sólo sucedía en su mente, porque las acababa de conocer, pero tratar temas que les afectasen directamente era una herramienta excelente para seducirlas.

Escudarse en el uso del humor cuando no se consigue ligar con mujeres no lleva a ninguna parte. Incluso es peor que quedarse en casa, ya que requiere una gran inversión de tiempo y energía derrochados. Era un síntoma habitual en algunos seductores, tanto novatos como veteranos, que usaban el humor con las mujeres para intentar ocultar que tenían un problema, en vez de ser sinceros con ellos mismos y atacarlo de raíz y solucionarlo. Porque al final lo único que importaba era volver a casa con buenas sensaciones, sintiendo que habías aprendido algo nuevo, no que volvías igual que saliste o incluso peor.

Una cosa era utilizar un poco de Cockey & Funny cuando seducías, para gastarle alguna broma puntual a la chica, y otra muy distinta salir a hacer de la seducción un circo o conseguir sólo echarte unas risas. Si actúas así, lo único que conseguirás será eso: reírte. Pero de mujeres, nada de nada, y si tu objetivo es ligar con más mujeres, haciéndolo de esta forma lo tienes bastante difícil. La seducción es un camino que cada persona tiene que elegir, decidiendo hacia qué estilo quiere orientarse para ser más eficaz y obtener cada vez mejores resultados. No hay muchas más vueltas que darle.

Seducción

Por fin hemos llegado a la fase que más me fascina, al momento clave, cuando se puede decir que realmente te la juegas, en este juego que llamamos seducción. En esta tercera fase concluirás con éxito todo el proceso que

hemos ido desglosando.

Es posible que con lo que ya sabías antes de leer este libro hayas conseguido llegar a la primera y segunda fases por ti mismo, iniciando una conversación con una mujer, para terminar posteriormente estancado en una eterna conversación que no lleva a ninguna parte o que te deja como amigo. No has sabido salir de esa zona de confort, necesaria para que una mujer esté a gusto y cómoda contigo.

La clave para salir de esa incómoda amistad, en la que la mayoría de hombres se queda, sin saber cómo salir, es creando tensión sexual. Y esta no se consigue solamente con la actitud adecuada, sino a través del contacto físico.

Quiero que te quede claro desde ya que si no tocas a una mujer difícilmente podrás terminar besándola. Puedo asegurarte, poniendo toda mi experiencia personal sobre la mesa, y la de todos los compañeros de seducción con los que he salido a practicar, además de los alumnos que he tenido a lo largo de estos años, que ninguno de ellos, ni yo mismo, ha conseguido besar a una chica sin que hubiese habido un contacto físico previo, por mínimo que fuera. Quizás hayas estado tan preocupado por hacerlo bien, que no te has fijado en que llevas una hora hablando con ella y aún ni la has rozado. Eso tiene que cambiar, y yo voy a enseñarte cómo hacerlo de una forma fácil y divertida.

Diario 26

Para los científicos, la perfección va asociada con la simetría, consideramos bellas las cosas simétricas, y desagradables las asimétricas. Es algo que va en nuestros genes, no podemos cambiarlo. No quería centrarme en catalogar a las personas feas o guapas, sino en sacar lo mejor de cada uno de nosotros. Muchas veces, por desconocimiento, no sabemos sacarnos partido y explotar lo mejor de nosotros mismos en nuestro propio beneficio. Las mujeres son expertas en este arte de sacar lo mejor de sí mismas.

Un claro ejemplo se daba cada fin de semana, donde resonaba la frase «de noche todos los gatos son pardos». No sería la primera vez que me llevaba una sorpresa desagradable. A veces veía una chica mona, luciendo piernas y escote, alta, bien peinada y maquillada, y cuando quedaba otro día con ella y venía vestida con ropa de calle, el cambio era bastante grande. Me

preguntaba: «¿Dónde se ha dejado el cuerpazo del otro día?». Resultaba ser más bajita sin los tacones, el pelo no le queda tan bien sin ir peinada, e incluso podían verse algunos granos o marcas en la cara que por la noche me habían pasado desapercibidos. No es que me encontrase con un monstruo, ni mucho menos, pero las mujeres cuando se arreglaban ganaban bastantes puntos. Es una realidad, y nosotros apenas hemos cambiado nuestra imagen porque no sabemos sacarnos todo el partido que tenemos tan bien como ellas.

El que sabe que tienen unos ojos bonitos, juega con la mirada; los que tienen buen pelo, se hacen un peinado llamativo; los que están fuertes se ponen una camiseta ajustada para que se vea que se cuidan... Son sencillos ejemplos de cómo puede sacarse uno mismo partido a sus virtudes. Lo mismo que hacen las mujeres.

Yo no me quería conformar con cualquier cosa, ya que ellas tampoco lo hacían. Se muestran siempre muy exigentes con nosotros y nunca se conforman con un hombre que no esté un par de puntos por encima de ellas. ¿Por qué no podía exigir yo lo mismo?

Si una mujer tiene las piernas muy largas, no se pone un *short* para que se le note más y puedan tacharla de patilarga. Ella no quiere dar esa imagen. Si está gordita, no se pone una camiseta con rayas horizontales, que engorda, se pondrá ropa negra, que estiliza el cuerpo y da sensación de delgadez. Si tiene orejas de soplillo, intentará hacerse un peinado que las disimule. Si tiene las piernas cortas, no se dejará la camisa por fuera, porque se notaría más.

Nosotros tendríamos que hacer lo mismo, aprender de ellas a mirarnos al espejo antes de salir de casa, y ser un poco más autocríticos con lo que nos ponemos y lo que podemos ofrecer de

nosotros mismos. Hay que aprender si la ropa que llevamos nos favorece o no, qué colores nos sientan mejor, qué virtudes tenemos. Son preguntas que me hacía, porque al fin y al cabo verse bien aporta seguridad, y la autoestima y la seguridad en uno mismo fortalecen el juego interno, que era básico para tener éxito con las mujeres. Buscaba sacarme partido, no ser perfecto, que era muy diferente.

Cómo crear tensión sexual

¿Cuándo notas que estás creando tensión sexual con una mujer? Cuando deja de mirarte como miraría a un amigo y comienza a plantearse interiormente que entre vosotros podría pasar algo físico, y esto lo expresaría exteriormente a través de su lenguaje corporal. A continuación, voy a citarte los gestos corporales en los que debes fijarte con atención, para descubrir la tensión sexual. Recuerda que estos gestos los hacen las mujeres de forma inconsciente, cuando estás haciendo las cosas bien, y te indican que vas por el buen camino. Si te percatas de más de cuatro de estos gestos, es un excelente momento para avanzar, porque aunque la chica te abra la puerta, recuerda que siempre tendrás que ser tú el que siga hacia delante y lleve el peso de la interacción para pasar a la siguiente fase.

1. *Boca*. Si te mira de forma continuada a la boca mientras hablas, es que tus labios están empezando a ser más apetecibles para ella de lo que eran en un primer momento.

2. *Ojos*. Seguramente será uno de los gestos más determinantes. Los ojos hablan por sí solos. Si mantienes un contacto visual prolongado y ella lo rompe, bajando la mirada, sabrás que se siente atraída por ti.

Cuantas más miradas intercambies con ella, mucho mejor, pero evita dejar la mirada demasiado fija, porque podrías intimidarla o parecer un psicópata.

3. *Pelo*. Empezar a tocarse el pelo de forma continuada es también uno de los gestos más evidentes de atracción.

4. *Brazos*. Cuando una mujer cruza los brazos mientras estáis conversando, lo que te está indicando es que no está cómoda y no se siente a gusto contigo, mientras que unos brazos descruzados indican que está abierta a ti, a conocerte y, si sabes cómo hacerlo, a que pase algo más.

5. *Postura*. Fíjate en su postura corporal. Si se siente atraída por ti, girará su cuerpo completamente hacia donde estés colocado, para prestarte mayor atención, incluso es posible que adapte su postura a la tuya

mostrando más interés todavía. Si tienes el hombro apoyado en la pared, y ella copia inconscientemente tu postura, apoyando el suyo como si fueseis un espejo, es una excelente señal.

6. *Sonrisa*. Si a una mujer no le atraes, no esperes que te regale una dulce sonrisa. Lo más seguro es que su rostro se muestre serio, y eso te haga sentir ligeramente incómodo. Pero si te sonrío mientras hablas, sin haber comentado nada que fuese gracioso o que debería producir una sonrisa, es que está sintiéndose muy a gusto contigo.

7. *Cabeza*. Observa si asiente con la cabeza, si la acerca hacia ti para prestarte más atención cuando hablas, o si la ladea, mostrando interés en lo que estás diciendo en ese momento. Son gestos que indican una fuerte atracción.

8. *Ropa*. A las mujeres les gusta dar una buena imagen en todo momento, pero mucho más delante de un hombre que les resulta atractivo e interesante. Por eso, ella de forma inconsciente se atusará y colocará la ropa, para que la veas lo más perfecta posible y eliminar cualquier imperfección que pueda mostrar.

9. *Miradas*. Si descubres a una mujer mirándote de reojo un par de veces, es la indicación de que existe un interés evidente. Tienes que acercarte a ella para comenzar la interacción, no lo dejes pasar.

Tu misión en este momento es diferenciar el verdadero interés de las breves muestras inconscientes de atención. Si la mujer está a gusto contigo, seguramente verás alguno de estos gestos de lenguaje corporal inconsciente que te acabo de citar, repetidos en varias ocasiones, pero aún lejos de lo que sería la verdadera tensión sexual. Cuando percibas cuatro o más de estos gestos de forma repetida y continuada, sabrás que estás en el punto clave entre concluir bien el proceso o echarlo todo por tierra irremediablemente si no sigues avanzando. Debes actuar con decisión, ya que si no lo haces, el globo de la atracción se desinflará igual de rápido que se infló, y volverás a casa arrepintiéndote de haber podido y no haber querido hacer nada una vez más.

Diario 27

¿Estaba la infidelidad ligada a la seducción? Era uno de los grandes problemas que tenemos los seductores: la mayoría de personas nos tacha de infieles. Yo me preguntaba: si no tengo pareja o novia estable, ¿estoy siendo infiel a alguien si un fin de semana estoy con una chica y al siguiente con otra

distinta? Unos afirmaban que sí, otros decían que no. Yo estaba en el lado de los que decían que no. Para mí la infidelidad era un problema exclusivo de pareja, producido por el apego de personas que tenían novia o novio con los que se habían

comprometido.

La mayoría de los seductores que conocía no tenían pareja. Algunos incluso mantenían relaciones estables múltiples, con varias mujeres a la vez. A veces ellas lo sabían, y otras no.

Normalmente cuando lo sabían no solían aguantar mucho tiempo en aquella situación, ya que les terminan exigiendo exclusividad.

Yo había sido infiel en varias ocasiones, con anteriores parejas, años antes de conocer la seducción. Cuando había sido infiel nunca fue porque sí, sino porque buscaba ese algo más que no encontraba en mis parejas. Si me hubiese sentido completo con ellas, no habría buscado nada fuera, ya que lo tendría todo. Aunque tenía que reconocer que también había sufrido alguna infidelidad en mis carnes, y sabía lo que se sentía, lo duro y doloroso que era, sobre todo si la otra persona te importaba.

Salía cada fin de semana a seducir, incluso cada vez más a menudo a practicar durante el día, siempre que tenía la más mínima ocasión. Seguía buscando esa mujer especial que no encontraba por ningún sitio, que me comprendiese y respetara todas las cosas que estaba haciendo para mejorar. Una mujer que me volviese loco sólo con verla y con la que me entendiese a la perfección. Tenía varias amigas con las que quedaba habitualmente y mantenía relaciones íntimas. Sabían de sobra que sólo quedaba con ellas para eso, que tenía otras amigas con las que hacía lo mismo, y que en ese momento no quería ningún compromiso con nadie, porque me impediría seguir aprendiendo y mejorando. Era difícil anclarse a una pareja si querías seguir creciendo como seductor. Era nuestra carga: siempre rodeados de mujeres, pero nunca podíamos estar con ninguna de la forma que ellas querían estar. Era un poco triste, pan para hoy y hambre para mañana.

Unos lo soportan mejor y otros peor. Otros ni siquiera pueden plantearse. Cada uno era un mundo, diferentes los unos de los otros. Pero sabía que si esa

chica especial aparecía en mi vida, no le sería infiel, porque podría perder mucho más de lo que jamás podría ganar. Lo tenía muy claro, y te lo dice una persona que ha perdido mucho, y que a base de palos ha ido aprendiendo esta dura lección de la vida.

Para evitar que ella te sea infiel, cuídala, sé atento, y que todo lo que has aprendido en la seducción acerca de las mujeres te sirva de una vez por todas para llevar adelante una relación hasta el final, y hacer feliz a tu pareja, siendo tú también feliz con ella.

Actitud de acercamiento

La escalada hacia el sexo es el momento crucial que se produce entre la tensión sexual y el beso. La actitud de acercamiento va a ayudarte a convertir la tensión sexual en un beso, dando por concluido el juego de la seducción, al alcanzar nuestro objetivo: seducir a una mujer. Lo que haremos a continuación del beso lo veremos detalladamente en próximos apartados. Ahora vas a empezar a hacer cosas que un simple amigo no haría nunca con una mujer, facilitando que llegado el momento en el que quieras besarla no sea algo traumático para ninguno de los dos.

El principal problema que te vas a encontrar a la hora de intentar besar a

una mujer es que se crea una situación tensa y delicada en la que hay que dar un gran salto en pocos segundos. Esto provoca que en muchas ocasiones ella no esté aún preparada ni concienciada para que la beses. Para evitar estos problemas, vamos a recurrir a la escalada hacia el sexo, para ir preparándola poco a poco ante el momento del beso, evitando que se sobresalte. La clave es que sea consciente de que la vamos a besar, en vez de pillarla por sorpresa y que se vea obligada a reaccionar de forma negativa o con rechazo. Esto es lo que tienes que tener en cuenta:

1. QUÉ NO DEBES HACER. Los hombres que no tienen éxito con las mujeres muestran excesiva necesidad cuando cogen a una chica del brazo y la atraen hacia ellos, impidiendo que pueda irse si así lo desea. Con este gesto se muestra miedo y necesidad. Coger a una mujer por encima del hombro es un gesto que, aunque no te hayas dado cuenta, resulta incómodo para ella. No simplemente por el peso de tener un brazo por encima del cuello

oprimiéndote, sino porque transmite que estás intentando poner a la otra persona por debajo de ti, haciéndola parecer sumisa.

2. QUÉ SÍ DEBES HACER. Lo primero, dejarle la puerta de salida abierta durante todo el proceso, desde que empiezas con la atracción hasta que terminas con la seducción. Ella debe tener la posibilidad de retirarse del juego en cualquier momento. Así se sentirá más cómoda contigo porque no estarás mostrando miedo ni necesidad. No te coloques frente a ella, cara a cara, ya que podría considerarlo una postura muy agresiva al ser tú un desconocido. Para evitar esto, colócate junto a ella, hombro con hombro, formando un ángulo de cuarenta y cinco grados, de forma que miréis hacia el mismo sitio. No la cojas por encima del hombro, sino de la cintura, porque cuando ella haga lo mismo contigo, daréis una imagen de igualdad y equilibrio, haciendo que se sienta cómoda, a la misma altura, ninguno por encima del otro.

3. PREMIA SU INVERSIÓN. Que una mujer invierta tiempo y esfuerzo en ti es lo mejor que te puede pasar cuando sales a seducir. Prémiala cada vez que lo haga, y recuerda que los seres humanos tenemos una parte instintiva en nuestra forma de comportarnos, similar a los animales cuando se les da una recompensa o se les castiga. Es como los perros de Pavlov, que al escuchar el sonido de la campanilla comenzaban a salivar creyendo que venía la comida. Cuando una mujer haga algo que valores positivamente, como puede ser gastarte una broma divertida, contarte algo muy personal, sonreírte, etc., tócala. Regálale una pequeña caricia en el brazo o en los hombros, como harías con un niño pequeño que se

ha portado bien. Haciendo este gesto premiarás su buena actitud. A la vez, castigarás la mala actitud con una ausencia de contacto físico por tu parte. De este modo la irás acostumbrando inconscientemente a sentirse en la obligación de hacer cosas positivas para recibir su recompensa, en este caso tu afecto y atención.

Diario 28

Después de más de un año intensivo estudiando a las mujeres, observando sus comportamientos y sus reacciones, conociendo su psicología, estaba seguro de que si me hubiese propuesto estudiar una carrera no me lo habría tomado tan en serio como lo hacía con la seducción y todo lo que ella engloba.

Reconozco que nunca había sido un buen estudiante, porque estudiaba cosas que en realidad no me interesaban demasiado. Pero con un tema que me gustaba me convertía en un genio, lo analizaba todo a fondo y buscaba las mejores conclusiones.

Por suerte para mí, no me había centrado exclusivamente en estudiar la seducción masculina, sino que también sentí curiosidad por cómo seducían las mujeres. Sin embargo, no estaba muy satisfecho con los libros sobre seducción femenina, no terminaba de comprender cómo se podía ofrecer un libro a una mujer y decirle que para seducir al hombre de sus sueños lo que tenían que hacer era machacarlo y dejarlo continuamente por debajo de ellas, colocando a las mujeres en un plano de superioridad ante los hombres para conseguir los fines por ellas deseados, y aunque en la seducción masculina se fomentaba algo similar, yo sentía que esta forma de hacer las cosas no era la correcta. Se tenía que poder hacer de una forma diferente, sin hacer daño a la otra persona.

¿Qué buscan realmente las mujeres? Lo mismo que nosotros, al fin y al cabo: ser felices, como cualquier persona. Sin embargo, no es nada fácil encontrar la felicidad cuando no eres capaz de dar con el hombre adecuado. Nosotros pensamos que las mujeres tienen fácil acceso al sexo, pero la realidad, para las personas que tratamos con muchas mujeres diariamente trabajando como terapeutas, es que muchas veces las cosas no son tan bonitas como parecen. Si yo pudiese acostarme con cualquier mujer, pero no consiguiese acostarme con las que de verdad me gustan y atraen, ¿qué pasaría? Pues que tendría mucho sexo, sí, pero no sería feliz porque no habría conseguido lo que realmente quería. Tal es la realidad diaria de miles de mujeres en todo el mundo. La mayoría de hombres, que habíamos nadado en la escasez del sexo, creíamos fervientemente que con las mujeres era distinto, hasta que descubres que no.

Hablando con ellas nos preguntábamos: ¿hay algo mejor que acostarte con una persona que realmente te gusta? La respuesta era un rotundo no. La realidad es que no todas las mujeres se acostaban con los hombres que ellas querían. Una mujer que salía a ligar tenía un gran número de pretendientes masculinos que seguramente intentarían abordarla para seducirla y llevársela a la cama. De todos ellos, alguno quizás podía gustarle, por pura estadística.

Sin embargo, cuando veía a un hombre que le llamaba realmente la atención, allí, a unos pocos metros delante de ella, la cosa cambiaba: ese chico no se acercaba ni ella tampoco era lo suficientemente valiente para acercarse a él. Lo que ocurre es que las mujeres

tienen un miedo mucho mayor a ser rechazadas que nosotros. Por eso una mujer siempre preferirá ver pasar ante sus ojos a un hombre que le encanta antes que acercarse a él y que pueda rechazarla. No están acostumbradas y no pueden soportar un rechazo.

Al parecer las mujeres también dependen de la suerte, al igual que nosotros cuando aún no conocemos la seducción. A ellas les entran muchos hombres a lo largo de la noche, y puede que haya suerte y que uno de ellos les guste un poco más que el resto. Pero lo cierto es que no eligen ellas, porque no dan el primer paso. Esto es lo que intentamos evitar los seductores: no queremos seguir dependiendo de la suerte, del alcohol o de cualquier factor externo para ayudarnos. Queremos ser capaces de acercarnos a la mujer que nos gusta y seducirla con nuestras propias habilidades. Las mujeres, si quieren ser felices con ese hombre que tanto les gusta, o al menos conocerle, no tendrán más narices que empezar a hacer lo mismo, o dependerán toda la vida de la suerte. Porque una mujer seductora no es la que se queda quieta esperando a que el hombre que le gusta decida o no acercarse a ella. Una seductora es una mujer con decisión, que tiene claro lo que quiere y va a por su objetivo, utilizando sus armas de mujer y sus habilidades. Las mujeres son seductoras por naturaleza, aunque no sean conscientes de ello, y nos sacan una ventaja increíble en muchos aspectos. Sin embargo, a veces muchas de ellas tienen su personalidad seductora bastante desentrenada porque se han acomodado demasiado a lo fácil, a esperar que la suerte se alíe con ellas para poner en su camino a ese hombre especial. Con la cantidad de hombres que se acercan a ellas cada noche, intentando seducirlas, comprendía que cualquier mujer podría volverse cómoda, pero si quería tener realmente el control de sus relaciones sexuales y sentimentales, al igual que nosotros, tenía que dar un importante paso adelante.

Poniéndome en su lugar las comprendía perfectamente, porque si cada noche que salía, sólo por el hecho de ser hombre, sin hacer yo nada, se me acercasen diez o veinte mujeres intentando llevarme a la cama, también me

volvería cómodo y me acostumbraría a esa forma de ligar. Sin embargo, en el fondo me sentiría mal conmigo mismo cuando viese que me habían entrado veinte mujeres pero que yo había sido incapaz de acercarme a hablar con la que realmente me había gustado desde el principio. Da que pensar, y lo malo es que esto era una realidad que sucedía cada noche en todos los lugares del mundo.

Les preguntaba: «¿Qué hacéis vosotras para seducir a un hombre? ¿Os conformáis con lo que tenéis, dependiendo de la suerte y la estadística para encontrar la felicidad? ¿O

preferís tomar el control de la situación y ser vosotras mismas las que decidáis conseguir la felicidad con quien vosotras elijáis?». La mayoría se quedaban silenciosas y pensativas, porque jamás se habían hecho esas preguntas a sí mismas. Sinceramente, yo pensaba que esas preguntas sólo tenían una respuesta, y era ser valientes y hacer algo por conseguir lo que querían.

Mi web se llama «Seducción y superación», y se basa en mi historia de superación personal. A medida que me introducía más en el mundo de la seducción iba superándome poco a poco a mí mismo, derribando mis miedos y mis barreras. Cualquier mujer también podría hacer lo mismo, si quería. Estaba en su mano. Yo sólo iba dando algunas herramientas para hacer el proceso más sencillo.

Era la primera vez que abordaba el tema de la seducción femenina en profundidad, porque consideraba que hombres y mujeres nos merecíamos ser felices, y si alguien como yo lo estaba consiguiendo gracias a las mujeres, las mujeres también podían conseguir la felicidad gracias a los hombres. Lo tenía muy claro. Luchando juntos contra la naturaleza, que nos ha

hecho como somos, podíamos llegar a ser nosotros mismos quienes decidiésemos nuestras circunstancias, y no la suerte, como hasta ahora.

Cómo besar a una mujer

evitando el rechazo

Estás muy cerca del final de todo este juego, como me gusta llamarlo. Y para un momento tan crítico y complicado como es el beso, lo mejor que puedes hacer es andar siempre sobre seguro, y no dejar el resultado al azar y a la suerte, sino al saber hacer. Quiero aprovechar para recordarte que esta fase debes recorrerla solo. Llega el momento en el que tu compañero ya no es necesario. Sólo sois tú y la chica. Tu compañero ha estado a tu lado durante todo el proceso, siempre que lo has necesitado, para seguir avanzando, apoyándote, dándote energía, ayudándote a mantener el estado y a superar los obstáculos, y entreteniendo a las amigas para que no interfieran negativamente en la interacción. Ahora llega el momento de cerrar el proceso, ponerle punto y final al juego de la seducción con un broche de oro. Y lo primero que tienes que saber es algo importante: ella no va a besarte a ti. Tienes que ser tú el que la bese a ella.

Antes de dar el paso, tienes que comprobar si has hecho las cosas bien o simplemente intuyes que las has hecho bien pero no estás del todo seguro. La mejor forma es aplicar el test de las palmas de las manos. Cogerás la mano de la chica, para comprobar si existe una verdadera atracción entre vosotros o si sólo has creído que existía, pero no es así. Al hacer esto puede haber tres reacciones diferentes:

1. SI COGES SU MANO Y TE LA SUELTA AL MOMENTO, es una evidencia clara de que no existía la atracción que habías imaginado. Al menos podrás evitar un rechazo si intentas besarla. En este caso te recomiendo que no sigas intentándolo para no perder más tiempo y busques otra mujer a la que puedas seducir antes de que tu energía y estado se consuman.
2. SI COGES SU MANO Y NO LA SUELTA, sabes que se siente a gusto contigo. Yo lo que hago siempre en estos casos es decirle: «No, así no. ¡A mí me gusta así!», y tomo su mano para entrelazar sus dedos con los míos, dirigiendo la interacción hacia donde yo quiero que vaya.
3. SI COGES SU MANO Y JUEGA CON LA TUYA, acariciándola y entrelazando sus dedos con los tuyos, significa: «¡Bésame ya!». Si esperas demasiado para besarla, vas a terminar echando todo el juego a perder cuando ya lo tenías ganado.

Por fin has llegado al momento cumbre. Ahora ya sabes si le gustas, y ella también te gusta a ti. Ahora sólo falta besarla y será tuya. Sé que no quieres volver a sentir el miedo a besarla. Quizás no sea la primera vez que te has sentido a gusto con una mujer, que has notado la conexión entre vosotros, pensando que es el momento de besarla. Pero al intentar hacerlo, ella apartó la cara y le diste un beso al aire, donde un segundo antes había estado su boca. En ese difícil momento pensaste: «¡Tierra, trágame!». Los dos os pusisteis rojos de la vergüenza y todo lo que habías conseguido se esfumó. Quiero enseñarte a que esto no vuelva a sucederte jamás, a que ninguna mujer que hayas seducido te aparte la cara cuando intentes besarla.

El motivo por el que sucede esto es muy sencillo: al acercarte para besarla sin avisarla, has actuado de una forma demasiado brusca, seguramente sin ser consciente de ello. Has roto la conexión, y aunque ella sintiese atracción por ti, lo que has hecho es sacarla de ese estado tan íntimo que habíais creado, activando el instinto de supervivencia de una persona que se siente atacada o acorralada.

Cuando esto ocurre, tiende a apartarse, retroceder o huir es algo que hace a nivel instintivo, y si pasa esa delgada línea, le será imposible volver a estar contigo como lo estuvo antes. Habrás echado todo a perder.

Para evitarlo, sólo tienes que seguir un sencillo proceso que he dividido en tres pasos: abrazo, cuello y boca. Es lo que yo llamo un «beso de película», por la similitud que tiene con los besos románticos que vemos en el cine. Es una forma escalonada de llegar al beso, que a las mujeres les encanta, y que te hace ir siempre sobre seguro, porque en todo momento estás avisándola de lo que harás a continuación. De este modo le das la opción de retirarse en cualquier momento, si ella lo considera necesario, o fundirse contigo en un apasionado beso. Este es el proceso:

1. Sabes que le gustas, has visto interés evidente por su parte en su lenguaje corporal, sientes que es el momento de dar el último paso, y la mejor forma de avanzar hacia el beso es facilitando un contacto físico de vuestros cuerpos para pasar a un plano mucho más íntimo. Esto lo consigues a través del abrazo. Puedes decirle: «Me caes genial», y aprovechar ese momento para darle un tierno y caluroso abrazo.

2. Ahora llega el punto más importante de este proceso: evitar un posible rechazo. Abrazado a la chica, le das un beso en el cuello, una zona erógena muy sensible de la mujer, que al ser estimulada producirá un efecto placentero recorriendo todo su cuerpo. Si al besarla en el cuello tensa la espalda, es una clara señal de que no has hecho algo bien o que estás yendo demasiado deprisa. Lo que tienes que hacer en este caso es retroceder para crear un poco más de conexión con ella, y volver

a intentar este proceso de nuevo más adelante.

3. Si al besarla en el cuello no se pone tensa, sino que relaja el cuerpo por completo, es el mensaje que necesitas para saber que el siguiente paso es besarla en la boca. Ella también lo sabe, y ahora está preparada y concienciada para el gran momento. Lentamente, pero sin vacilar, acerca desde su cuello tu boca hasta la suya, y esta vez no apartará la cara, porque la distancia de tensión entre tu boca y la suya ha sido mínima, de unos pocos centímetros. No es como cuando te encuentras frente a ella, en que la distancia de tensión entre vuestras bocas es mayor y cuesta mucho más superarla.

Enhorabuena, amigo: has conseguido jugar con éxito por primera vez en tu vida, de forma consciente, al juego de la seducción.

Diario 29

Poco a poco seguía creciendo y avanzando. Había sido difícil, muy difícil, pero lo había dado todo para superarme. Incluso había dejado mi trabajo por este sueño, un trabajo que no me hacía feliz y que sólo me ayudó a darme cuenta de qué era lo que no quería hacer con mi vida.

Así pude empezar a luchar por mis sueños. Creo que cada vez estaba más cerca de conseguirlo. Puede que me equivocase, no era perfecto ni mucho menos, pero no sería por falta de ganas, ni por el tiempo que le estaba dedicando a todo esto.

Era feliz, y para mí eso era lo más importante. Uno de los principios que había perseguido siempre en la vida era la felicidad. De poco vale tener mucho dinero, ligar o incluso tener suerte, si no somos del todo felices en

nuestra vida. Afirmar que el dinero da la felicidad, y que el amor o la suerte también, no es del todo cierto, porque ya había visto a hombres con mucho dinero y con novia sintiéndose unos completos infelices, y era algo que me apenaba.

Nunca pensé que mi vida fuese a cambiar tanto, ni aunque se hubiese presentado delante de mí «mi yo actual» a contármelo. Pensaba en mi vida, en cómo me iban las cosas, qué era lo que estaba haciendo y lo que no estaba haciendo. Había una frase que me encantaba: «Se sabe cómo se empieza, pero nunca cómo se acaba». Yo había empezado con muchísima ilusión, casi desde cero, siendo uno más entre la multitud, una persona conformista con lo que tenía y resignada a una vida monótona en la que la rutina estaba a la orden del día. Nada nuevo me podía ofrecer a mí mismo, o al menos eso pensaba.

Y resulta que era tan sencillo como afrontar de cara la realidad en la que vivía y reconocer primero mi situación para poder cambiarla. La conclusión era siempre la misma: no era feliz con mi vida. ¿Por qué entonces tenía que seguir haciendo las mismas cosas y comportándome de la misma forma? Ya no era un niño, había perdido casi dos años de mi vida por no haber estudiado lo suficiente cuando suspendí la selectividad, dos años desaprovechados, tirados a la basura, que no me aportaron nada especial, ni me dieron ninguna satisfacción personal ni beneficio. Al final me puse las pilas y conseguí sacar mi diplomatura.

Dos años, se dice pronto, más de setecientos días. Son muchos días. Gracias a la

seducción, a la autoayuda, a la superación y al desarrollo personal había conseguido en sólo un año dar un giro de ciento ochenta grados a mi vida. Y si yo había podido hacerlo, ¿por qué no va a poder cualquier otra persona? ¿Qué les impedía hacerlo? Quizás el desconocimiento para poner remedio a la situación, analizándola, buscando la base del problema y atacándolo de raíz. Está en las manos de cualquiera. Así es la autoayuda. Consiste en afrontar las cosas tal y como son, por uno mismo, para ponerles remedio. Porque nadie va a hacer por ti lo que no hagas tú, nunca lo olvides.

«Siembra y recogerás» es otra de mis frases favoritas y que marcan mi

historia en la Comunidad. Desde el principio había intentado hacer bien las cosas, lo mejor que había podido. A veces lo conseguía, otras no tanto. Soy humano, ¿qué otra cosa podía hacer?

Nunca creí que la gente pudiese ayudarme de aquella manera, pero había conocido a personas realmente interesantes, gente que sin apenas conocerte era capaz de ayudarte una y otra vez sin pedir nada a cambio. Son personas dignas de todo mi respeto y admiración.

Intentaba portarme bien con todo el mundo, aunque era cierto que no me llevaba bien con todos. Había personas con las que no terminaba de congeniar, y al final la cosa no podía ser.

Pero no pasaba nada, la vida seguía su curso, y eran muchas las personas que aún me quedaban, y me quedan, por conocer.

También había otras personas que sin apenas conocerme me criticaban. Sus motivos tendrían, pero una cosa había comprobado en todo este tiempo, y es que y no eres nadie, cuando eres uno más entre tantos, cuando no destacas del resto, cuando te conformas con lo que tienes, nadie habla de ti. Basta con que levantes la cabeza y empieces a destacar un poco por encima del resto para que empiecen a aparecer los detractores. Nunca me ha importado demasiado. He llegado a comprenderlo y aceptarlo como algo natural. También sé que la mejor forma de luchar contra las críticas no es devolver otra crítica, sino trabajar y hacer las cosas bien. Cuando recibía una crítica intentaba aceptarla y mejorar en ese punto, en vez de cabrearme con la persona que la había hecho, porque así no ganaría nada.

Siempre hay una parte positiva frente a todo lo malo, y es toda la gente que me demuestra su apoyo y me sigue día a día, enviándome mensajes de ánimo y agradecimiento por todo lo que hago. Jamás pensé que fuese a tener tantos lectores, ni en mis mejores expectativas. Agradezco enormemente todo ese apoyo y ánimo, porque es la fuerza que siempre he necesitado, sobre todo cuando empezaba, cuando intentaba superarme, con un miedo atroz a sentirme solo en este tortuoso camino. Saber que estaba respaldado por tanta gente que invertía su tiempo en leerme era lo máximo que podía pedir, algo que no tenía precio, una felicidad indescriptible.

Me sentía realmente contento con mi vida y con todo lo que estaba emprendiendo, que era mi proyecto. Por primera vez en mi vida, sentía que estaba haciendo lo que realmente quería hacer. Durante muchos años, uno de mis mayores miedos había sido ir dando tumbos de un lado a otro, buscando un camino que me motivase, algo que me diese ilusión para levantarme cada mañana y salir de casa. Y al fin lo había conseguido, no podía pedir más.

Seguía estudiando y practicando la seducción. No me gustaba considerarme más que nadie.

Me definía a mí mismo no como un maestro, sino como un alumno aventajado, que le dedicaba horas y horas, y sobre todo ponía mucho empeño para no caer en el conformismo y creer que ya estaba todo aprendido. Todas las personas que sigan este ejemplo podrán conseguir cualquier cosa que se propongan en la vida.

Había montado mi propia empresa de fotografía en Madrid, como director artístico, y

tenía a varios fotógrafos *freelance* trabajando para mí. Desde pequeño siempre me había encantado el mundo de la fotografía. Creo que tenía una vena artística y por fin había conseguido sacarla. Hacía *books* de fotos no sólo para ganar un dinero del que vivir, sino también para plasmar la belleza y la esencia de las personas, que era lo que más me maravillaba de la fotografía, inmortalizándolo en una imagen. Aunque era difícil de conseguir, lo intentaba, y cada vez me iba saliendo mejor. Había alquilado un local en Madrid para las sesiones de fotos, y gracias a mi amigo Totó García pude ampliar el negocio con una filial en Galicia, que él mismo gestionaba en persona. Y seguía trabajando día a día para llegar a más provincias españolas e intentar colocarme como referente en el sector de la fotografía en España y ofrecer *books* de fotos a toda esa gente que no disponía de muchos medios pero quería verse bien en unas fotos. Era difícil, pero ya nada era imposible para mí.

También seguía trabajando con Bruno como cámara para la productora. Gracias a mi esfuerzo, Bruno me había propuesto ser socio capitalista y sacar el trabajo hacia delante, apostando por nuevas producciones. Actuaba como relaciones públicas, contactando con otros productores, con los actores y las

actrices, y organizando un poco todo. Me encantaba lo que hacía y poco a poco nos estamos abriendo hueco en el sector, con un trabajo más serio y profesional, sin dejar de lado la frescura y la naturalidad en la que siempre hemos confiado desde los comienzos. Además de todas estas cosas, había empezado a estudiar un curso de diseño web, para crear yo mismo mis propias páginas web y trabajar como *webmaster*. Tengo que reconocer que era muy complicado para mí. Me costaba muchísimo, pero le ponía todo mi empeño. No estaba dispuesto a tirar la toalla por nada del mundo. Leía tutoriales, hacía pruebas con Dreamweaver y varios de mis amigos me echaban una mano siempre que me hacía falta. ¿Qué más podía pedir? La seducción me había abierto un camino de superación personal que no tenía límite.

Un simple beso

Ten mucho cuidado. Aunque ya has dado el primer beso, tan sólo has ganado una batalla, pero aún no has ganado la guerra. El momento de un encuentro sexual todavía queda lejos. El gran error que comente la mayoría de los hombres que nunca ligan es creer que un beso es algo determinante, un gesto que las hace tuyas. Siento decirte que nada más lejos de la realidad. Para las mujeres, un beso puede no significar nada más que eso: un simple beso. Hay muchas ocasiones en que se besan entre ellas, y no simboliza más que una muestra de afecto y cariño.

Nuestro objetivo es hacer que ese beso se convierta en algo sólido. Será así cuando tengamos la certeza de que ella accederá a seguir conociéndonos y de que todo lo que hemos conseguido no se quede en nada.

A ningún hombre le agrada que después de haber recorrido correctamente todas las fases de la seducción, y habérselo trabajado a conciencia, las cosas no le salgan como las tenía pensadas. Una excelente forma de hacer que una mujer se sienta mal y no quiera saber nada más sobre nosotros es mostrarle excesiva

necesidad. Es el quinto miedo que se pone de manifiesto, el miedo a perderla después de haber superado correctamente todos los pasos anteriores. Ahí es cuando uno se sobrepasa con ella, metiéndole mano por todas partes, en plena discoteca, delante de sus amigas. Luego muchos se preguntan sorprendidos

por qué ella no responde a sus llamadas.

Lo mejor que puedes hacer cuando consigas besar a una mujer es darle lo que yo llamo «el beso para ellas». Consiste en besarla de la forma más dulce posible, acariciando su pelo, su nuca, su rostro, mirándole a los ojos de vez en cuando, mordisqueando ligeramente su labio inferior en algún momento. Y sobre todo evita sobrepasarte. Así será ella misma la que te recompensará en una futura ocasión, cuando podréis tener un encuentro sexual más íntimo. Pero siempre dentro del contexto adecuado. Hay que diferenciar la discoteca de la intimidad que puede dar una casa. Un seductor siempre mirará por la buena reputación e imagen de sus conquistas, y esto hará que ellas se sientan siempre seguras y protegidas, abriéndose y mostrándose como no lo han hecho antes con otro hombre, que no se preocupaba por lo que pudieran pensar de ellas.

Diario 30

Si, como en mi caso, eres una persona nerviosa y muy activa, a veces es necesario tranquilizarse un poco y no confundir hiperactividad y energía. Hay gente que me pregunta cómo podía salir con mucha energía a seducir, y yo intento darles algunos consejos. En realidad no es difícil salir con energía alta, ya que la simple perspectiva de salir para divertirnos y conocer gente desconocida debería de ser una aventura suficiente como para producirnos un subidón de energía de por sí.

Sin embargo, había algo, desde mi punto de vista, que nos perjudicaba más en la seducción a la hora de conocer mujeres y llegar a un estado favorable. Son los nervios y el estrés que producen los momentos previos a la seducción, y que se exteriorizan en ansiedad cuando uno se dispone a abordar un grupo de mujeres desconocidas.

Esto es algo que sucede tanto a seductores novatos como a veteranos. Más a los novatos, ya que la inexperiencia causa ansiedad ante algo que se presenta como novedoso. A mí me había pasado muchas veces, e incluso teniendo bastante experiencia, a veces me seguía pasando. Mi mayor problema es que era una persona demasiado activa. Estaba en mi personalidad, y me costaba mucho calmar toda esa energía. Era puro nervio. En mis primeras salidas con seductores, la energía era tan alta que cuando entraba a los grupos los

sobrepasaba. Esto es casi igual de malo que entrar con la energía por los suelos. La clave está en no pasarse y alcanzar un término medio. Hay que entrar con un poco más de energía que ellas, pero no demasiado alta, para no telegrafiarles nuestro interés de forma tan evidente.

A fin de cuentas, bastante interés estamos mostrando ya simplemente al abordarlas, y no es nada bueno regalarles más si no han hecho algo para ganárselo.

Cuando Putoamo y Guardián me decían al final de la noche, de camino a casa: «Lo haces

bien, pero entras demasiado sonriente, demasiado enérgico, y por eso a veces te rechazan de primeras», sabía que tenían razón. Debía ponerle remedio. Era lo bueno de analizar las cosas y pensarlas fríamente, cuando había fallado hacía tan sólo unos momentos. Sentía que mi juego se estaba estancando por culpa de mis nervios y de la energía demasiado alta que mostraba en algunos momentos. Necesitaba relajarme cuando seducía y entrar a los grupos mucho más calmado, controlando toda esa energía que tenía dentro de mí, utilizándola adecuadamente, sólo cuando fuera necesario. Así no me agotaría en balde, como me había sucedido en muchas ocasiones.

Estuve buscando por Internet técnicas de relajación, autohipnosis y meditación, pero resultaban un poco complicadas, porque llevaba demasiado tiempo prepararlas y era demasiado impaciente como para realizarlas con cierta continuidad. La autohipnosis había que practicarla un gran número de veces para notar los efectos y llegar a la meditación. Hacerla sólo un día no valía de nada. La autohipnosis es un proceso de relajación en el que se va progresando por medio de ejercicios para culminar en un estado favorable, adecuado para la seducción. Yo buscaba algo más rápido, algo que no requiriese preparación previa para ver resultados.

Ejercicio de relajación

Encontré un ejercicio de relajación que me funcionaba muy bien para la seducción, para las citas, para el deporte y para el día a día. Podía realizarlo en las horas previas, antes de salir de mi casa para socializar con gente desconocida. Un ejercicio muy simple que cualquiera puede realizar si tiene

un ordenador, Internet y altavoces cerca. Consiste en ducharse con agua caliente, cerrar los ojos debajo del agua y visualizar detalladamente lo que te gustaría que sucediese esa noche.

Tienes que pensar en ti como la persona que quieres ser. Te concentras en lo que te gustaría proyectar hacia las personas que van a conocerte. Una vez terminada la ducha, cubierto con un albornoz o una toalla, enciendes el ordenador y pones varias de tus canciones favoritas de forma aleatoria. Mientras la música suena, te tumbas en la cama y cierras los ojos intentando relajarte, sintiéndote bien contigo mismo y encontrando poco a poco un estado favorable. A los pocos minutos, cuando te sientes a gusto y relajado, te vistes y arreglas. Ya estás listo para salir a conocer gente.

Si a lo largo de la noche sientes que la ansiedad o el estrés aparecen, lo mejor es cerrar los ojos un momento y recordar las sensaciones experimentadas cuando estabas tumbado cómodamente en la cama, escuchando la música. Es sorprendente notar cómo ese estado va volviendo, y la ansiedad desaparece. Antes de salir siempre practicaba este sencillo ejercicio, gracias al cual había mejorado muchísimo mi estado, lo que me había ayudado bastante a la hora de ligar. Esto me permitía también ahorrar energía para aguantar más durante el cansado

ejercicio que era conocer gente nueva en cada salida.

Pedir el teléfono o e-mail correctamente

Lo que más seguridad te dará ante una posible segunda cita es haber besado a la mujer que has seducido, pero habrá ocasiones en las que el beso sea imposible.

Por ejemplo cuando ella tiene que irse antes de tiempo. No has podido crear la suficiente conexión ni tensión sexual, y la única opción que te queda es pedirle el teléfono o e-mail para seguir en contacto y conoceros más en otra ocasión.

En la mayoría de los casos, cuando una mujer te da su teléfono o su e-mail, puede que luego te sorprenda no recibir ninguna respuesta por su parte. El motivo es que si le pides el teléfono y, una vez que te lo ha dado, te despides

de ella y te marchas, pensará que lo único que querías era conseguir su número, por lo que es probable que no quiera saber nada más sobre ti.

La forma correcta de pedir un número de teléfono o una dirección de correo electrónico consiste en quedarte con ella varios minutos después de que te lo haya dado, conversando de cualquier cosa o incluso besándoos, si ya habías conseguido llegar al beso. Así, lo último que recordará de ti no será que le pediste su teléfono y te fuiste sin más. Eso será simplemente algo que sucedió a lo largo de vuestra conversación. No le dará mayor importancia de la que tiene, pero tú habrás conseguido un teléfono sólido y recibirás más respuestas de las que vas a recibir si sigues haciendo las cosas mal, como hasta ahora.

Cuando llegue el momento de despedirte, una vez que ella te haya dado su e-mail o su número de teléfono, y hayáis pasado unos minutos hablando, el primer mensaje que le envíes, sobre todo si te has estado besando con ella, es fundamental para poder veros en otra ocasión. Tienes que enviarle un mensaje que no sea exclusivamente para ella, porque cuando lo reciba, es muy probable que sus amigas lo lean también, y opinarán al respecto en tu beneficio o en tu contra cuando ya no estés presente. El mensaje ideal sería un tanto impersonal:

«¡Hola de nuevo! Acabo de llegar a casa. Sólo quería decirte que me ha encantado conoceros y que esta noche ha sido estupenda. Lo he pasado genial con vosotras».

Así consigues quedar bien con ella, pero a la vez lanzar un guiño a sus amigas, que seguramente dirán algo como: «¡Qué simpático!», lo que te hará ganar muchos puntos a ojos de ella sin siquiera estar allí. Habrás conseguido sembrar para luego cosechar.



VI

Sedución avanzada

Segundas citas

La diferencia entre alguien que desconoce la seducción y un seductor es que este va mucho más allá de un primer encuentro con una mujer. No sólo la seduce para conseguir besarla, sino que planea una segunda cita para conocerla en profundidad y tener sexo con ella. Incluso para establecer una relación de pareja si así lo desea. Desde mi experiencia, puedo asegurarte que la segunda cita es en el momento en el que realmente te la juegas. Lo que has conseguido hasta ahora ha sido una toma de contacto. En la segunda cita, debes demostrar que no ha sido suerte, sino saber hacer.

Seguramente, si eres de los que ha ligado alguna vez por su cuenta y la chica ha accedido a quedar contigo en una segunda cita para conoceros mejor, las cosas no han salido como esperabas. Por la noche, cuando la conociste, las cosas parecían más sencillas y el ambiente acompañaba. Pero ahora, a plena luz del día, después de varios días sin veros, parecéis dos completos desconocidos, y eso te hace sentir muy incómodo. Aparecerán de nuevo todos los miedos que habías conseguido salvar y será un completo desastre de cita. Por desgracia para ti, esto podría haberse evitado, si hubieses sabido cómo manejar correctamente una segunda cita. No te preocupes: estoy aquí para ayudarte y enseñarte a sacar adelante una segunda cita, y convertirla en un nuevo éxito.

Estas son las cosas que debes tener en cuenta:

1. **NO SEAS PUNTUAL.** Llegar a la hora es como decir: «Hola, ¡soy un buen chico!», y ya sabes que los chicos buenos no son atractivos para las mujeres. Llegar unos minutos más tarde de la hora prevista hará que ella sienta una ligera ansiedad y se pregunte si la habrás dejado allí plantada. Cuando te vea aparecer, será un gran alivio para ella,

recibiéndote con una actitud que te beneficia.

2. **APRENDE A SALUDAR.** El momento más crítico de una cita, y que marca su desarrollo, es el saludo, sobre todo si ha pasado cierto tiempo desde la última vez que os visteis. Si en esa ocasión la besaste o simplemente intercambiasteis teléfonos, no importa. No intentes besarla en la boca nada más llegar, porque es posible que aparte la cara y te ofrezca la mejilla, para

que le des dos besos, algo que te hará sentir incómodo y echará a perder la cita. Será como si te hubiese rechazado. Yo prefiero siempre dar dos besos en la mejilla en el primer encuentro, actuando así de forma neutral y evitando una posible situación incómoda para ella, porque ya sé que la besaré más adelante, cuando llegue el momento de hacerlo.

3. ROMPE LA TENSION INICIAL. Le has dado dos besos en la mejilla, pero quizás aún no se sienta del todo cómoda. Podría decirse que la segunda cita es casi como volver a empezar desde cero. El objetivo principal es reenganchar con el estado que alcanzasteis cuando te despediste de ella la última vez. Puedes conseguirlo gastándole alguna broma para romper el hielo. Por ejemplo, diciéndole: «Oye, te veo más alta. ¿Has crecido?». Si lo dices con humor ella sonreirá y habrás conseguido romper ese breve momento de tensión inicial. Ahora es cuando podríamos decir que empieza realmente la cita. Lo habitual entre los hombres que desconocen la seducción es fallar en alguno de estos tres primeros pasos, llegando antes de tiempo, intentando darle un beso en la boca o no sabiendo cómo romper la tensión inicial.

4. LIDERA LA CITA. Es muy típico que en las segunda citas, cuando la chica te dice: «Bueno, ¿y qué hacemos ahora?», le des la peor respuesta posible:

«No sé, lo que a ti te apetezca». Con esto le estás pasando a la chica la responsabilidad que te corresponde, la de guiar la cita con decisión. Lo que tienes que hacer en este caso es seguir mostrándote como un líder, decidiendo qué hacer a continuación. Para esto lo mejor es haber preparado un plan antes de la cita sobre posibles lugares a los que llevarla. Localiza los lugares más interesantes de la zona donde os habéis citado, etc. Además, decidir a dónde ir te hará llevar el rumbo de la cita, algo que te beneficia enormemente si quieres seguir resultándole atractivo.

5. EVITA EL CINE. Si el cine es el lugar habitual donde llevas a tus citas para tratar de intimar con ellas, te digo desde ya que estás equivocándote por completo. El cine es un espacio muy limitado, donde no podrás crear fácilmente una conexión con ella. Y no sólo eso, sino que es un plan que está demasiado visto. El objetivo de esta cita es sorprenderla.

Ya iréis al cine más adelante, en futuras citas, pero de momento no la lleves al cine. Busca planes alternativos más interesantes, lugares donde puedas hablar con comodidad. Evita un sitio como el cine, donde tendréis que estar mucho tiempo callados.

6. PASEAD JUNTOS. Lo ideal en esta cita es pasear con ella, un paseo de no menos de quince minutos. El objetivo es volver a generar conexión entre vosotros, y ahora sí podrás hacerle todas las preguntas que no le hiciste en vuestro primer encuentro. Así tendrás ocasión de conocerla más en profundidad. Por otra parte, cuantas menos cosas sepa ella sobre ti mucho mejor, para poder seguir generando misterio y resultarle más atractivo.

7. FIN DEL PASEO Y BESO. Al cabo de un rato de paseo, además de volver a crear un vínculo entre los dos para transportarla de nuevo al primer momento en que estuvisteis juntos, ella se sentirá algo cansada. Será la excusa perfecta para proponerle ir a tomar un helado de chocolate juntos. El chocolate tiene una serie de propiedades que nos hacen sentir muy bien. Es un alimento asociado a estímulos agradables y positivos, con lo que conseguirás de forma inconsciente que se sienta en un estado muy agradable, que te facilitará volver a besarla. Si logras llegar al punto de intimidad necesario para besarla, habrás conseguido una cita perfecta y seguramente sea la primera de muchas.

Diario 31

Vamos a salir de casa para aprender a seducir. No te puedes quedar sentado en el sofá echando unas partidas a la consola o viendo la televisión, así no vas a convertirte en seductor nunca. ¿Que no sabes qué hacer? Eso ya no es un problema. Se acabaron las excusas para quedarte en casa. Te seguiré enseñándote ejercicios para que practiques en solitario o con tus amigos y así mejores tus habilidades sociales, ya que, al fin y al cabo, eso es un seductor: un experto en interacciones sociales. El seductor las dirige, no se deja dirigir por ellas. La diferencia es abismal. ¿No se te ha ocurrido nunca pensar que hablabas con una chica y no tenías la certeza de que te estuviera escuchando realmente o sólo te estuviera oyendo?

Hay una gran diferencia entre escuchar y oír. Escuchar es poner interés en lo que te cuenta la otra persona. Si una chica te escucha es un indicador de

interés. Pero si una persona habla y la otra sólo oye, lo que sucede es que ni le va ni le viene lo que está oyendo. Si una chica sólo te oye, no está mostrando interés hacia ti. Por lo tanto, es algo malo. Que una chica te escuche significa que ha entrado en tu juego, y que reaccionará según las cosas que digas.

Si haces PNL y en una conversación introduces palabras como sentimiento, pasión, amor, sensible, sentir, apreciar, intenso, y otras similares, ella pensará de forma inconsciente: «Este chico no es como los demás. Tiene una forma de expresarse que me hace sentir diferente».

Esto es PNL aplicada a la seducción. Sin embargo, dile: «Hola. Un chico (*te señalas*) que conocerás hoy te gustará (*te señalas de nuevo*) y te hará sentir muy especial». Algo así no se lo va a creer ninguna mujer. Ellas no quieren frikis; quieren creer que realmente eres especial y que ha surgido algo bonito entre vosotros. Por eso tienes que utilizar ciertas palabras de forma natural en una conversación. Por ejemplo: «Hoy mientras nadaba he sentido una sensación diferente. No sé qué me ha pasado, pero estaba supersensible a todo. Quizás es que esta época del año, en la que hay tanto amor entre la gente, me apasiona todo lo que hago». Esto ya es otra cosa diferente. Espero que veas la diferencia entre intentar «manipular» y transmitir algo especial. Como en la segunda frase, el objetivo es ser natural, no forzar situaciones con las que no nos sentimos a gusto. Practica primero este tipo de PNL con tus amigas para ver qué tal funciona y pregúntales cómo se sienten después de hablar contigo.

«Hoy llevo un día de mierda en el trabajo, estoy cansadísimo y súper cabreado con la gente que me rodea. Esta época del año es lo peor, todo lo que hago me sale mal». Este es un ejemplo de lo que no deberías hacer, porque harás que la chica se sienta mal. Y ¿por qué pasa todo esto? Es más sencillo de lo que piensas. Cuando alguien te dice por ejemplo la palabra «casa», en tu mente generas la imagen de una casa. Si te digo «perro», en tu mente generas la imagen de un perro. ¿Qué sucede si a una chica le digo en una frase muchas palabras emotivas, como sentido, amor, emoción, sensibilidad, pasión, esperanza, cariño? Que ella, mientras habláis, estará visualizando esos significados en su mente sin ser consciente de que lo hace. Y nos da sensación de bienestar. En consecuencia, se sentirá genial cuando

hable contigo. En su mente asociará la idea de hablar contigo con sentirse a gusto. Ahora bien, si lo que le decimos está lleno de palabras como malo, disgusto, peor, cansado, horrible, cabreado, triste... Lo que ella forma en su mente serán imágenes muy negativas. Por lo tanto pasará a asociar que hablar contigo es lo mismo que sentirse mal, y te evitará por todos los medios.

Relaciones múltiples

Cuando tu éxito con las mujeres aumente y empieces a convertirte en un auténtico seductor, te encontrarás con una nueva situación: disponer de varias mujeres a tu alcance, con las que podrás ir quedando cuando te apetezca. Es lo que los seductores conocemos como una relación múltiple, cuando estás saliendo con varias mujeres al mismo tiempo. No es algo sencillo, requiere mucha destreza para poder gestionar todas tus citas y no volverte loco en el intento. Hazte esta pregunta a ti mismo: «¿Conoces a algún hombre capaz de tener dos o más relaciones de pareja a la vez durante un largo periodo de tiempo sin tener que mentir?». Yo, a día de hoy, todavía no le he encontrado, y ello se debe a tres factores:

1. **PÉRDIDA DEL ATRACTIVO.** No debería sorprenderte saber que las mujeres se sienten atraídas sexualmente por hombres líderes, con un amplio círculo social, capaces de relacionarse fácilmente con desconocidos,

muy activos e independientes. Cuando una mujer es seducida por un hombre con estas características, de forma inconsciente intentará convertirlo en todo lo contrario, para tener una relación estable con él.

Intentarán transformar a un ligón en un calzonazos. Y esto, paradójicamente, les llevará a perder el interés de ese hombre al que han «quemado» y abrirán de nuevo sus puertas a ese tipo de hombre líder que en un principio las conquistó.

2. **CONFORMISMO.** Un seductor experto está acostumbrado a rodearse de mujeres, a estar un día con una y otro con otra. Sin embargo, los hombres que se inician en la seducción suelen caer en la trampa del conformismo cuando alcanzan sus primeros éxitos. A la primera oportunidad que se les presenta, se rinden a los brazos de cualquier mujer que les haga un poco más de caso que las demás. Entonces dejan su formación a medias, para crear una pareja que

posiblemente termine rota en pocas semanas, cuando la chica se cruce con un hombre que es el premio.

3. NO ESTABLECIMIENTO DE LÍMITES. Aunque no sea algo implícito, cualquier relación, desde su comienzo, es pactada. No se basa en un «me gustas y te gusto y vamos a querernos». Es mucho más que todo eso. Una relación de pareja es un «¿hasta dónde estoy dispuesto a ceder y sacrificar por la otra persona?». Si aceptas mantener una relación con una mujer al precio que sea, acabarás quedando ante ella en unas condiciones muy pobres, y terminará exigiéndote más de lo que puedes dar. Lo mejor que puedes hacer para evitar esto es no empezar una relación que no hayas elegido plenamente convencido, lo que te permitirá disfrutar de relaciones más abiertas durante los primeros momentos. No obstante, debes saber que esto no dura demasiado, y ella intentará darle la vuelta a la relación poco a poco, exigiéndote que pongas más de tu parte.

Los hombres que caen en alguno de los tres puntos anteriores son los que se excusan ante sí mismos diciendo: «Es que quiero que la relación avance», sin darse cuenta de que las relaciones no avanzan, aunque esté establecida socialmente la creencia de que las relaciones tienen que avanzar formalizándose.

Una vez que domines los tres puntos anteriores, debes tener en cuenta una serie de factores determinantes para desmarcarte de los convencionalismos y poder mantener varias relaciones múltiples con éxito:

1. ESTABLECE TUS LÍMITES DESDE EL PRINCIPIO. No tengas miedo a echar a perder la relación. Más vale una buena relación múltiple que una cárcel con

vistas al mar.

2. QUE LA FAMA TE PRECEDA. La chica tiene que saber que te gustan mucho las mujeres, que estás acostumbrado a rodearte de ellas. No obstante, procura que a la vez ella se sienta especial.

3. DALE LO QUE TE GUSTARÍA RECIBIR. No actúes como hacen ellas. Lo ideal sería que a la hora de establecer tus límites le dieras también

libertad. Así tendrá una motivación adicional para seguir este tipo de relación.

4. SEXO FRENTE A SENTIMIENTOS. Principalmente las relaciones múltiples se basan en relaciones sexuales con diferentes mujeres sin compromiso.

Una relación sentimental es incompatible, ya que las mujeres son más posesivas cuando aparecen los sentimientos, mientras que nosotros lo somos más frente a la sexualidad.

5. ASUME LO INEVITABLE. Debes asumir que con el paso del tiempo la relación puede decaer, ya sea en el plano sexual o por cualquier otro motivo que se escape a tu control, y debes afrontar con humildad que cuando esto suceda ella empezará a buscar a otro hombre que le resulte atractivo.

Las relaciones múltiples duraderas son muy complicadas. A diferencia de una relación estable, las relaciones múltiples tienen fecha de caducidad, porque la mujer no se encuentra del todo a gusto en ese rol.

El mejor consejo que puedo darte es que intentes disfrutarlas al máximo el tiempo que duren, sin darles mayor importancia de la que tiene cuando terminen.

6. QUE CONOZCAN TUS RELACIONES. Ellas tienen que saber que tienes relaciones con otras mujeres, pero no es necesario que conozcan los detalles. A ti tampoco te gustaría saber qué es lo que hace ella con otro hombre.

Los hombres que no dominan la seducción pueden caer fácilmente en el engaño durante sus primeras relaciones múltiples. Lo que te estoy planteando es simplemente la posibilidad de mantener relaciones múltiples basadas en el sexo, pero sin engaños y con respeto hacia la mujer en todo momento, con un consentimiento consensuado por ambas partes. Un tipo de relación en el que nadie salga perjudicado por lo que el otro pueda hacer a escondidas. La relación múltiple ideal es la que se produce cuando se disfruta de las mujeres sin hacerles daño, sin necesidad de ataduras para conseguir el placer físico. Con este consejo concluyo con las relaciones múltiples y las segundas citas para pasar a ejercicios que podrás poner en práctica con mujeres en tu

aprendizaje de la seducción.



VII

Ejercicios prácticos

Y a queda poco camino por recorrer para completar juntos esta andadura. Ahora que ya sabes cómo se desarrolla el juego de la seducción entre un hombre y una mujer desglosado en fases, no hay mejor forma de llevarlo a la práctica que con algunos ejercicios que te serán de gran ayuda y utilidad en tu aprendizaje. Recuerda que el principal objetivo de un buen seductor es divertirse.

Si hay algo que no te divierte, es mejor que no lo hagas, pero si te divierte las mujeres disfrutarán contigo y te verán como un hombre atractivo. Serás realmente, por primera vez, el premio.

Ejercicio de motivación y estado

Vamos a comenzar trabajando con un ejercicio básico de autohipnosis, ideal para antes de salir a practicar, y que hará que te sientas mucho mejor, consiguiendo así que tus resultados sean más exitosos. Es un ejercicio sencillo que puedes realizar en cualquier situación que creas conveniente. La finalidad es alcanzar un estado activo positivo ayudado por la hipnosis, y para ello nos valdremos de un texto con una fuerte carga emocional, para trabajar de manera directa sobre nuestro subconsciente.

Para comenzar, colócate en un lugar cómodo, donde puedas estar tranquilo, sin que te molesten ruidos o interrupciones. Cierra los ojos mientras respiras lenta y profundamente hasta entrar en un estado de relajación y tranquilidad.

Cuando lo consigas, repite en voz alta y firme, hasta que te sientas plenamente convencido de tus propias palabras, el siguiente texto:

«Cada día que pasa me siento mejor conmigo mismo. Cuando salga a seducir, todo me saldrá a la perfección. Cualquier aspecto negativo que haya aún en mí

está siendo expulsado en este momento, de forma rápida y eficaz. Siento una gran cantidad de energía entrando por todas las partes de mi cuerpo, y me aporta confianza, determinación, seguridad en mí mismo e infinidad de cualidades positivas. Soy una persona querida por las mujeres. Logro todo lo que me propongo, y será así desde este momento y hasta siempre. Mis habilidades como seductor mejoran día a día. Soy un gran seductor y mejoraré hasta alcanzar todos mis objetivos».

Repítelo más fuerte si lo crees necesario, más deprisa o más despacio, hasta que te lo creas. Cuando termines, vuelve a concentrarte, respira de nuevo lentamente, y siente cómo tu cuerpo se llena de energía, de poder, de confianza, de seguridad y de determinación. Disfruta de esa sensación durante unos momentos, empapándote de este estado de bienestar, que tu subconsciente está integrando como tu nueva realidad, para que los acontecimientos comiencen a cambiar a tu favor. Cuando quieras concluir con el ejercicio, abre los ojos, mírate en un espejo y di en voz alta: «Todo lo que me propongo, lo consigo». Repítelo las veces que sea necesario y estarás listo para salir a practicar la seducción.

Comprobando cómo tu confianza aumenta de forma imparable a nivel inconsciente, te sentirás con más capacidad para superar positivamente cualquier situación adversa.

Diario 32

¿Cuándo un número de teléfono merece la pena? Cuando hay respuesta. Si no consigues esto, no te molestes. Va a ser un gasto de energía, tiempo y dinero que no te beneficia en nada.

¿Cuándo has conseguido un teléfono sólido? Sencillo: cuando llamas a la chica, te coge el teléfono y quedáis para una segunda cita.

¿Qué quieres que te diga? ¿Que coger diez teléfonos en una noche y que ninguna chica te conteste cuando la llames, o no respondan a tus mensajes, es

«conseguir» un teléfono? Pues no. Siento decírtelo, pero en la seducción no estamos para perder el tiempo ni el dinero. Eso se lo dejamos a los chicos buenos que no paran de telefonar a chicas que no les contestan y que se gastan el sueldo en mensajes de móvil sin respuesta. El seductor ha aprendido a optimizar su tiempo, a no invertir si no va a conseguir nada a cambio. Y con obtener algo a cambio me refiero a quedar con ella, no a aprovecharse ni nada parecido.

No le preguntes: «¿Me das tu móvil?», porque puede que te responda negativamente y te vengas abajo. Si afirmas: «Me has caído genial, dame tu móvil», puede que te lo dé sin problemas, pero le estarás dando el marco de que ella es el premio. Pregúntate cuántas mujeres en tu vida te han dicho que les has caído muy bien y te han pedido tu número de móvil.

Seguramente pocas o ninguna. ¿Cómo lo pido yo? Te lo voy a explicar con un ejemplo dialogado.

—Esta noche lo estoy pasando de locura contigo —le digo a la chica—. ¿Sabes una cosa? Me pareces una chica muy positiva.

—¿En serio? —contesta ella—. ¿Y eso?

—Mírate, todo el rato con la sonrisa en la boca. Tienes muchísima energía, cuando hablo contigo me siento bien.

—Gracias... —No sabe si tomárselo como un cumplido o no. En este momento estoy usando PNL aplicada al regalarle un piropo, pero acerca de su actitud, nunca referido a algo físico, como harían otros hombres. Esto te diferencia del resto y mantiene tu marco de que eres el premio.

—El día 21 van a estrenar la nueva película de James Bond, y yo soy fan de Daniel Craig

—continúo la conversación como si tal cosa—. Me parece el James Bond más humano y cercano de todos. Pero hay un problema, y es que comerme un cuenco de palomitas yo solo...

Ufff, mira qué tripa tengo ya. —En ese momento saco tripa y cómicamente

me la acaricio, actuando un poco al estilo Cocky & Funny.

—Ja, ja, ja. —Ella se ríe y lo más seguro es que me toque la «tripa», porque le he dado una buena excusa para hacerlo.

—Tú estás súper delgada. Eres la chica perfecta para acompañarme a ver la película.

—¡Vale! Me parece buen plan.

—Perfecto. Apunto tu móvil y te pego un toque. —En este momento suelo apuntar mal el nombre de ella a propósito, para seguir jugando con el humor y divirtiéndome, haciéndole partícipe de mi diversión.

Y así llegamos al punto crítico. ¿Qué hace un seductor novato? Se marcha. Una vez que tiene el teléfono se va. ¿Y qué piensa ella? Que sólo quería su número de móvil. El seductor acaba de perder todos los puntos que había ganado. Y sin darte cuenta has echado por tierra todo el juego, tu tiempo y energía.

Es importante que, una vez que tengas su teléfono, te quedes hablando con ella de cualquier tema durante al menos cinco minutos. Entonces ya te puedes ir sin problema y ella jamás pensará que lo único que querías era su teléfono.

Autohipnosis contra el miedo al rechazo

Uno de los mayores miedos que nos privan de la oportunidad de conocer mujeres atractivas es el miedo al rechazo. Voy a compartir contigo otro sencillo ejercicio de autohipnosis con el que podrás combatir el miedo al rechazo de forma activa. Lo primero que tienes que hacer es cerrar los ojos e imaginar una situación en la que podrías ser rechazado. Puede ser hipotética o real, una situación que hayas vivido en el pasado. Cuando consigas conectar con ese momento, fíjate con atención en la mujer, mientras te preguntas qué es lo que realmente quieres de ella.

Imagina cómo te acercas hacia ella, siente cómo surgen las sensaciones desde lo más profundo de tu cuerpo y obsérvalas con atención. Puedes notar miedo, nerviosismo o quizás angustia ante un posible rechazo, en cada persona es

diferente. Habla usando tu imaginación, escucha las palabras que salen de tu boca y siente su incomodidad, su desprecio hacia ti, cómo se tensa cuando te acercas a ella. Cuando lo sientas, respira profundamente durante unos segundos con los ojos cerrados, percibiendo esa sensación de rechazo, con la que vamos a trabajar a continuación.

En este momento sabes que en tu interior existe una realidad muy distinta, en la que te quieres a ti mismo. Piensa en tres virtudes que te representen, y cuando estés conectado con ellas, vuelve a la otra realidad, en la que la chica te ha mostrado su desagrado y su rechazo. Fusiona estas dos realidades en una, como dos gotas de agua que se juntan para crear una más grande y completamente distinta, e imagina varias situaciones positivas de gran importancia en tu vida.

Quizás cuando fuiste con tus amigos a un parque de atracciones, aquel verano inolvidable en la casa de la playa, la barbacoa que organizaste por tu cumpleaños o cualquier otro momento que recuerdes con especial alegría. Cuando los encuentres, respira profundamente y de forma decidida. Comienza a compartir esos instantes con la mujer de tu imaginación. Hazlo con todo lujo de detalles, haciéndole partícipe de esos momentos maravillosos que has vivido. Sentirás cómo el miedo al rechazo disminuye cada vez más. Te darás cuenta de que tu realidad es verdaderamente importante e interesante cuando la compartes de forma positiva y apasionada con los demás.

Este sencillo ejercicio te llevará pocos minutos y puedes utilizarlo siempre que temas sentir miedo al rechazo frente a una mujer atractiva.

Diario 33

Una cosa está clara, y es que las mujeres son mucho más intuitivas que los hombres. ¿Por qué es así? No es que tengan más intuición que nosotros. No es una cosa que se tenga en mayor o menor medida, ni tampoco se puede medir la cantidad de intuición. Las mujeres funcionan mejor con la intuición que los hombres simplemente porque confían más en ella y llevan más tiempo que nosotros haciéndole caso.

¿Qué es la intuición? El conocimiento que no sigue un camino racional para

su construcción y formulación, y por lo tanto no puede explicarse o, incluso, verbalizarse. Esa es la definición científica. La intuición serían todas aquellas sensaciones internas que experimentamos sobre algo, como cuando te das cuenta de que una persona te está mintiendo o intuyes que va a llover porque el ambiente está muy cargado.

La intuición es una de las mejores armas que posee un seductor, si sabe utilizarla. A veces las cosas son tan evidentes que las pasamos por alto sin darnos cuenta. Para mí la intuición es una optimización de mi tiempo y mi energía. ¿Realmente piensas que para ligar con una chica tienes que hacer una gran inversión de energía y de tiempo, creando interés con ella, para de repente darte cuenta de que la interacción está estancada? Te preguntas: «¿Qué ha pasado?

Si parecía que la chica quería hablar conmigo»...

Un seductor que empieza está demasiado «automatizado». Acaba de leer mucho material, pero ha practicado aún muy poco. Se guía principalmente por técnicas y guiones, tanto que no tiene tiempo para dejarse llevar por algo innato en todas las personas, que viene de serie: la intuición. El seductor veterano, que ya ha practicado bastante, que conoce las reacciones de las mujeres, incluso en ocasiones las prevé por su lenguaje no verbal, aprende a dejar de lado las técnicas y guiones y se deja llevar más por su intuición.

Si me acerco a una mujer para hablar con ella, nada más comenzar la interacción, por sus gestos, su sonrisa, su mirada, por la posición de su cabeza (erguida o ladeada), por la posición de su cuerpo (orientado hacia mí o de perfil), y por su forma de dirigirse a mí, ya sé si con esa chica voy a tener algo o es mejor marcharse. Si es mejor marcharse, me despido cortésmente y no pierdo el tiempo ni invierto mi energía. Porque no salimos a perder el tiempo, salimos a optimizarlo, a conseguir los mejores resultados en el menor tiempo posible y con el menor esfuerzo. Eso es seducir, y quien te diga lo contrario, te está mintiendo.

¿Qué diferencia a un chico bueno de un seductor natural? Que el seductor natural ha aprendido a hacer caso de su intuición. Sin casi hablar con una mujer ya sabe si va a darle pie a algo o no va a hacerle directamente ni caso. Por eso tiene tanto éxito y se suele llevar a las mujeres con las que habla,

porque sigue su intuición, pero si siente que no va a suceder nada, se va y no pierde el tiempo, como hace el resto de los chicos buenos.

Si quieres ser un buen seductor, tienes que dominar el campo de la intuición, porque marca la diferencia. Recuerda que la intuición es tu mejor aliada. Tú no puedes engañar a una mujer: ella sabe que vas a ligar. Su intuición se lo dice por cómo vas vestido y porque estás invirtiendo en ella sin conocerla de nada. Pero tu intuición también te dirá a ti si esa mujer te da opciones o no tienes nada que hacer. Escucha a tu intuición y mejorarás notablemente.

Cómo entrar en un bar

La entrada en un bar, o cualquier local, es determinante, porque marcará el comienzo del juego y establecerá tu estado actual. Entrar en un bar mirando hacia todos los lados, serio y tenso, buscando algún grupo al que acercarte, no es algo que resulte demasiado atractivo para ninguna mujer. Todo lo contrario. Para evitar esto, los seductores establecemos un plan de acción al entrar en un bar.

Nuestra finalidad es transmitir una presencia atractiva a las personas que se encuentren allí, además de ganar rápidamente un estado activo positivo. Se trata de que, al entrar, las mujeres piensen que acaba de entrar un hombre especial y no uno del montón.

El comportamiento habitual de cualquier hombre que desconoce la seducción es ir directamente hacia la barra para pedir una consumición y ayudarse del alcohol para intentar perder el miedo al rechazo, y quizás así acercarse a alguna mujer. Una vez hecho esto, comienza a aproximarse descaradamente al primer grupo de mujeres que cree más al alcance de sus posibilidades. Cuando es rechazado, pasa al siguiente grupo, y así sucesivamente hasta que llega al último

grupo de chicas al fondo del bar, que le rechazan automáticamente, porque ya han visto cómo le han rechazado todas las demás. El resultado es una pésima autoestima, y un cansancio brutal en muy poco tiempo, que deja su energía por los suelos y hace que la noche haya terminado antes de tiempo.

Para evitar esto, lo que tienes que hacer cuando entras en un bar, junto a tu

compañero, es sonreír y adoptar una postura corporal abierta y cómoda, dando sensación de seguridad y de confianza en vosotros mismos. El segundo paso es ir directamente al cuarto de baño, que en todos los locales, por higiene y espacio, suele estar situado al fondo. Esto permite, de forma sutil, ver cómo están situados todos los grupos, pero sin que ellas perciban interés evidente por vuestra parte.

Una vez en el baño, es el momento de comentar con tu compañero qué grupo de mujeres os ha resultado más atractivo, y si os habéis percatado de alguno que haya mostrado más interés por vosotros cuando pasasteis a su lado. El siguiente paso es salir del baño para situaros justo al lado del grupo elegido. Esto se verá como algo natural. Es el momento de iniciar una conversación con ellas, de la forma que consideres más oportuna, utilizando alguno de los consejos que aprendiste con anterioridad sobre cómo iniciar una conversación con una mujer.

Con esto habrás conseguido optimizar tu tiempo, consiguiendo lo máximo, invirtiendo lo mínimo, manteniendo el estado y la energía alta en todo momento, factores necesarios para tener éxito donde otros fracasarían.

Coordinación con tu compañero

Tener un compañero sólo sirve si te sabes coordinar con él. Si os estorbáis el uno al otro y no tenéis claro cómo ayudaros entre vosotros, es mejor ir solo si no quieres que todo sea un completo desastre. Además de conocer las normas para ser un buen compañero, como ya te expliqué con anterioridad, tienes que saber cómo coordinarte correctamente con él para pedir su ayuda y poder indicarle cuál es la chica que estás intentando seducir.

1. LLAMAR A TU COMPAÑERO. Cuando queráis iniciar una conversación con mujeres, tiene que ser uno de los dos el primero que se acerque al grupo. Este podrá elegir a cuál de ellas quiere seducir, mientras el compañero tendrá exclusivamente que ayudarle a conseguirlo, encargándose de que las amigas no le molesten en ningún momento.

Una vez que te has acercado y estás conversando con ellas, si quieres avisar a tu compañero para que se acerque a ayudarte, tienes que acordar una señal para avisarle. A mí me funciona muy bien acariciarme la nuca con la mano.

Es un gesto natural, que pasa

desapercibido para las mujeres. Lo importante de este gesto es con qué mano te tocas la nuca, para evitar una conversación cruzada, en la que resulta difícil crear conexión y comprenderse. Lo mejor es estar

«frente» a la chica que quieres seducir. Tu compañero tiene que situarse donde esté la amiga o amigas que quieres que entretenga. Para pasarle la señal tienes que tocarte la nuca con la mano derecha o izquierda, de forma que, al hacerlo, formes con tu codo una flecha que indique la dirección por la que quieres que se acerque tu compañero. Si su amiga está a tu derecha, te acariciaras en ese caso la nuca con la mano derecha, y tu compañero sabrá que tiene que acercarse a ti por tu derecha, quedando de esta manera frente a la amiga o amigas, y evitando una posible conversación cruzada.

2. ACERCARTE A TU COMPAÑERO. Una vez que haces la señal indicando el lado por el que quieres que se acerque tu compañero, él viene y lo primero que tiene que hacer es colocarse frente a ti, dejándolas a su espalda, como si ellas no estuviesen allí. Él te preguntará algo como: «¿Has visto a Nuria?». Si simplemente te estabas rascando la nuca porque te picaba y no necesitas ayuda, le dices que «no la has visto» y él se marcha como si tal cosa, para que puedas continuar con la conversación. Pero si realmente estabas pidiendo su ayuda, cuando le respondas que «sí has visto a Nuria» y él haga el amago de marcharse, le coges del brazo y dices: «Espera un momento. Mirad, os presento a mi amigo Héctor. Cuidado con él, que es un mal tío». En este momento tu compañero les pregunta cómo se llaman. Ahora tienes que estar atento, para escuchar sus nombres. Recuerda que ellas aún no saben el tuyo, pero tú ya sabes el de ellas.

3. SEÑALAR A TU CHICA. Ahora que tu compañero forma parte del grupo y le has presentado, es el momento de indicarle cuál es tu chica. Puede darse el caso de que ellas se muevan, que una vaya a la barra, al baño o a bailar. Es importante que tu compañero tenga claro en todo momento cuál es la chica que estás intentando seducir, para no pisaros entre vosotros. Lo que tienes que hacer es acercarte a ella y, con un poco de humor y misterio, le pones una mano sobre el hombro, la señalas y dices: «Cuidado, esta chica no es lo que parece». Tu compañero sabrá que esa chica es a la que quieres seducir, y a partir de ese momento empezará a conversar con las amigas para facilitaros

un espacio de intimidad.

Estos tres pasos son clave a la hora de llevar adelante un buen juego en equipo. Recuerda que no es mejor compañero el que más sabe o más liga, sino el

que más te respeta y con el que mejor te complementas. Ya llevamos demasiado tiempo viéndonos perjudicados por nuestros amigos de toda la vida, que desconocen el mundo de la seducción. Vamos a tomarnos el compañerismo en serio de una vez por todas para ayudarnos los unos a los otros, y que nuestros resultados comiencen a ser más favorables. Si tu compañero no conoce estas normas, explícaselas hasta que las comprenda. Si las conoce y no las respeta, búscate otro compañero que sí lo haga. Te aseguro que de un buen compañero de seducción surgirá una buena amistad.

Diario 34

En la seducción hay una cosa que tengo clarísima, y es que se aprende a base de errores. Yo nunca he aprendido mientras me besaba con una chica. Esto sólo ha sido una consecuencia o una recompensa por algo que he hecho bien. De lo que realmente he aprendido es de mis errores, que no han sido pocos.

Cuando comencé en la seducción y empecé a leer material el mensaje era: «Cambia, mejora, cúrratelo tú, ella no va te va a regalar nada. Invierte, invierte, invierte». Es decir, que era yo el que tenía que salir a interactuar con mujeres, yo el que tenía que abrirlas, el que tenía que engancharlas, el que tenía que animarlas y mantener la interacción. Y por supuesto ser yo el que las besara, porque ellas no iban a hacerlo por mí. En resumen, yo tengo que hacerlo todo y ella lo único que tiene que hacer es ser receptiva y dejarse llevar o guiar por mí.

Esto es lo que hice durante varios meses, pero me paré a pensar y llegué a esta conclusión: si el seductor natural es el hombre al que por su actitud se le acercan las chicas, el que escucha más que habla, el que tiene presencia, el que hace las cosas fáciles y que jamás usa un material preparado, sino que improvisa y se deja llevar por la interacción, entonces esto es la auténtica seducción. El que consigue llegar a esto merece un aplauso y es digno de mi admiración.

Por tanto, mi objetivo no era llegar a ser un seductor, sino convertirme en un seductor natural. Al cabo de un tiempo, me di cuenta de que lo que me llenaba no era tanto ligarme a tías buenas como el sentirme a gusto en su compañía, saber comportarme con ellas, saber tratarlas y, sobre todo, sentirme a gusto conmigo mismo y con mis acciones.

Creo que una de mis virtudes, casi desde que comencé a seducir, es que me encanta experimentar. Soy como un científico, me gusta probar cosas nuevas para comprobar el resultado. Me imagino que eso fue lo que hicieron otros maestros de la seducción cuando empezaron en todo esto hace años. Quiero ir un poco más allá y ser un poco escéptico, ver el por qué de las cosas, cuáles me funcionan realmente y qué cosas no. Creo que esto es lo que me hace diferente de muchos seductores que actualmente sólo salen a ligar. Yo no soy mejor que nadie, pero me gustaría ser único en lo mío. No quiero seguir los pasos de nadie, ni usar lo que usa otra persona si a mí no me ha funcionado.

He sido un clon de otros durante mucho tiempo y no he obtenido los resultados deseados.

Sólo cuando me detuve a analizar las cosas, empecé a mejorar y a ir cogiendo poco a poco nivel por mí mismo. Es la verdad de mi situación, porque yo no puedo ligar como lo hace otra

persona si somos completamente diferentes. La seducción está influenciada en gran medida por nuestra personalidad, por nuestra forma de expresarnos y comportarnos. Por eso hay tantos métodos diferentes, porque no somos iguales, y lo que le funciona a unos quizás no me funcione tan bien a mí. O al revés.

Cómo crear prueba social

La prueba social es cualquier factor externo que te aporta una imagen de éxito social, donde eres reconocido por otros y apreciado por la gente que te rodea. Un ejemplo de prueba social sería encontrarte un grupo de mujeres por la calle, comenzar a conversar con ellas y proponerles que te acompañen a algún local de la zona. Si de camino los relaciones públicas y los porteros te saludan, esto hará que ellas piensen: «Vaya, parece que no es el típico tío que sólo busca ligar con chicas». Ganarás mucho atractivo ante sus ojos y te

desmarcarás sin apenas haber hecho nada, mostrándote como un hombre diferente con un amplio círculo social.

Crear prueba social es más sencillo de lo que parece cuando sales por ciertas zonas de marcha en repetidas ocasiones a practicar la seducción. Simplemente tienes que ser agradable y educado con la gente que trabaja allí. Por ejemplo, con los relaciones públicas, trabajadores con los que nadie suele molestarse en hablar.

Te ofrecerán entrar en su local y tú les darás conversación, mientras te muestras como una persona divertida e interesante. Cuando te vean en otra ocasión se acordarán de ti y te saludarán. Lo mismo sucede con los porteros de los locales.

Nadie suele dirigirles más que un simple y escueto saludo, pero si antes de entrar les preguntas qué tal va la noche y les das la mano para saludarles, cuando vayas otro día te saludarán con entusiasmo e incluso en ocasiones te facilitarán la entrada al local. Recuerda que los relaciones públicas y los porteros son trabajadores estáticos que siempre están allí, con los que casi nadie se para a hablar, y cualquier persona que se muestra un poco amable con ellos pasa a ser un conocido. No dudes en aprovechar esto en tu beneficio para ganar prueba social delante de cualquier mujer, conocida o desconocida, que quieras seducir.

Ellas pensarán: «Guau, si le conoce todo el mundo, debe de ser alguien importante».

Diario 35

Existen tres formas de salir a seducir a las mujeres: solo, con amigos que desconocen la seducción o con seductores. Yo he probado las tres maneras y me quedo claramente con la

última. Salir solo una noche a practicar es un ejercicio que recomiendo para sentir la experiencia, pero no para que se convierta en algo habitual. Salir solo no va mucho con lo que entiendo yo como seductor. Un seductor experimentado puede salir solo y conseguir buenos resultados, pero un seductor solo novato puede ser catastrófico.

Mucha gente que comienza en esto, que no conoce a nadie y se ve en la situación de querer aprender y practicar, sin tener a nadie con quien hacerlo, no tiene más remedio. Por desgracia, salir solo, si llevas poco tiempo, apenas te ayudará a mejorar. Aunque te obliga a relacionarte con la gente para no estar solo, el problema es que la mayoría de los que empiezan no hacen nada por socializar, y se pasan solos toda la noche. No olvides que los seres humanos somos seres sociales por naturaleza y estamos diseñados para vivir en sociedad. La soledad no nos aporta felicidad.

Por otra parte, salir a ligar con amigos que no conocen la seducción es casi peor que salir solo. Tus amigos hacen lo que hacemos todos antes de aprender la seducción, es decir, cagarla. Y si lo hacen, te arrastran con ellos. No te ayudan. Si entras a un grupo, irán detrás de ti, todos a por la más guapa, que seguramente será tu objetivo, sin dejar de hacer constantemente cosas que no hay que hacer. Por lo tanto, tu valor ante las mujeres baja. Y no sólo eso, sino que te vas a sentir incómodo usando las nuevas técnicas para ligar que has aprendido delante de ellos. Vas a tener miedo o vergüenza de que ellos se puedan reír de ti por eso. Te acabarás dando cuenta de que salir a ligar con amigos que no conocen la seducción se vuelve casi un imposible, y acabas haciendo lo que hacen ellos, te terminan llevando a su terreno. También puede ser que tengas un amigo seductor natural y que más que perjudicarte te enseñe. Si es así, absorbe entonces todo lo que puedas.

Por último, salir con seductores es la mejor forma de aprender. De entrada, por la motivación y el apoyo que te dan tus compañeros. Sabes que están ahí siempre para ayudarte, y que no se van a reír de ti durante un mes si una chica te da calabazas. Es gente que te va a corregir los errores, porque lo ven desde fuera, y te van a echar un cable si te ven en aprietos con un grupo difícil. Yo no empecé a aprender de verdad hasta que no salí con seductores. Cuando empiezas en esto, tu compañero es tu ángel de la guarda. Gracias a su buen hacer conseguirás muchos éxitos, ya que neutralizará a los amigos por ti y te podrás centrar en tu objetivo. Cuando tengas más experiencia, esto lo harás solo, pero sobre todo al principio viene bien contar con compañía que sepa lo que hace.

Saldrás con tu grupo de seducción, pero es muy probable que luego en la discoteca cada uno se disperse y haga el juego a su aire. Esto lo da la

experiencia. Muchos seductores, hasta que no acuden a un curso práctico de seducción, no conocen la sensación de salir a seducir con otros seductores. Todos los que he conocido han quedado encantados con la experiencia.

Desde aquí, te invito a que busques gente de la Comunidad de tu zona para salir a practicar. Y

un consejo: busca gente con tu mismo nivel, así aprenderéis mucho más rápido.

Juego de PNL: «Verdad o mentira»

La programación neurolingüística nos permite conocer no sólo cómo pensamos, sino también cómo nos comunicamos con los demás y con nosotros mismos. Voy a enseñarte una sencilla y divertida técnica de PNL que podrás utilizar para jugar

con ella en la fase de confort, si te encuentras sin saber qué decir o para tener un recurso con el que animar la conversación si se vuelve demasiado aburrida y así no salirte de tu estado activo positivo.

El juego consiste en saber con certeza si ella miente o dice la verdad mediante la comprobación de sus patrones oculares, fijándote en el movimiento de los ojos cuando habla. A mí personalmente me gusta introducir siempre este tipo de juegos, con el objetivo de hacerlos mucho más congruentes e interesantes, diciendo para ello algo como: «Mi mejor amiga, que estudia Psicología, me ha enseñado un juego muy divertido para descubrir cuándo las personas mienten o dicen la verdad». Ella te responderá: «¿En serio? ¿Y cómo es eso?». En ese momento aprovechas para explicarle el juego.

Tienes que pedirle que cite tres acciones que haya realizado ese mismo día.

Con esto consigues acotar el espacio de tiempo para que el resultado sea más efectivo. También le dices que una de las tres tiene que ser mentira, afirmando que tú tratarás de descubrirla. Por ejemplo, ella podría decirte: «Hoy desayuné cereales, fui a trabajar y quedé con una amiga». Lo único que tienes que hacer es prestar mucha atención mientras ella dice las tres frases,

mirándola a los ojos fijamente, porque los movimientos son a veces casi imperceptibles. Si su mirada se dirige arriba hacia su izquierda estará diciendo la verdad, porque está accediendo a la memoria a imágenes ya creadas. Pero si su mirada se dirige arriba hacia su derecha, estará mintiendo, porque está construyendo imágenes nuevas en su mente. Cuando aciertes en qué acción miente, ella quedará tremendamente sorprendida. Puedes explicarle cómo lo has adivinado o puedes guardarte el secreto, depende de ti, pero habrás conseguido el objetivo: seguir conversando y crear más conexión con ella.

Diario 36

Según la Wikipedia, «la actitud frente a la vida está íntimamente relacionada con la visión que tengamos del mundo que nos rodea. De ahí aquello de que lo que influye en cada uno de nosotros depende de la opinión que tengamos de los hechos, antes que de los propios hechos mismos». La actitud proviene esencialmente de la información que llevamos grabada en nuestra mente. Por eso es comprensible que nuestra actitud cambie si también lo hacen nuestras opiniones y nuestras creencias. Ya que es posible hablar de las creencias que rigen en un grupo social determinado, es posible también considerar la existencia de una actitud asociada al grupo .

A veces, una persona que lleva un tiempo practicando sus habilidades como seductor empieza a ligar más, a aumentar su éxito, y no entiende muy bien el motivo por el que cada vez le miran más las mujeres por la calle, por qué cada vez los hombres se muestran más solícitos a su lado, y por qué en general la gente se abre más a su compañía. Una de las causas de

que este cambio se produzca es la actitud. Uno de los grandes problemas en la seducción es que los hombres recurren a ella en busca de soluciones «mágicas», frases ingeniosas con las que ligar, al instante, sin darse cuenta de que estos trucos no funcionan si no hay un buen juego interno y una buena actitud detrás que los respalde y los haga convertirse en una realidad.

Cuando tienes un buen juego interno y actitud correcta, eres una máquina social, perfectamente engrasada y puesta a punto, lista para socializar correctamente con las personas a su antojo, ya sea para hacer nuevas amistades, para afianzar las ya existentes o para seducir a mujeres

desconocidas. Una buena actitud positiva es pensar «soy el mejor», porque si piensas que eres el mejor, poco a poco irás interiorizándolo en tu mente y tu forma de comportarte, hasta que llegue un día en que serás realmente el mejor. No se trata de ser una persona arrogante y prepotente, sino un hombre claro, completo y con recursos cuando los necesita. Esto es ser el mejor.

Para trabajar la actitud, lo que tienes que hacer es creértelo, andar diferente, mirar diferente, sentir diferente. Si en tu mente visualizas la imagen de ti mismo y te ves bien, así es como te va a percibir la gente que te rodea. Las personas guapas o atractivas, que trabajan su cuerpo para cuidarlo, se ven bien en su cabeza, y eso es lo que se ve desde fuera.

Si un hombre muy guapo se autosabotea viéndose mal a sí mismo o sintiéndose acomplejado, lo vas notar enseguida. Por lo tanto su belleza física ya no será un arma a su favor. Sin embargo, los que no hemos nacido tan agraciados, con un cambio real, ya sea apuntándonos al gimnasio o haciendo deporte para mejorar nuestro cuerpo, vistiéndonos con ropa que sea más acorde a una personalidad seductora, con un nuevo *look* más moderno, conseguiremos vernos mejor frente al espejo, y cuando recordemos nuestra imagen mentalmente será algo muy positivo, lo que fomentará una actitud correcta y fortalecerá nuestro juego interno.

Juego psicológico: «Campo de fresas»

Es un juego mental, basado en estudios sobre la psicología femenina, y resulta realmente divertido cuando te encuentras estancado sin saber de qué hablar a continuación. Consiste en formular tres preguntas, que te permitirán conocer de manera fiable cómo es la personalidad de la persona con la que estás hablando en ese momento. Este juego, al igual que el anterior, incorpora algunos patrones de la PNL, para profundizar dentro de la mente de la mujer que te gustaría seducir.

Para introducir el juego puedes utilizar el mismo recurso que en el anterior, hablando de tu «amiga psicóloga». Lo único que necesitas para hacer bien el juego del campo de fresas es divertirte durante el proceso, para contagiar ese mismo estado a la mujer que tienes delante. Voy a hacer primero una representación de una posible conversación, con una mujer a la cual le aplico el juego, y después te explicaré en qué consiste:

—Imagina que vas paseando —le digo— y a un lado del camino descubres un campo de fresas. Te acercas a la valla y quieres entrar. ¿De qué altura sería la valla?

—Ummmm... Pues más o menos medio metro.

—Muy bien. Saltas la valla y ya estás dentro. ¿Cuántas fresas te comerías?

—No sé. Quizás media docena.

—De repente ves a lo lejos al granjero, que se acerca. ¿Qué harías? ¿Te quedas a darle explicaciones o saldrías corriendo?

—¡Saldría corriendo, por supuesto!

—Perfecto. Ahora voy a contarte cómo eres en realidad...

Ahora llega el momento de contarle lo que has interpretado, de cada una de sus respuestas, y es aquí donde está el verdadero juego. Porque una cosa es lo que le dices que significa y otra muy distinta lo que significa realmente y que te guardas para ti.

1. LA INTERPRETACIÓN QUE LE DAS A ELLA. Puedes decirle que la altura de la valla simboliza el afán de superación personal. Si está muy baja quiere decir que es una mujer cómoda y conformista; si está demasiado alta, es una mujer a la que le gusta superar grandes retos. El número de fresas simboliza la ambición personal. Si come muchas, será una mujer avariciosa, pero si come pocas será una mujer prudente. Y por último, dar explicaciones o no al granjero simboliza la responsabilidad que muestra sobre sus actos. Si da explicaciones será una mujer consecuente, y si sale corriendo será muy irresponsable. Esta es la versión que tú le cuentas siempre a la chica.

2. LA INTERPRETACIÓN REAL DE SUS RESPUESTAS. La parte divertida de este juego no consiste en las preguntas y el proceso, sino en el mensaje inconsciente que obtienes de sus respuestas. He aplicado el campo de fresas a más de dos docenas de mujeres, y los resultados, en la mayoría de los casos, han sido muy consecuentes con la forma de actuar que mostraban conmigo en ese momento. La interpretación real de la altura de la valla es la

predisposición hacia el sexo que la mujer tiene en ese momento con la persona con la que está hablando o sea, tú. Si dice que la valla mide poco o que no hay valla, es que no le importaría tener sexo contigo si eres capaz de hacer las cosas correctamente. Pero si te dice que la valla mide más de dos metros, que es prácticamente una altura insalvable, yo iría pensando en buscar a otra para no perder tiempo y energía. La cantidad de fresas que se comería simboliza cómo

es esa persona en la cama. Si se come muchas fresas será una persona muy activa sexualmente, pero si apenas come unas pocas será pasiva.

Por último, si se queda a dar explicaciones o no al granjero simboliza el hecho de quedarse o marcharse después de tener sexo con la persona que tiene enfrente.

Como puedes observar, nunca un juego aportó inconscientemente tanta información útil y diversión al mismo tiempo para ayudarte a saber en qué punto se encuentra esa mujer contigo en ese momento. Ahora depende de ti saber utilizar esa información en tu beneficio.



VIII

Conclusiones

Resumen de actitud

y juego en equipo

1. **ARRIÉSGATE Y AVANZA SIEMPRE QUE PUEDAS.** Si estás seduciendo a una mujer y te sientes a gusto con ella, pídele el teléfono. Si te lo da, crea tensión sexual y bésala. Y si la has besado, acompaña a casa para tener un encuentro sexual.
2. **SÉ CONGRUENTE.** Si le dices que trabajas de DJ debes saber algo sobre

música. Si tu compañero es tu mejor amigo, debes tratarle como tal... Si no eres congruente con tus actos, va a darse cuenta y se acabó el juego.

3. SAL A DIVERTIRTE. Si no tienes un buen día o te sientes mal, mejor quédate en casa hasta que te recuperes.

4. INICIA CONVERSACIONES CON DESCONOCIDAS para subir la energía cuando esté baja; haz ejercicios de autohipnosis o pide a tu compañero que te suba la energía contando algún chiste que os haga sonreír.

5. PRACTICA LA SEDUCCIÓN SIEMPRE QUE PUEDAS. Debemos ser capaces de abordar grupos mixtos, de crear prueba social y de cualquier cosa que nos mantenga activos.

6. SI INICIAS UNA CONVERSACIÓN ES PARA QUEDARTE. Si te acercas a una mujer es con el objetivo de llegar hasta el final. Si te rechaza y no quieres que la gente se dé cuenta de ello, despídete siempre amablemente, sonriendo, y aléjate del grupo antes de que lo hagan ellas. Si te despides de malas maneras el resto de mujeres verá que has sido rechazado.

7. TU COMPAÑERO ES MÁS IMPORTANTE QUE CUALQUIER MUJER. Y así tienes que demostrarlo, porque si das poco valor a tu compañero, el que realmente tendrá poco valor a los ojos de las mujeres serás tú.

8. NEUTRALIZA A LAS AMIGAS. Un hombre que empieza en la seducción no es capaz de entretener al mismo tiempo a varias mujeres. No podría centrarse en su objetivo, lo que hará que ella se aburra y se termine el juego. Para evitar esto, pide ayuda a tu compañero.

9. EL QUE INICIA LA CONVERSACIÓN ELIGE. Esto no se puede cambiar. Si no respetas esta norma, luego no serás respetado.

10. HABLA CON MUJERES PARA ACTIVARTE. Si estás empezando es recomendable acercarse al máximo número de grupos de mujeres posible, para practicar y acumular experiencia. Además te dará prueba social ante otros grupos. Si lo prefieres, puedes bailar con tu compañero, pero nunca os quedéis quietos mirando hacia ellas.

11. PIDE AYUDA AL COMPAÑERO. Nunca dudes en pedir su ayuda, usando la técnica de llamada que te enseñé. El trabajo en equipo, al menos en un principio, es la clave del éxito.

Resumen de las fases

de la seducción

A. ATRACCIÓN

1. Inicia una conversación.
2. Muestra un buen lenguaje corporal y presencia.
3. Si dices algo divertido, ríete. Si dices algo personal, habla con pasión. Y si le pides una opinión, muestra aire de confusión.
4. Habla siempre con todo el grupo, no te centres sólo en tu objetivo.
5. Evita preguntas cerradas del tipo ¿qué estudias?, ¿qué edad tienes?, ¿dónde trabajas?
6. Haz preguntas abiertas y convierte preguntas en afirmaciones.
7. Si te encuentras con problemas, pide ayuda a tu compañero.
8. Presenta a tu compañero al grupo.

B. CONFORT

1. Tienes que demostrar que eres el premio.
2. Involúcralas en la conversación, siendo cada vez un poco más sexual.
3. Hazle sentir emociones y aléjala del aburrimiento.
4. Utiliza preguntas abiertas: «¿Qué haces para que tu vida sea más

interesante?».

5. Crea conversaciones partiendo de la información que ella te aporta.
6. Arrástrala a tu estado haciendo que se divierta.
7. Juega con ella con humor: «Ya está. Hemos roto: te puedes quedar el perro».
8. Implica a las personas que no participan, para evitar que te perjudiquen.
9. Tócala ligeramente cuando responda positivamente.
10. Conecta con su mundo para ser alguien más especial.

C. SEDUCCIÓN

1. Déjale ver que la belleza es algo muy común, y que tú buscas mujeres más emocionales.
2. Sepárate del grupo y quédate a solas con ella. Con un buen compañero esto se consigue más fácilmente.
3. Cuando la premies, sé cada vez más sexual y cariñoso.
4. Si te cuesta avanzar, utiliza juegos como el campo de fresas y otros patrones de PNL.
5. Entre juego y juego, pídele el número de teléfono: «Prefiero que sea el destino el que decida si va a haber algo entre nosotros. ¿Cómo? No te voy a llamar en toda la semana, pero si cuando te llame me respondes, entonces quedaré contigo».
6. Después de pedir el teléfono, haz el test de las palmas de las manos.
7. Sigue los pasos del beso de película: abrazo, cuello y boca.
8. Si has conseguido besarla, llévala a casa.

Las diez reglas de oro de un buen seductor

1. Demuestra desde el primer momento que eres el premio, que sales a divertirte.
2. Si una mujer te mira varias veces seguidas, acércate a ella inmediatamente.
3. Sonríe en todo momento, aunque seas rechazado o estés cansado. La sonrisa es síntoma de confianza en uno mismo y activa el estado activo positivo.
4. Nunca te disculpes por intentar seducirla: eso demuestra que buscas algo y que tienes una baja autoestima.
5. Evita las preguntas que puedan ser respondidas con un monosílabo.
6. Si eres rechazado, no te enfades. Despidete con una sonrisa, diciendo: «Ha sido un placer hablar contigo». Así podrás mantener tu estado.
7. No te tomes la seducción demasiado en serio, es simplemente un juego para divertirte.
8. Inicia una conversación de forma divertida y natural, para no dar la impresión de que estamos intentando seducirlas.
9. Hazles creer que vas a marcharte en cualquier momento.
10. Muestra un buen lenguaje corporal, con una postura abierta y cómoda.

Si has llegado hasta aquí, quiero darte mi más sincera enhorabuena, por el gran esfuerzo que has realizado para mejorar tus relaciones y empezar a cambiar a mejor. Quiero darte la bienvenida a tu nueva vida, en la que comenzarás a cosechar cada vez éxitos mayores, y te sentirás pleno y feliz contigo mismo como no lo estuviste jamás. Yo me despido aquí. Ha llegado el momento de soltarte de la mano y que continúes el camino que se abre ante ti.

Un fuerte abrazo.

DAVID DEL BASS

Bibliografía

ALEXANDER, JOHN, *El síndrome del macho alfa*, Granica, Barcelona, 2007.

ARCÁNGEL, *Personalidad&Relaciones*, Biblioteca on line P&R.

CASKIE, KATHRYN, *Las reglas de la seducción*, Titania, Barcelona, 2006.

CONNOR, JOSEPH y SEYMOUR, JOHN, *Introducción a la PNL*, Urano, Barcelona, 1995.

DEANGELO, DAVID, *Double Your Dating*, St. Martin Press, Nueva York, 2007.

ELISE,

WAY NE,

How

to

Meet

and

Connect

with

Women,

ebook,

<http://charismaarts.com>

GRAY, JOHN, *Los hombres son de Marte y las mujeres de Venus*, Grijalbo, Barcelona, 2010.

JEFFRIES, ROSS, *How To Get the Women You Desire Into Bed*, Jeffries Publishing, Sydney, 1992.

LUNA, MARIO, *Sex Code*, Nowtilus, Madrid, 2010.

MARCOVIK, ERIK VON (Mystery), *El secreto*, Vía Magna, Barcelona, 2009.

STRAUSS, NEIL, *Domina el método en 30 días*, Planeta, Barcelona, 2009.

Notas

1. Por ejemplo el foro de mi página web:
<http://www.seduccionsuperacion.com/foro>.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

© David del Bass, 2011

© La Esfera de los Libros, S.L., 2012

Avenida de Alfonso XIII, 1, bajos

28002 Madrid

Tel.: 91 296 02 00 • Fax: 91 296 02 06

www.esferalibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): septiembre de 2012

ISBN: 978-84-9970-545-3 (epub)

Conversión a libro electrónico: J. A. Diseño Editorial, S. L.

Document Outline

- [Agradecimientos](#)
- [Introducción](#)
- [I. Diario de un seductor](#)
- [II. Primeros pasos](#)
 - [Pregúntate sinceramente: ¿ligo cuando quiero o cuando puedo?](#)
 - [Psicología femenina: ¿qué quieren las mujeres?](#)
 - [El chico bueno: el hombre que no gusta a las mujeres](#)
 - [¿Por qué las mujeres adoran a los hombres que son el premio?](#)
 - [El lenguaje de la seducción](#)
 - [La diferencia entre cometer errores y saber cómo hacer las cosas bien](#)
 - [Errores típicos con las mujeres](#)
- [III. Juego interno y actitud](#)
 - [¿Qué es el juego interno?](#)
 - [El miedo y la necesidad](#)
 - [Ejercicio práctico para eliminar el miedo y la necesidad](#)
 - [Tus peores enemigos: los cinco miedos básicos](#)
 - [Además de leer, también practica](#)
 - [La importancia de la actitud a la hora de seducir a las mujeres](#)
 - [Cómo conseguir la actitud correcta](#)
 - [El estado activo positivo](#)
 - [Cómo alcanzar un estado activo positivo](#)
 - [La presencia del seductor](#)
 - [Cómo mejorar la presencia](#)
- [IV. Juego en equipo](#)
 - [La importancia del juego en equipo](#)
 - [Cómo ser un buen compañero de seducción](#)
- [V. Seducción básica](#)
 - [Atracción](#)
 - [La importancia del calentamiento previo](#)
 - [Cómo iniciar una conversación](#)
 - [Cómo iniciar una conversación con mujeres sentadas y grupos mixtos](#)

- [Confort](#)
- [Cómo hablar con una mujer](#)
- [Sobre qué hablar](#)
- [Cómo evitar que la conversación pierda interés](#)
- [Seducción](#)
- [Cómo crear tensión sexual](#)
- [Actitud de acercamiento](#)
- [Cómo besar a una mujer evitando el rechazo](#)
- [Un simple beso](#)
- [Ejercicio de relajación](#)
- [Pedir el teléfono o e-mail correctamente](#)
- [VI. Seducción avanzada](#)
 - [Segundas citas](#)
 - [Relaciones múltiples](#)
- [VII. Ejercicios prácticos](#)
 - [Ejercicio de motivación y estado](#)
 - [Autohipnosis contra el miedo al rechazo](#)
 - [Cómo entrar en un bar](#)
 - [Coordinación con tu compañero](#)
 - [Cómo crear prueba social](#)
 - [Juego de PNL: «Verdad o mentira»](#)
 - [Juego psicológico: «Campo de fresas»](#)
- [VIII. Conclusiones](#)
 - [Resumen de actitud y juego en equipo](#)
 - [Resumen de las fases de la seducción](#)
 - [Las diez reglas de oro de un buen seductor](#)
- [Bibliografía](#)
- [Notas](#)
- [Créditos](#)