

A close-up photograph of a man's face on the right and a woman's eye on the left. The man has dark hair and a mustache, looking directly at the camera. The woman's eye is visible, wearing green eyeshadow and black eyeliner. The background is dark and out of focus.

**LUIS TEJEDOR  
EGOLAND**

**21  
CLAVES**

para  
sexualizar  
una conversación  
**SEXUALIZACIÓN**

**21 CLAVES**  
**PARA SEXUALIZAR**  
**UNA CONVERSACIÓN**

*- Luis Tejedor (Egoh) -*

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

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

Créditos:

Título Original: “21 Claves para Sexualizar una Conversación”

© 2014 Editorial Psicología Heterosocial

Tejedor Liberi S.L. C/ Jesús nº 60-46007 Valencia

http: [info@psicologiaheterosocial.com](mailto:info@psicologiaheterosocial.com)

Primera edición: Septiembre 2014

ISBN: 978-84-940194-6-3

Escritor: Luis Tejedor García

Diseño de Cubierta: [Tejedorpublicitario.com](http://Tejedorpublicitario.com)

Maquetación: Jorge López Fresco

Este libro no podrá ser reproducido, ni total ni parcialmente, sin el previo permiso por escrito del editor.

Todos los derechos reservados.

A todos los animales que salen en los documentales procreando...

Porque, aunque tienen pinta de pasárselo bien, no sonríen

tanto como yo me recuerdo al disfrutar del sexo.

# ÍNDICE GENERAL

## LAS REGLAS DEL JUEGO

## INTRODUCCIÓN

## CLAVES

- 1- Sexualizar es bueno para ti
- 2- Sexualizar es bueno para él/ella
- 3- Sexualizar te ayuda a conseguir tus objetivos con esa persona
- 4- Tu autoconcepto como amante
- 5- Sexualizar te ayuda a que te conozcan y a conocer a los demás
- 6- Sexualizar con el cuerpo. Lenguaje no verbal
- 7- Sexualizar según el contexto
- 8- Sexualizar de forma gradual conforme la/lo conoces
- 9- Cualificar su físico (cómo lo gestiona) y lo que te genera
- 10- Cualificar su conducta en la vida
- 11- Sexualizar con el uniforme del trabajo/hobby
- 12- Sexualizar con el lugar de la actividad
- 13- Sexualizar su conducta contigo
- 14- Los ritmos
- 15- Si acepta este paso debes dar el siguiente
- 16- La sucesión de preguntas que permiten llegar al sexo
- 17- El narrador
- 18- La prevención del rechazo 1: "Ya que estamos..."
- 19- La prevención del rechazo 2: "La Etiqueta/Encerrona"

[20- La prevención del rechazo 3: “Ponte en mi piel...”](#)

[21- Crea tu Propia Clave](#)

[EPÍLOGO](#)

[AGRADECIMIENTOS](#)

# LAS REGLAS DEL JUEGO: ¿CÓMO LEER ESTE EBOOK?

¿Esto es un libro normal?

No, es un libro interactivo y práctico. Por nuestra experiencia en formación creativa de habilidades sociales, diseñamos este formato como un atajo divertido y refrescante. Incluso podríamos decir que se parece más a un videojuego que a un libro normal. Te proponemos 21 claves para desarrollar esta habilidad. Cada clave interiorizada de las 21 seleccionadas significará para ti un gran paso. Tómate este Ebook como un camino lleno de pruebas, retos y sorpresas. Casi sin darte cuenta, y cumpliendo las normas estarás ganando muchos músculos en un gimnasio de la personalidad.

¿Me puedo leer el libro en un día?

Sí, pero no te lo aconsejamos. ¿Te puedes leer un manual de chino en un día? Sí, pero no te lo aconsejamos. Ya que cada una de las claves necesita un trabajo, un tiempo para interiorizar, reflexionar y poner en práctica. Lo ideal es que hojees el libro (léelo todo por encima), pero que a la hora de trabajar, le dediques a cada clave el esfuerzo y el tiempo necesarios para superarla con éxito y que forme parte de ti.

¿Por qué cada clave tiene un color/dificultad?

Porque no todas las claves son iguales, ni todas las personas son iguales, es puramente orientativo. Puede ser que lo que hemos clasificado como difícil, para ti sea sencillo, o al contrario. Nosotros hemos querido establecer un criterio de dificultad para que entiendas que tanto la enseñanza como el aprendizaje es gradual, así como los resultados (cada vez irás notando que esta habilidad forma más parte de ti)

¿Tengo que hacer todos los ejercicios?

Sí. Unos requerirán segundos y otros días, pero si lo hemos escogido es porque estamos convencidos de que su realización te ayudará a interiorizar la habilidad que te propone. Verás que algunos de los ejercicios necesitan que quedes con amigos, otros que veas películas, reflexiones, escribas textos e incluso que juegues a juegos. Si te exiges todo este trabajo, nosotros podremos garantizarte significativas mejoras que formarán parte de tu identidad.

¿Cuál es la clave 21?

Aún no está escrita. En todos los libros de la colección 21 claves, falta siempre la clave 21. Nuestra forma de enseñar se basa en potenciar la capacidad de crear estrategias, recursos y herramientas propias, es decir, que aprendas no solo lo que te podamos enseñar sino que generes conocimientos a tu medida y a tu manera. Nos encantaría que cuando tengas escrita tu clave 21 o 22 o 23 nos las enviaras por correo o vídeo o paloma mensajera, para poder aprender nosotros también de ti.

¿Tengo que comprarme toda la colección?

Sí, siempre. Habrá títulos con los que te sientas más identificado o que creas que te puedan venir mejor, pero en verdad todas las habilidades están relacionadas entre sí. Quizá ser ingenioso te permita relajarte en una primera cita, o ser más asertivo te permita mantener tu felicidad (y así hasta el infinito podríamos estar). En definitiva, necesitamos de todas estas habilidades para cultivar los 360 grados de nuestra vida.

[\*\*Volver al Índice\*\*](#)



# INTRODUCCIÓN

Hola, amiga o amigo lector. Me voy a aventurar a jugarme todas mis posesiones en una apuesta contigo. Así, nada más empezar. ¿Preparado/a? Ahí va...

O tienes pene o tienes vagina. Así me las gasto, lector/a. No fallo nunca.

Y eso me lleva a lo siguiente: a ti te gustan los penes, las vaginas o ambos (en cuyo caso déjame considerarte una persona muy afortunada).

Por tanto, no me equivocaré si afirmo que hay personas que se han cruzado en tu vida que, con solo tocarte o mirarte, han sido capaces de conseguir una erección imposible de domar, lector, o te han humedecido hasta mojar tu ropa interior tanto como tus pezones se han lanzado hacia el horizonte, lectora.

Estamos hechos de la misma pasta y eso implica dos buenas noticias. La primera es que cualquier persona que comparta este planeta, si no tiene un problema médico, es susceptible de ser excitada. Y la otra es que todos podemos excitar sexualizando.

¿Pero qué es esto de sexualizar? No es más que cualificar (comunicar los atributos positivos físicos y conductuales) junto con comunicar los deseos o apetitos que nos generan aquéllos. O dicho de otro modo, comunicar que pensamos y sentimos ganas de sexo inspirados en la persona que tenemos delante.

Lo podemos hacer con palabras, con el cuerpo y, si puede ser, con ambos. ¡Dos mejor que uno!

Al pasear por la calle nos cruzamos con personas distintas que nos estimulan y agitan en mayor o menor grado y, si atendemos a nuestros pensamientos, muchas veces nos sorprenden con el jugoso interrogante de ¿cómo sería devorar y ser devorado por la persona que tengo enfrente?

Los seres humanos podemos dignificar la magia de nuestra atracción sexual jugando a satisfacerla con el mismo respeto hacia nosotros mismos y hacia los demás como lo tenemos hacia la libertad.

Nuestra energía sexual nos envuelve y a veces nos asfixia por no saber canalizarla y, desde mi punto de vista, de todo se puede hacer arte. Por tanto, podemos ser artistas y realizar obras maestras desde que somos conscientes que alguien nos estimula. Porque es ahí donde empieza el acto sexual. Mucho antes que en la alcoba. Danzar y provocar danza orgásmica es tan fácil como difícil. Depende de tu reconocimiento a ella, la danza orgásmica, y de tu comunicación.

Todos danzamos al son del sexo. Y nadie quiere que se acabe la canción. Poner cachondo/a a alguien consiste en sacarle a la pista de baile, proponer unos pasos y consensuar con ella/él que vamos al mismo ritmo. Sin olvidar, jamás, que a todos nos gusta mover el esqueleto. Aunque a veces algunos/as no puedan acabar la canción por compromisos o porque no seamos el tipo de bailarín/a

que anda buscando.

Mi experiencia enseñando a sexualizar es muy dilatada. Fui la primera persona en España que hizo un taller sobre sexualización y cualificación allá por el 2009, enfocado desde una forma de enseñar seducción propia llamada “Directo Examinador” y que chocaba frontalmente con la otra visión importada desde USA donde el hombre, para atraer a una mujer, tenía que demostrarle secuencialmente “valor” y “preselección” en lugar de apetito sexual y emocional (¡recuerdo que me decían que no podía sexualizar porque eso era regalar y perder “valor”!), con una actitud de humildad pero asertiva y examinando generosamente a la otra persona. Y es que aquella escuela del “valor” consideraba a la mujer una esclava de sus genes, dependiente del estatus social del hombre. Aquello que yo enseñaba, ser honesto sin “tener que aparentar algo que no eres hasta que lo seas”, supuso una revolución en lo que se llama “la industria de la seducción”.

Actualmente soy psicólogo y hago talleres para mujeres y hombres. Entre otras cosas, de sexualización y cualificación. Y puedo afirmar con rotundidad que este libro te va a ayudar mucho, seas lector o lectora.

“El amor mueve el mundo, pero el sexo es su combustible.” Luis Tejedor, libro “Seductor Egoland”

Si tienes alguna duda, también puedes visitarme en los siguientes enlaces:

Página de Facebook: [egolandseducion.com](http://egolandseducion.com)

Canal de Youtube: [Egolandseducion](https://www.youtube.com/Egolandseducion)

Facebook Personal: [Luis Tejedor Egoland Seducción](https://www.facebook.com/LuisTejedorEgolandSeducion)

Para leer algunos de mis artículos: [Artículos Egoh](#)

Para apuntarse a talleres: [Talleres EgolandSeducion](#)

Para comprar nuestros libros: [Tienda EgolandSeducion](#)

*Luis Tejedor (Egoh)*

[Volver al Índice](#)

# 1- SEXUALIZAR ES BUENO PARA TI

Tan bueno como el agua mineral. O quizá más. Decirles a las personas que te atraen, de una forma educada y adaptada, que te generan ganas de “cosas” supone un ejercicio de honestidad pues exponemos contenidos muy íntimos de nosotros al mundo. Nos ayuda a sentirnos libres, considerarnos distintos a otros, practicamos la expresión emocional y nos hace más resolutivos.

Nuestro equilibrio mental y emocional se basa en tener un buen autoconcepto (lo que pensamos que somos) y en una buena autoestima (cómo nos sentimos con nosotros mismos). Tener una sensación emocional y/o sexual y no transmitirla (siempre de forma educada) nos anula. Hay una parte de nosotros que queda amputada que, no por ser menos visible para los demás, deja de existir. A los hombres la sociedad nos ha permitido la posibilidad de tener un mayor flujo de mensajes con un contingente sexual que a la mujer durante el cortejo. Pero las mujeres podéis empezar a ser más explícitas, sin convertirnos en hombres, porque esto está cambiando mucho y no le pega que exageréis vuestra ya bastante amputada expresión verbal sexual. O dicho de otro modo... las sutilezas bien dirigidas, combinadas con alguna frase explícita, es algo muy plausible en vuestras vidas.

Así pues, sexualizando, amigo/a, vamos a acostumbrarnos a sentirnos y considerarnos principalmente más honestos, más libres y más auténticos. Más identificados con nosotros mismos.

Si sexualizas y propones situaciones, la otra persona las imagina contigo.

*Ejemplo:*

¿Cuántas veces has estado delante de una persona que te atrae y te hace vibrar? ¿Te la imaginas contra una pared devorada apasionadamente? ¿Con menos ropa, manoseando su cuerpo con fuerza? ¿Que te engulle con avaricia encima de una mesa o encima de un piano de cola? (Lo del piano de cola lo recomiendo encarecidamente). Le has seguido la conversación sobre el tiempo que hace en Andorra, le has escuchado que está tonteando con un capullo o con una chica de la que estás convencido que no disfrutaría tanto como si tú lo/la cogieras por banda. ¿Y qué has hecho? Peinarte, sonreírle, sentarte mejor en la silla y... y... y... NADA MÁS. Vuelves a tu casa pensando que le tenías que haber dicho algo o, como muchas chicas, “no se da cuenta de que me gusta”. Desde luego, no parece en absoluto que esa conducta te ayude a sentirte bien. Y si es así, definitivamente, esto NO ES BUENO PARA TI.

*Ejercicio:*

Empezaremos despacito... “Y SIN RIESGOS”. La próxima vez que escuches a un chico o una chica que te atrae un poco (no hace falta que sea la persona por la que suspiras) quejarse de que no acaba de tener lo que quiere con esa persona, intervén en la conversación. Con una sonrisa y una mirada no excesivamente potente a las ojos, di algo parecido a...

“Esa persona creo que no se ha dado cuenta de lo bien hecho/a que estás”.

Sí. Sorprenderás. Y quizá tanto que ni siquiera tengas que dar explicaciones. Y si te las piden...  
TE SALIÓ DEL ALMA.



## 2- SEXUALIZAR ES BUENO PARA ÉL/ELLA

Una de los mayores errores que ha cometido la humanidad es no inventar algo para enseñar a hablar a las tortugas (si me invitáis a una cerveza una tarde de verano os lo explicaré en persona). Pero no muy alejado en términos de gravedad está ese consejo popular de que piropear y posteriormente “sexualizar” puede molestar.

¿Una tortilla de patatas puede molestar? No. ¿4.500 tortillas de patatas en nuestra cama cuando queremos irnos a dormir pueden molestar? Yo diría que bastante.

Por tanto, el hecho de sexualizar no molesta a nadie, si se hace en la medida, momento y lugar adecuados.

Pensad en vosotras/os. A todos nos gusta pensar que somos atractivos, sexys o sentirnos deseados. De hecho, a veces premiamos a esas personas que nos hacen sentirnos bien y que alimentan (de la forma adecuada, justo en ese momento de nuestra vida) nuestro autoconcepto y autoestima. ¿Y cómo lo premiamos?... pues incluso teniendo algún “affaire”.

Sexualizando hacemos a la gente feliz, estimulamos su lívido (algo que todos agradecemos, seamos de la raza, edad o religión que sea) y sobre todo la hacemos sentir deseada.

Cierto es que el hecho de que te deseen no es motivo suficiente para acostarte con alguien, pero desde luego ayuda a planteártelo.

Por tanto, siempre que sea de forma atinada y adaptada, sexualizar (o transmitir que sus atributos positivos “nos ponen”) es un regalo JUSTO y HONESTO que podemos dar a esas personas que nos conmueven.

*Ejemplo:*

Pensad lo fácil que resulta decirle a un amigo o amiga guitarrista que os gusta la canción que está tocando. Al acabar le comunicáis que os ha parecido divertida, tierna o muy buena con una sonrisa. Entonces le pedís que la vuelva a tocar porque os ha encantado o conmovido.

Apostaría mi álbum de fotos preferido a que lo va agradecer y no le va a molestar. A él le ha costado un tiempo realizarla, ensayarla, tocarla... es algo que él ha hecho. Se lo ha currado. Es suya. Le representa. Esa canción es él. ¿Cuánto tiempo pasamos en el espejo peinándonos, arreglándonos, eligiendo vestuario, gimnasios, dietas, perfumes, etc.? Mucho. Por tanto, decirle a alguien que esa combinación de elementos, físico y conductuales, nos genera algo positivo, sensual y sexual NO VA A MOLESTAR. LE VA A ENCANTAR.

*Ejercicio:*

En la próxima conversación de amigos, recientes conocidos, etc. (no hace ninguna falta que sea en el lugar de trabajo), prueba a mirar más de la cuenta a esa persona hasta provocarle una pregunta necesaria.

- ¿Pasa algo? ¿Por qué me miras así?
- Pues debe ser porque esos pantalones/falda/blusa/camiseta (alguna prenda que implica relación con zonas más comúnmente sexuales) te quedan muy muy muy bien.

[Volver al Índice](#)

### 3- SEXUALIZAR TE AYUDA A CONSEGUIR TUS OBJETIVOS CON ESA PERSONA

Si queremos conseguir un trabajo en una consultora, podemos pasearnos por el despacho del jefe, invitarlo a jugar al fútbol, regalarle entradas para la ópera e incluso hablar de nuestras parejas o ex pareja pero, evidentemente el jefe NO SE ESTÁ ENTERANDO DE QUE QUEREMOS TRABAJAR CON ÉL PORQUE NO SE LO HEMOS DICHO.

Y esto es muy gracioso, porque es milenario el cortejo de chicos y principalmente las chicas que pululan por la vida de las personas a las que aspiran, esperando a que esa persona “lo pille”. Se entere por arte de magia de que nos sentimos atraídos por ellos.

Puede que lo intuyan, sí, ¿pero vosotros contrataríais a un contable que quiere trabajar en vuestra consultora sin decirlo? ¿Sin dar motivos? ¿Sin dar porqués ni para qué? Yo no.

Evidentemente las chicas estáis acostumbradas a ser más sutiles, pero no podéis pasaros. Porque si releemos la clave anterior, no perdéis nada dando a entender que hay ciertas cosas de esa persona que os atrae. Pasarse la vida esperando que toque la lotería no parece muy congruente con vuestra dinámica de actuación en otros ámbitos, como el laboral, por ejemplo. Hay muchas formas de transmitir mensajes un poco más explícitos de los que salen en las películas, que nos harán sentir mejor a los chicos, deseados y, sobre todo, que aceleren los tiempos y os acerque a los objetivos.

Por tanto, chicas y chicos, aunque a veces puede funcionar dar por supuesto que entenderán lo que queremos solo por el mero hecho de ponernos más guapos al quedar con alguien, NO CONTÉIS CON ELLO. Es un absoluto placer ser directores de vuestra vida, no estar a la deriva en vuestras relaciones.

*Ejemplo:*

En esta ocasión pondré dos ejemplos. Uno más normal y otro protagonizado por un amigo que creo que ayuda mucho a entender esta clave.

Pensad en la siguiente situación: persona con la que compartís una cerveza una noche por primera vez o esa amistad con la que de vez en cuando quedáis. Vuestro deseo es claro: queréis más de lo que hay. “O besos o sexo”. Queréis saber además cómo hace el amor y si le gustaría vuestra forma de devorarlo. Seguro que me entendéis.

Ahí estáis hablando de la crisis, del trabajo o de si Marta, la amiga común, se va a vivir a Japón.

Pasan los minutos y veis que esa persona empieza a mostrar síntomas de aburrimiento. Pero de repente le propones hablar de la playa. Él/ella dice que le encanta, bla bla bla... Tú introduces que lo que más te gusta de la playa es de noche, con algo de vino y acompañado/a por alguien que te guste mucho. Le preguntas entonces qué le parece a ella/él (con una sonrisa pícara). Notarás que tu acompañante también sonrío. Ambos estáis imaginando lo mismo. ¡Ya estás sexualizando de forma sutil!

El de mi amigo, al que llamaremos Winnie, no os recomiendo en absoluto que lo practiquéis si no

sois buenos observadores. Pero tras una conversación de copas con mucho tonto, mi amigo dice (jajajaja disculpad, me parece muy gracioso y quiero que quede reflejado en el libro la gracia que me hace):

- Dame tu teléfono.
- ¿Para qué?-contesta ella.
- Para follar- le susurra al oído.
- ¡Ah! Vale (contesta ella sorprendida). Apunta.

Aun teniendo en cuenta que llevaban un rato hablando, sin duda a mi amigo le faltaron adornos. Pero le llevó a conseguir su objetivo.

*Ejercicio:*

Confirma en otros ámbitos de las relaciones la importancia de comunicar el QUÉ. Lo que quieres. Acércate a tu madre, a tus amigos, a tus compañeros y plantéate un objetivo: quieres irte a tomar una Coca Cola con ellos. Pero tienes prohibido decirlo. Habla con ellos sobre cualquier tema no relacionado con ir a tomar una Coca Cola (los mismos temas que usas con las personas que te atraen cuando no les dices que te atraen). Verás lo ridículo/a que te sientes y lo complicado que resulta que la persona con la que hablas acceda a tomar una Coca Cola contigo sin enterarse de tus intenciones. Por no hablar de descubrir el tiempo que te ahorras.

[Volver al Índice](#)



#### 4- TU AUTOCONCEPTO COMO AMANTE

Una de las cosas más chirriantes para mí en la industria americana de la seducción es cómo los autodenominados “coach” le dicen a todos que tienen que actuar de la misma forma porque se supone que es lo que a las mujeres o los hombres les gusta. O sea, como si las mujeres o hombres fueran todos/as iguales y sin respetar la identidad de cada cliente. No lo haré yo, amiga/o.

¿Verdad que no venderías igual un Mercedes que un Mini o una furgoneta? Claro que no. Cada uno tiene sus características atractivas y por eso enfocarías la atracción del comprador en sus virtudes concretas. Por tanto, es necesario conocer nuestros encantos físicos/sexuales para poder fijar el foco de atención en ellos.

Por eso, haz un repaso de tu historia y frente al espejo. Cada cual tiene sus propios encantos. Yo, en estos momentos de mi vida, soy consciente que soy una persona carismática, que mi voz y mi altura acompañadas de mi sentido del humor y mis explícitas sexualizaciones, me ayudan a conquistar y a llevarme a alguien a la cama. Ya en la cama, no destaco ni por lo cariñoso, ni por lo romántico ni por mi fondo físico, sino por sorprender con frases y diálogos exacerbadamente morbosos, generar y provocar actos de una intimidad demasiado rápida y, por qué no decirlo, de una forma no violenta y consensuada, ser bastante “animal” respecto a los pocos prejuicios. Eso suele gustar de mí.

Como habrás comprobado, tengo una serie de cosas claras respecto a por qué puedo gustar antes y después de un primer beso, creo en ello y focalizo su atención en estos atributos.

Es lo mismo que puedes hacer tú, teniendo en cuenta algo importante: tu posible inexperiencia puede ser precisamente tu baza más importante. Excitar sobre la base de proponerle que te enseñe, que se aproveche de tu inexperiencia, que se está llevando algo muy sagrado de ti... Eso, bien dicho y transmitido, puede resultar verdaderamente excitante. Así que quítate de la cabeza que para sexualizar o hacer gozar a alguien no tienes más recurso que ser un/a experto/a.

A Roma llevan todos los caminos, no sólo uno.

*Ejemplo:*

1. Sí, soy pequeñita pero dicen que muy manejable...
2. Es verdad que no he estado con muchas mujeres, pero precisamente por eso disfrutan mucho conmigo porque hago todo lo que se me pide.
3. Quizá no soy Nacho Vidal, pero soy juguetón y entregado, que es lo que me enseñaron que me hace inolvidable...
4. A mí me cuesta llegar con alguien a la cama... pero si llego ya no se levanta.

*Ejercicio:*

Pregunta a tus amigo/as qué rasgos físicos son los más valorados y empieza a ser consciente de

ellos. ¿Cuál es tu parte más sexy? Cuando estabas con esas personas en la cama, ¿qué es lo que más les gustaba de ti en la cama?

Anótalo, interiorízalo y esos atributos que forman parte de ti son tu escudo de armas.

[Volver al Índice](#)

## 5- SEXUALIZAR TE AYUDA A QUE TE CONOZCAN YA CONOCER A LOS DEMÁS

Todos tenemos un rol social y familiar, pero también un rol sexual. Sexualizando y provocando de forma honesta, la gente te conoce mejor y conocemos más a los demás.

Es una parte de ti y del otro, tan digna y tan representativa como lo es otra. Y casi seguro que es, de las partes que nos conforman, una de las más atractivas.

Así que si no la muestras o no consigues que la muestre, se está perdiendo un componente de vuestra identidad, identidad sexual, que os describe mejor que, quizá, hablar del partido político al que votas.

Permite que te conozcan comunicando tu identidad, juegos e intereses sexuales.

Si empiezas tú, ayudas que la otra persona se abra. Es la ley del que da primero. Difícilmente puedo conseguir que alguien me hable con confianza si yo no lo hago primero. Exactamente igual que en el apartado sexual. Yo empiezo sexualizando para que la persona que tengo delante muestre su sexualidad.

*Ejemplo:*

Ayer vi una película donde un matrimonio vivía una aventura con una empleada del servicio doméstico. Entre los dos la enamoran y mientras él se acostaba con ella, la esposa los grababa en vídeo. Confieso que me encantó. Nunca había pensado en algo así en pareja. ¿Tú te lo imaginas?

*Ejercicio:*

A una amiga o un amigo llévalo durante una conversación al terreno sexual. Una vez allí habla de ti, de tus gustos y de los suyos. El recorrido hasta llegar ahí puede ser sutil y largo. Pero créeme si te digo que se llega con comodidad siempre que no te precipites y utilices películas o historias que te han contado.

[Volver al Índice](#)

## 6- SEXUALIZAR CON EL CUERPO: LENGUAJE NO VERBAL

Un componente fundamental es lo que comunicamos sin palabras. Chicas y chicos miramos, insinuamos, expandimos nuestros músculos y éteres inspirados en el deseo y es fundamental ser congruentes con nuestros mensajes.

Un mensaje sexual puede comunicarse con una mirada. Mirar fijamente a los ojos, a la boca, al escote, morderse los labios con una sonrisa, suspirar henchidamente ante una mirada o unos brazos o unas caderas.

Considero fundamental que cuando pronunciamos esas sexualizaciones (lo que nos provoca la persona que tengamos delante) tomemos como eje inspirador nuestro pene en erección en los chicos y los pezones erectos y vagina en las chicas. Al decirle que “nos está apeteciendo darle un beso”, sintámonos erectos. No digamos nada si no hemos entrado en comunión con esa energía sexual expansiva que debe guiar nuestro cuerpo.

Acerquémonos más a alguien para decirle que está “muy muy muy apetecible”. Que nuestra voz sea la voz de las tetas estiradas y puntiagudas para que las palabras sean dirigidas por esos pezones que se restriegan por la cara de ese chico, por su nariz y por sus labios y testículos.

Tu cuerpo, amiga, debe estar expandido de forma que, desde la distancia, casi empujes con tus tetas al chico que tienes delante y tus movimientos, tan cálidos y flexibles como tu vagina húmeda.

Y tú, amigo, pronuncia lo que tengas que decir como si tu pene tanteara sus orificios, invadiera su paladar, acariciara su clítoris, empujara su ano y le hicieras respirar el olor de tus intimidades.

Conectad con esa energía sexual que os modifica los poros de la piel. Y entonces... hablad. Dejaros guiar por esa conexión absoluta entre vuestra mirada, genitales y palabras... entonces... prácticamente las palabras solo apoyan. No son imprescindibles.

*Ejemplo:*

- Y dime una cosa, Ana (Haciendo un pequeño silencio y apoyando una mano sobre la pared. Reduciendo algún centímetro nuestros cuerpos. Mirando primero a la boca y luego a los ojos y acabando con una sonrisa) ¿Crees que tú y yo haríamos buena pareja?
- Entonces, Ángel (con silencio y acariciándote el pelo con una pícara mirada y con una sonrisa) dices que estás haciendo mucho deporte... ¿debes estar en forma, no?

*Ejercicio:*

Practica delante del espejo conversaciones normales y cuando vayas a sexualizar, sintoniza con la frecuencia sexual y ponle intención corporal. Incorpórate, proyecta más la voz... prueba distintas formas hasta que no veas algo forzado en lo que haces y dices.

[Volver al Índice](#)

## 7- SEXUALIZAR SEGÚN EL CONTEXTO

Evidentemente la sexualización es directamente proporcional a la intimidad. Podemos incomodar mucho a alguien comunicándole nuestros deseos sexuales delante de personas conocidas. Y un mensaje que podría ser bien recibido, puede convertirse en un mensaje rechazado.

Busquemos entonces la intimidad con cualquier excusa.

- (Acercándonos a su hombro y en un susurro)... ¿Me acompañas a la barra?
- ¿Te apetecen cinco minutos sin tanta gente?
- Te confieso que llevo un rato mirándote y me estás gustando.

Otra opción es acercarnos a su oído en un momento donde la pandilla esté algo despistada para decirle aquello que se parezca a lo que queremos comunicarle. O, por ejemplo, si nos acompaña a un lugar más apartado a pedir algo a la barra.

Sólo en un momento en el que el ambiente esté muy mandanguero, haya buen rollo y sea oficial que todas las personas que compartimos conversación estamos predispuestos a ligar, podríamos hacerlo sin intimidad.

- Chicas, os informo que vuestra amiga Lorena me está gustando y en breve os voy a pedir permiso para que me deis cinco minutos con ella.
- Chicos, me parece que Carlos y yo tenemos que solucionar un asunto.

Otro elemento importante es el tipo de lugar. Cada ambiente es contingente de una actividad mandanguera oficial. O dicho de otro modo, no hace falta que seamos igual de intensos al comprar el pan en un horno de buena mañana que en una discoteca a altas horas de la noche.

Podríamos generar distintas disonancias cognitivas en la persona que nos atrae, una vez más, incomodando.

Todos necesitamos comodidad y entender que lo que sucede es entendible.

Así pues, practicando la observación del triángulo de Helio, seamos previsores y atinemos con el grado de intimidad que tenemos y por tanto lo que nos permite hacer en ese contexto. Siempre podemos ir cambiando el contexto a nuestro favor.

Tan sencillo como entender que, si queremos contarle a alguien que nos ha tocado la lotería y estamos ante presidiarios, seguramente le pediríamos a esa persona que nos acompañe a por una Coca Cola para que no escuchen esos condenados por asesinato por robo a mano armada de que ahora disponemos de 4 millones de euros.

Fácil, ¿no?

## *Ejemplo:*

En un grupo de amigos y amigas por la noche en un pub nos acercamos al oído de la persona que nos atrae...

- Me apetece mucho un chupito a solas.
- Sabes que me estás gustando un poco.
- ¿Sabes que te queda muy bien esa camisa?

[\*\*Volver al Índice\*\*](#)

## 8- SEXUALIZAR DE FORMA GRADUAL CONFORME LA/LO CONOCES

No todo el mundo está preparado para escuchar nada más presentarnos que nos apetece meter la nariz en su culo, hacernos un vídeo ahogándonos en sus tetas, relamer su pene o desear que se corran en nuestra boca. Así nada más empezar.

Bueno, puede que conozca a alguien. ¿Pero para qué arriesgarse?

Nuestro deseo sexual, y por tanto nuestra forma de expresarlo, puede prevenir las disonancias si vamos avanzando sexualmente contemplando que la otra persona avanza con nosotros. Que permite nuestros avances y que disfruta lo que está pasando.

De esta forma queda claro que la intensidad o lo implícito de nuestros mensajes debe ser gradualmente más explícito conforme observamos con “el espectador de la película subtitulada”. (HERRAMIENDA: Guía para entender la interacción. Libro SEDUCTOR EgoLand)

Si cualificamos algo de su físico o su conducta y lo acompañamos con una sonrisa, por ejemplo, su forma de andar nos recuerda lo que nos gusta ser hombre o mujer, nos va ayudar a que un rato después podamos dar un paso más. “Nos está costando no mirarle la boca” y por ejemplo en los chicos, añadir “...y nos están entrando unas ganas terribles de besarla...”. Esa frase, una vez expuesta y aceptada por su parte, directa o indirectamente nos permite que un rato después, acercándonos a su oído le digamos que ahora ya no sólo queremos besarle, queremos empujarle contra la pared, sentir su cuerpo con nuestras manos, arrancarle la parte de arriba de su indumentaria y devorarla/le como un perra/o hambriento/a.

Una vez dicho esto, sin duda al cabo del rato nos permitirá poder expresar que queremos quitarle el calzado, husmear y respirar sus genitales, saborearlos... y que nos obligue a obedecer sin ninguna posibilidad de cuestionar sus órdenes. Si eso sucede, no tendrá ningún problema en escuchar minutos después que vamos a esperar con ansiedad su orgasmo en nuestra lengua y que nosotros vamos utilizar su boca como un utensilio para nuestro placer, la/le haremos trabajar en cada una de las partes de nuestro cuerpo que nos venga en gana, sin pedirle permiso.

¿Se puede llegar a pronunciar esto? Por supuesto.

Sólo hay que ir poco a poco. Observando cómo aceptan primero los piropos, sutiles o explícitos. Luego ir introduciendo lo que nos generan. El deseo sexual que nos incita. Estos deseos, cada vez más explícitos. Si son aceptados, hay que dar un paso más. Siempre.

O dicho de otro modo. Si aceptan 2, lo siguiente debe ser 3, y lo siguiente 4.

Las chicas podéis ser explícitas, pero si os sentís más cómodas siéndolo menos, mientras subáis un grado más cada vez que se os acepte el grado anterior estaréis siendo eficientes.

*Ejemplo:*

- Pues Marta/Sergio, me estoy fijando en que te quedan muy muy muy bien los pantalones.

- Gracias.
- ¿Te queda todo tan bien?
- No sé... no debería decirlo yo.
- Te lo digo yo. ¿El bikini/bañador también te queda tan bien?
- Pues dicen que sí.
- Pues ahora me está costando no imaginarte en la playa conmigo, tú en bikini y yo con bañador a la luz de la luna y con una botella de champán...
- Jajaja... Sí, podría ser divertido.
- ¿Jugaríamos quizá a darnos de beber champán empapados en agua salada?
- Podría ser divertido.
- No solo sería divertido, sería excitante... y me está gustando mucho imaginarlo. Tanto, Marta/Sergio, que te pregunto ¿qué necesitamos para hacerlo?
- No sé, ¿hacerlo sin más?
- ¿Nos vamos ahora a la playa?
- Ahora? ¡Es invierno!
- ¡Es verdad! Pues vámonos a la barra y simulamos que nos damos de beber. Yo te miraré como si estuvieras en bikini/bañador mojado, apretado y tus pechos/culo lucharan por atravesar la tela mojada.
- Luis/Violeta, ¡para! ¡Me estás poniendo nerviosa/o!
- ¿Que te estás poniendo nerviosa/o? Si miras mis pantalones/mi camiseta notarás cómo estoy yo de nervioso/a
- Jajajaja...

### *Ejercicio:*

Haz una lista de diez pasos. Donde el paso uno es el más suave y el paso diez es el máximo. Cada paso debe tener un piropo y una emoción positiva que genera.

El paso 1: Te queda muy bien esa camisa/esa blusa. Me gusta mirarla.

El paso 10: Me estás convirtiendo en una perra / un orangután... quiero correrme en tu boca.



Rellena los 8 pasos de menos a más. Será tu guía para inspirarte.

[Volver al Índice](#)

## 9- CUALIFICAR SU FÍSICO (CÓMO LO GESTIONA) Y LO QUE TE GENERA

Efectivamente, un componente fundamental de lo que nos “pone” (excita) suele ser el físico de la persona que tenemos delante. Pero si vamos más allá estaremos de acuerdo en que si quisiéramos tocar la fibra sensible de la otra persona siendo más honestos y realistas, incidiríamos en cómo gestiona lo que tiene. Esa persona puede tener una altura considerable, unos pechos exuberantes o unos ojazos impresionantes. Pero no ha hecho nada por tenerlos. Se los ha dado Dios o los genes, o quien queráis. En cambio su forma de gestionar sus ojos (la forma de mirar), su forma de elegir el escote para lucir e insinuar sus senos, o la percha y la planta que tiene con su lenguaje no verbal es algo que sí tiene mérito. Ahí entra su personalidad. Y lógicamente si valoramos algo que es contingente de su personalidad vamos a resultar más creíbles, únicos y certeros. Nuestros halagos van a subir su autoestima mucho más que otros halagos donde sólo se mencionaban sus atributos físicos (no la forma de gestionarlos) y, por tanto, vamos a resultar adictivos a esa persona. ¿Con quién estamos bien? Con quién nos hace sentir bien de verdad, no con quien nos adula.

En el taller de cualificación y en el próximo libro de cualificación lo veréis con más detenimiento. Pero haciendo un adelanto...

### *Ejemplo:*

Tiene unos ojos inmensos, preciosos, gigantes... con una mirada intensa, penetrante, pícara, nítida, transparente y nos hace sentir vulnerables, cómplices, poderosos/as, nos genera sosiego o paz.

Su pechos exuberantes o pequeños, proporcionados... nos generan unas ganas terribles de perdernos en ellos, nos impiden mirarle a los ojos, nos están poniendo nerviosos... nos tiene alelados.

Su sonrisa es amplia, pero es tierna o nos genera ternura, o “ganas de jugar”, ganas de “guerrear” o nos contagia diversión o paz.

Sus brazos son abultados y fuertes... Y la forma en que los mueve o los posa en las mesas nos genera sensación de protección, ganas de sentirse abrazada, nos estimula la sensación de ser mujer, de probar a ser levantada por un hombre.

### *Ejercicio:*

Haz un repaso de tus amistades, ex novias/amantes y de arriba abajo ve anotando sus atributos físicos, cómo los gestiona y qué sensaciones/apetitos te genera.

[Volver al Índice](#)

## 10- CUALIFICAR SU CONDUCTA EN LA VIDA

A todos nos gusta que nos hagan sentir sexys y atractivos físicamente. De hecho le dedicamos tiempo y dinero a estar más guapos y atractivos. Pero no menos cierto es que le dedicamos más tiempo a cultivarnos profesional e intelectualmente. Cultivamos nuestra personalidad, hábitos y destrezas. ¿Y acaso es menos cierto que nos ponen más las personas inteligentes y competentes que las inútiles?

Así que otra de las cosas que podemos cualificar y posteriormente sexualizar es el conjunto de actividades que realiza esa persona y las destrezas que ha desarrollado o que implican esas actividades.

*Ejemplo:*

Carlos es atractivo pero saber que es policía, que todos los días tiene que enfrentarse a delincuentes, cazarlos y ejercitar su valentía.... nos “pone” más.

Alejandra es muy esbelta y sexy, pero saber que además de ayudar a sus padres en la tienda, por las noches estudia inglés, va al gimnasio y colabora en una ONG de refugiados, nos “pone” mucho más por encontrarla familiar, responsable, solidaria, organizada y dinámica.

Andrés tiene unos ojos impresionantes, que nos generan cierto placer al sentirnos examinadas, pero saber que es monitor de esquí y que ha conseguido organizarse una vida tan parecida a lo que él siempre ha deseado, nos hace considerarlo más allá de un deportista que está en forma.

Manuela puede que tenga las piernas más torneadas y brillantes que hayamos visto en mucho tiempo. Pero saber que es abogada, que ha sido capaz de ser tan disciplinada para poder sacarse la carrera y de intuir su capacidad de persuasión, oratoria y de convencer para ganar los juicios, hace que esas piernas nos vuelvan más locos.

*Ejercicio:*

Como en el anterior, hazte una lista de personas que te atraigan y escribe su conducta en la vida, qué hacen, qué habilidades o destrezas han desarrollado y qué sensaciones/apetitos te generan.

[Volver al Índice](#)

## 11- SEXUALIZAR CON EL UNIFORME DE TRABAJO/HOBBY

Con tres frases a partir de un hobby u oficio, uno puede llegar a sexualizar sin despeinarse.

Cada trabajo, hobby o actividad implica una indumentaria característica. Y esa indumentaria es la que nos hace imaginarnos a esa persona de una forma muy apetecible que tendremos que comunicar de forma más o menos explícita.

Tan sencillo como eso. Si esa actividad no implica una indumentaria muy sexy, entonces podemos pasar a otra actividad de su vida que nos ayude más.

*Ejemplo A:*

- Pues parece que hagas deporte.
- Sí, hago natación.
- Vaya. ¿Y eres más de bañador o de bikini?
- Soy más de bikini.
- Entiendo. Pues ahora me va a costar mucho dejar de imaginarte con un bikini blanco saliendo de la piscina.

*Ejemplo B:*

- Entonces César, ¿te dedicas a...?
- Soy comercial.
- ¿Vas por ahí vendiendo con traje, corbata y maletín?
- Sí. Justo.
- Pues tienes pinta de que no te quede nada mal un traje entallado. Mi color preferido en los trajes es el gris marengo. Y hasta que la corbata desaparece me gusta el color canela.

*Ejemplo C:*

- Así que, ¿trabajas en una oficina?
- Sí.
- ¿Rollito faldas ajustadas, blusas escotadas y americana?
- Sí. Más bien eso.
- Pues te estoy imaginando haciendo fotocopias y papeleos con una blusa bastante escotada, y me

están entrando unas ganas de terribles de ser un mensajero que va por allí a que le firmes cosas y te vea desde arriba. ¿Te importa que te lo diga?

*Ejemplo D:*

- ¿Dices que juegas al rugby, Oscar?
- Sí, desde hace tiempo.
- ¿Eso donde los chicos os ponéis unos pantalones cortos y unas camisetas ajustadas y os dedicáis a embestiros unos a otros como toros?
- Sí... Justo.
- Vaya...entonces te gusta embestir....

*Ejercicio:*

Lo mismo que el anterior, utilizando la actividad que tiene la persona que tenéis delante, sexualizamos por su indumentaria en 3 o 4 frases.

[\*\*Volver al Indice\*\*](#)

## 12- SEXUALIZAR CON EL LUGAR DE LA ACTIVIDAD

Si el uniforme da pie para sexualizar, no lo da menos el lugar donde se realiza la actividad.

Una farmacia, una oficina, una playa, un gimnasio, cualquier sitio es un lugar estupendo para imaginar o ayudar a imaginar un acto sexual.

*Ejemplo A:*

- ¿Entonces trabajas en una fábrica?
- Sí, desde hace años.
- ¿Y tienes llaves?
- Sí claro. Abro yo.
- Nunca he estado en una fábrica a solas con nadie.

*Ejemplo B:*

- ¿Y llevas mucho tiempo trabajando en esa tienda de ropa, Yago?
- Tres años.
- ¿Y tienes llaves?
- Sí.
- ¿Y cómo son los probadores?
- Grandes. ¿Por?
- ¿Tienen espejo?
- Sí.
- Interesante...

*Ejemplo C:*

- Y cuando sales de trabajar en la consultora, ¿dices que siempre vas a tu casa?
- Sí. Acabo muy cansada.
- Debes de tener un sofá cómodo.
- Muy cómodo.

- ¿CÓmodo para uno o cómodo para dos?
- Para dos también...
- Entiendo. ¿Y hace poco o mucho que alguien se sentó cómodo en tu sofá haciéndote un masaje?

*Ejemplo D:*

- Entonces Alex, te gusta hacer senderismo...
- Sí, voy todos los domingos al monte.
- Entonces seguro que conoces algún rincón entre los árboles escondido para perderse.
- Sí... conozco alguno.
- Hace tiempo que no me pierdo en el monte. ¿Este domingo sales de excursión?

[Volver al Índice](#)

### 13- SEXUALIZAR SU CONDUCTA CONTIGO

Amiga/o, ¿cuántas veces nos ha pasado que ese/a chico/a nos trata de una forma quizá algo arrogante pero sin pasarse, o algo tímida o con una confianza y una calidez a la que no estamos acostumbrados? Y sin querer nos damos cuenta de que alargamos más el tiempo con ella/él, o no queremos que se vayan, o nos sorprendemos pensando en ellos sin venir a cuento. Pensándolo bien... nos gustaría follárnosla/o.

Pues bien, utilicemos esa actitud tan concreta que tienen con nosotros como un argumento más para justificar nuestro apetito: la forma en que nos trata.

Al final lo que vamos a hacer con esta justificación es situar y ubicar a la gente en un vínculo emocional que de forma sutil nos lleva a imaginar un contacto más sexual.

*Ejemplo:*

- Mira Luis, no te voy a negar que cada vez que nos vemos me escuchas con atención, te preocupas por mí con ese tono algo irónico y exigente pero comprensivo, que aunque me moleste reconocerlo... es irresistible.
- Carla, no te negaré que tu forma de darme caña, desafiarme de forma implícita con tus gestos, palabras y hechos hace que me pongas a cien.
- Rubén, no puedo negarte que me parece terriblemente tierno cada vez que hablamos o nos miramos y cuando te sonrío y apartas la mirada.
- Mireia, si vuelves a ponerte roja cuando te mire la boca no sé lo que voy a ser capaz de hacer. Siempre que quedo contigo me haces sentirme poderoso pero afortunado; masculino pero muy humano. Eres sencillamente un encanto de chica que cada vez me gusta más.

*Ejercicio:*

Como antes, elige a 5 personas y escribe lo que te genera la actitud que tienen contigo.

[Volver al Índice](#)



## 14- LOS RITMOS

En la música, los redobles vienen antes de un plato y un bombo simultáneo para marcar el tiempo fuerte tras una crecida. En la vida y en las conversaciones todo tiene un ritmo. La naturaleza nos hace frecuentes demostraciones rítmicas. Nuestros actos sexuales son muestras inequívocas de ritmo. Y el cortejo, desde mi punto de vista, ya forma parte del acto sexual. Por tanto, veámoslo como una fase más del sexo.

Durante el cortejo no podemos abusar de los redobles y los platos con bombo simultáneos. Si no, no hay ritmo, hay estruendos. Pues aquí igual. Empecemos con sexualizaciones espaciadas, dejemos que tras varios minutos aparezcan de forma aislada redobles finalizados con un platos y bombo y, teniendo en cuenta el contexto y las reacciones de esa persona a nuestros redobles, entonces sí (si la/lo estamos viendo bailar al son de nuestro ritmo y nosotros al suyo) lleguemos al solo de batería donde el público, si nos cercioramos de que está satisfecho y cómodo con el concierto hasta el momento, no se levantará del asiento para disfrutarlo. Démosle las baquetas para que esa persona toque un poco, teniendo claro que somos nosotros los que tenemos que velar por la codirección del concierto.

Así pues, sexualicemos y dejemos tiempos. Intercalemos estas sexualizaciones con temas de conversación no sexuales, vayamos “in crescendo”, y cuando tras cinco o seis redobles esa persona demuestre comodidad, excitación o diversión, quedémonos ahí... en el “solo”. Cedamos el instrumento para que él/ella haga su “solo”. Y en función de éste y de cómo lo haga, acerquémonos más física y emocionalmente, de forma que el ”solo” final compartido sea el inicio de una nueva fase: los besos, las caricias, el sexo.

*Ejemplo:*

En esta dirección tienes varios [AUDIOS DE CONVERSACIONES](#) con Lucía en distintos contextos. Te invito a que las escuches y las reescuches cuantas veces quieras.

*Ejercicio:*

Una vez has escuchado todos estos audios, sería muy productivo que contaras con una amigo/a de confianza y le plantearas simular unas situaciones como éstas y las grabaras. De esta forma verías tus progresos, con tus momentos de gloria y, por qué no decirlo, los no tan gloriosos.

Para las chicas os recomiendo exactamente lo mismo pero con más sutileza en vuestras sexualizaciones, y con unas propuestas un tanto menos explícitas. Como dejando el melón abierto para que sea el chico el que dé el paso.

[Volver al Índice](#)

## 15- SI ACEPTA ESTE PASO DEBES DAR EL SIGUIENTE

El objetivo está claro. Llegar a un encuentro físico/sexual/emocional. Lo explicaré con una metáfora muy descriptiva: si llamamos a la puerta de alguien y nos abre, vamos a entrar al hall o el recibidor de la casa. Una vez allí, ya no tiene sentido que volvamos a llamar a la puerta de la calle si queremos introducirnos más. Lo siguiente que tendremos que hacer es dar a entender que nos encantaría conocer el salón. Y si allí nos llevan, lo siguiente quizá sea la cocina, los baños, el jardín y finalmente el dormitorio. Puede que nos paren en el vestidor y nos digan que hoy no tenían previsto enseñarnos la alcoba, y que “por hoy ya hemos visto bastante”. Bien, siempre podemos lucharlo con herramientas de persuasión, intentar excitarla/o, etc. Aunque no siempre funciona. Pensemos entonces que para esta visita no ha estado mal. La siguiente vez llamaremos a la puerta, pediremos permiso y nos moveremos con total libertad por los aposentos que ya conocemos. Pero esta segunda vez ampliaremos la intensidad de nuestras sexualizaciones hasta llegar al dormitorio.

Con toda esta metáfora creo que queda claro que, siempre que acepten nuestras palabras y propuestas sexuales, respetando los ritmos civilizados de una conversación y aplicando la observación y la empatía, daremos un paso más en intensidad sexual del que ya hemos dado, una vez nos haya aceptado esa comunicación sexual.

*Ejemplo A:*

- No me gustaría que la conversación acabara sin decirte que me pareces una chica preciosa.
- Gracias.
- De nada. Además de preciosa, ¿sería correcto decir que eres una mujer apasionada?
- Dicen que sí...

(Evidentemente está aceptando nuestras sexualizaciones. Hay que subir el nivel si estamos en un buen momento de la conversación)

- Pues yo voy a ser uno más, e incluso voy a añadir que tienes una forma de andar absolutamente hipnotizante. Es muy complicado estar delante de ti y no querer besarte...
- Jajajaja... Joooo, me estás poniendo roja.
- Y tú a mí me estás poniendo como un orangután keniana.
- Jajajaja...

(Evidentemente acepta todo. Es el momento de ir a besarla).

*Ejemplo B:*

En este caso, la propuesta para chicas es ir orientándolo hasta que sea evidente que tiene que lanzarse.

- Carlos, me estás haciendo reír mucho.
- Gracias, Ana.
- ¿Te pasa mucho esto de conocer a alguien con el que no paras de reírte y te sientes cómoda en tan poco tiempo?
- No mucho, la verdad.
- Y cuando conoces a alguien así, ¿qué sueles hacer?
- ¿A qué te refieres? ¿Darnos los números?
- Evidentemente. Me refiero... ¿qué te nace? ¿qué te apetece? (mirándolo a los ojos, boca...)

*Ejercicio:*

Pues amiga y amigo, ¿de qué tiene pinta el ejercicio que te voy a poner? Mientras lo practicas en la calle, puedes hacer role playing con algún amigo o amiga. Grábate en audio o vídeo. Y ríete mucho.

[Volver al Índice](#)

## 16- LA SUCESIÓN DE PREGUNTAS QUE PERMITEN LLEGAR AL SEXO

Consensuamos que queremos conocernos si se oficializa con una sucesión de preguntas. Con una buena anticipación al obstáculo, va a estar más que permitido llegar al sexo.

En esta clave sencillamente escribiré un diálogo donde chicas y chicos podréis utilizar esta sucesión de preguntas a modo de inspiración, aunque podéis utilizarlas literalmente. Es conveniente recordar que la información debe ser recíproca para que nadie sienta que está siendo sometido a un interrogatorio. La pregunta clave ¿y si a mí no me lo pregunta? Le hablamos de nosotros quiera o no quiera. De esta forma nos conocemos mutuamente.

*Ejemplo:*

- Entonces dices que te llamas Clara/Marcos.
- Sí.
- Bueno, pues YA QUE ESTAMOS hablando, ¿te parece si nos conocemos mejor?
- Me parece bien.
- ¿Qué es lo que más te gusta de ti?
- Que soy una luchadora/o.
- Supongo que tienes motivos para creerlo. Yo soy algo luchador también, pero creo que lo que más me gusta de mí es que cuando estoy delante de alguien intento que haya un intercambio justo y estimulante.
- ¡Vaya!
- ¿Y físicamente?
- Pues creo que mis ojos.
- Cierto, tus ojos son muy expresivos y tienes una mirada intensa y juvenil. Pero no deberías olvidar tu escote. Es absolutamente hipnótico y, al menos a mí, te reconozco que me lleva loco.
- Jajaja... Gracias.
- ¿Cuál dirías que es el mío?
- No sé, creo que tu conjunto, tu seguridad. Tu voz...
- No vamos mal... ¿Y cuál sería tu punto sexy? ¿Cuando quieres convertir a un chico en un orangután para que te devore hambrientamente?

- JAJAJA... Creo que mi escote y mi mirada de traviesa.
- ¿Tal cual la que estás poniendo?
- Jajaja... Puede.
- Vaya.... Pues yo creo que está funcionando... porque me están entrando unas ganas terribles de tumbarte encima de esa barra del bar y husmear y lamerte cada rincón de tu cuerpo, ¿sabes? ¿No te importa que sea honesto, verdad?
- Buffff...No sé.
- ¿Y cómo te puntúas como amante? ¿Del 1 al 10?
- Pues.... Yo creo que un 8.
- Un 8 suena muy bien. ¿A qué llamas tú un 8?
- ¿Cómo te puntúas tú primero?
- Pues yo creo que me puntúo en mis noches gloriosas con un 9, pero también las he tenido de 4,9
- JAJAJAJA... Eres muy gracioso.
- Sí, me lo suelen decir las noches de 4,9 jajaja...
- Jajajaja...
- ¿Entonces con un 8 podríamos decir que no dejas que un hombre que te gusta se vaya de tu cama sin haberse sentido poderoso, afortunado y descubridor de nuevos mundos?
- Sí, podríamos decirlo.
- Ok... Pues ahora debes saber que me encantan los disfraces. Forma parte de mis noches de 9...

(Bien amigos, creo que aquí ambos están más calientes que unos ordenadores antiguos encendidos durante un mes en una caseta en mitad del desierto saharai)

*Ejercicio:*

Estructura y elabora tus preguntas para conoceros, incluyendo las herramientas de prevención del rechazo que vas a ver en claves posteriores. (Y si te has puesto muy nervioso/a, ya sabes dónde tienes el baño)

[Volver al Índice](#)

## 17- EL NARRADOR

El “narrador” es una herramienta que nos ayuda a ubicarnos y a ubicar respecto a lo que está sucediendo. Y además permite intuir lo que puede pasar a continuación. Se trataría de “narrar” lo acontecido hasta el momento, desde una perspectiva común y positiva, y que lleva a visualizar un futuro inmediato (en este caso sexual).

*Ejemplo A:*

Al final, Laura, nos hemos conocido, nos hemos dicho qué nos gusta de cada uno y ahora nos encontramos con dos copas a altas horas de la noche. Yo diría que esto promete.

*Ejemplo B:*

Es verano, la noche es fantástica, somos una chica y un chico que se están riendo. No esperaba que esta noche fuera a ser tan fantástica...

*Ejemplo C:*

¿Te das cuenta de que llevamos dos horas hablando sin parar y parece que el tiempo no pase?

*Ejemplo D:*

Hasta este momento yo le doy a la noche un diez. Ojalá acabe en once.

*Ejercicio:*

Piensa en esos momentos en los que estabas pensando que se estaba “cociendo algo”, que ha habido un silencio y no sabías qué decir. Escribe un narrador *ad-hoc* para esas situaciones que te vienen a la memoria.

[Volver al Índice](#)

## 18- LA PREVENCIÓN DEL RECHAZO (I): “YA QUE ESTAMOS...”

Efectivamente, como te decía tu profesora del parvulario, “la persuasión es algo muy útil a la hora de comunicar mensajes sexuales para prevenir el rechazo”.

La persuasión, junto a la argumentación y la negociación, conforman la tercera C (Convencer). Que junto con las otras dos, Carisma y Conmover, estructuran lo que llamamos “Las Competencias Naturales de la Seducción”.

“Ya que estamos” supone identificar qué actividad estamos realizando en ese momento ambos, eligiendo un verbo (que sea aceptable y no genere disonancias) y al proponer algo más íntimo (por ejemplo conversación con tema íntima, más sexual...) utilizar el mismo introduciendo la frase “ya que estamos + verbo (“vamos a hacerlo con más profundidad, intensidad “).

### *Ejemplo:*

Estamos hablando de cosas intrascendentes y queremos avanzar en la interacción hacia un punto más sexual:

- Carmen, ya que estamos conociéndonos, ¿qué te parece si nos conocemos más y nos confesamos algunos secretos?
- Carlos, ya que al final hemos acabado bebiendo una copa, ¿qué te parece si nos pedimos una botella de vino y nos vamos a un lugar más cómodo?

Ahora vamos a ver la diferencia entre lo que hemos ejemplificado (“YA QUE ESTAMOS HACIENDO ESTO, VAMOS A HACER LO MISMO PERO MÁS ÍNTIMO/SEXUALIZANTE”), respecto a proponer la misma actividad cambiando el verbo. Veréis que puede generar más disonancias el no utilizar el mismo verbo con la herramienta:

- Bueno Carmen, vamos a dejar de hablar del trabajo y vamos a contarnos secretos.
- Carlos, ¿nos vamos de aquí a mi casa con una botella de vino?

### *Ejercicio:*

Piensa en distintas situaciones donde estabas conversando con alguien que te atraía, y al querer proponer un nuevo rumbo en los acontecimientos, o te has callado o lo has propuesto sin utilizar esta herramienta. Escribe ahora tus propuestas de una forma más inteligente y persuasiva.

[Volver al Índice](#)

## 19- LA PREVENCIÓN DEL RECHAZO (II): “LA ETIQUETA/ENCERRONA”

Otra opción muy inteligente para prevenir un posible rechazo o freno de nuestro avance es preguntarle o afirmar que esa persona es abierta, flexible, madura, valiente y segura de sí misma. Entonces planteamos una propuesta que una persona de esas características no podría rechazar. (HERRAMIENTA “La etiqueta”, de Pau Navarro).

La encerrona supone lo mismo pero sin ser tan explícitos en el adjetivo personal, sino planteando una situación donde no tiene escapatoria salvo aceptar nuestra propuesta.

*Ejemplo A:*

- Rosana, tú pareces una chica con muy pocos miedos, ¿me equivoco?
- No te equivocas.
- Entonces seguro que aceptas mi propuesta: el viernes que viene te pones guapa y vienes a probar mi salmón gratinado a casa.

*Ejemplo B:*

- Carlos, mírame. ¿Soy una chica a la que si un hombre la tiene delante no la debe inflar a piropos?
- No. Eres de las que un hombre debe inflarla a piropos.
- ¿Entonces no eres un hombre?

*Ejercicio:*

Busca tres personas al día durante una semana, etiquétalas con adjetivos positivos y posteriormente proponles algo congruente con esa etiqueta. Busca a tres personas al día durante una semana y proponles algo sin haberles etiquetado antes. Comprueba las diferencias.

[Volver al Índice](#)



## 20- LA PREVENCIÓN DEL RECHAZO (III): “PONTE EN MI PIEL...”

Ponte en mi piel supone pedirle a la otra persona que empatice contigo. “¿Qué harías tú si fueras yo y te tuvieras a ti delante?”

Todos vamos a entender que los demás actúen inspirados y motivados por nuestros atributos positivos. Todos consideramos que tenemos una parte sexy y estimulante. Así que cualquier persona disculparía, entendería y se solidarizaría con nosotros si sexualizamos y avanzamos hacia el sexo.

*Ejemplo:*

- Carmela, ponte en mi piel, ¿qué harías tú si estuvieras delante de una chica con semejante sonrisa y ese brillo en los ojos? ¿No intentarías besarla?
- A ver, Juan. No sé si tengo un problema. Si tú no acostumbraras a irte con nadie a su casa la primera noche, pero estuvieras pasando un rato genial con un chico interesante, atractivo y que te dice que le gustas.. ¿no disfrutarías sin más el momento?

*Ejercicio:*

Evidentemente el ejercicio que te voy a plantear tras explicarte esta herramienta no va a ser mandarte al desierto y hacer abdominales durante 4 días y 4 noches. Antes y después de proponer planes, utiliza el ponte en mi piel para prevenir rechazos o justificar tus actos. Puedes hacerlo no solo sobre temas sexuales. Por ejemplo, para pedir un favor.

[Volver al Índice](#)

## 21- CREA TU PROPIA CLAVE

- CLAVE:
- EJEMPLOS:
- EJERCICIOS:

[Volver al Indice](#)

## EPÍLOGO

Todo este contenido sólo es una muestra de las infinitas combinaciones que tiene el lenguaje y el cuerpo para transmitir algo con lo que seguro estás de acuerdo: “El amor mueve el mundo y el sexo es su combustible” Luis Tejedor.

La intención del autor y de la editorial es profundizar sobre la comunicación sexual con otra obra más profunda y ejemplificante que en breve podrás tener en tu biblioteca.

Mientras tanto, explora y practica cada una de estas claves. Cree en ti y maravíllate con los olores y sabores del cuerpo humano.

Si tuvieras alguna duda, te recuerdo que hacemos talleres y cursos tanto personalizados como grupales de cualquier orientación sexual para mejorar este aspecto de tu vida.

Besos mil

Siempre vuestro,

*Luis Tejedor (Egoh)*

[Volver al Índice](#)

## AGRADECIMIENTOS

A Dolça por ser el pilar en el que me sustento todos los días, a mis hermanos y miembros del equipo EgoLand por hacerme sentir tan seguro en la vida, a mis padres por corregirme siempre con sabiduría, a mis suegros por tratarme con tanto cariño, a mis amigos por los momentos tan divertidos relacionados con el sexo que he vivido, a mis lectores y seguidores por hacerme sentir tan útil, a Xud por colaborar conmigo en ordenarme por dentro y por fuera y a Jacki Trihorns por estar siempre donde menos te lo esperas.

*“21 Claves para Sexualizar una Conversación”*

[Volver al Índice](#)