

¡MÁS DE 3 MILLONES DE EJEMPLARES VENDIDOS!

POR QUÉ LOS HOMBRES  
**AMMAN**  
A LAS

*Cabronas*

De arrastrada  
a mujer ideal



**SHERRY ARGOV**



Lectulandia

Muchos individuos mediocres e inseguros buscan chicas «buenas» y sin carácter a las que puedan controlar. Los hombres que valen la pena, en cambio, se interesan por las «cabronas», es decir, por mujeres que, sin dejar de ser sensibles y femeninas, se dan a respetar porque saben lo que valen. ¡Tú puedes ser una de ellas! Con humor y conocimiento de causa, Sherry Argov revela aquí lo que toda mujer debería saber y lo que algunos hombres preferirían que no se divulgara. Estas páginas te invitan a dejar atrás la docilidad, la sumisión y la dependencia amorosa.

Además de ser uno de los libros de desarrollo personal más vendidos de los últimos años, *Por qué los hombres aman a las cabronas* ha dado lugar en México a una pieza teatral de gran éxito.

**Lectulandia**

Sherry Argov

**Por qué los hombres aman a las  
cabronas**

**De arrastrada a mujer ideal**

ePub r1.0

MaskDeMasque 19.05.2019

Título original: *Why Men Love Bitches*  
Sherry Argov, 2000  
Traducción: Enrique Mercado

Editor digital: MaskDeMasque  
ePub base r2.1

---

más libros en [lectulandia.com](http://lectulandia.com)

---

*A mamá, con amor*

## Agradecimientos

Antes que nada, gracias a mi preciosa madre, Judy. Aparte de ser ta mejor mamá del mundo y ta persona a quien más quiero en esta vida, me enseñó todo lo que sé sobre cómo ser una mujer fuerte y verlo todo con humor. Hacer sentir orgullosa a mamá es en realidad lo único que me importa.

Quiero agradecer a todos en Océano, una de las mejores casas editoriales del mundo. A Rogelio Villarreal, director de Editorial Océano, por el entusiasmo que siempre mostró por mi libro. A Guadalupe Ordaz, coordinadora editorial, con quien fue muy placentero tratar desde nuestro primer contacto. A mi editor, Pablo Martínez Lozada, una gran persona con quien trabajar. Mi gratitud también para el señor Ernesto Gallegos, de Sanborns, no sólo por haber sido una pieza clave para la contratación de esta edición, sino por su gentileza cuando lo conocí en Nueva York. Considero nuestro breve encuentro en la Book Expo America como uno de los puntos altos de mi carrera. Agradezco asimismo a Enrique Mercado por su magnífica traducción al español. Por último, pero no menos importante, quiero dar gracias de manera muy especial a los productores de la adaptación teatral de ***Por qué los hombres aman a las cabronas***, Rubén Lara y Ray Orona, dos mentes creativas brillantes. Me siento muy honrada de trabajar con ellos y con el maravilloso grupo de actores y profesionales que dan alegría y risas al público en cada función.

Gracias a mi brillante abogado y asesor Edward Colbert, de Looney & Grossman, por estar de mi lado y ser alguien a quien siempre puedo recurrir.

Gracias a mis contadores, Kathryn Schmidt, de Schmidt & Co., y Ali Adawiya, de SongCare: son unos genios. Mi gratitud también al abogado Dan Dydzak, por su amistad y sus estimulantes conversaciones de sobremesa.

Gracias a Deff Hyman, mi fotógrafo; nunca olvidaré su gentileza. Gracias a Christine Serrao, del departamento de Artist Relations en MAC Cosmetics, por maquillarme para la televisión.

Gracias a mi fantástico novio, mi roca (quien, por suerte, no lee libros de este tipo ni me toma muy en serio), por las espléndidas sugerencias que me hizo sobre «lo que les deberías decir a esas cabronas» tras haber pasado un día con sus amigos.

Gracias a mis increíbles parientes, que velan por mí como verdaderos ángeles: Tova, Samuel, Arnon y Yossi Chait.

Gracias a mis lectoras —mis cómplices— por hablar de mis libros con sus amigas y darse tiempo para escribirme. Gracias a los hombres buenos que me explicaron cómo piensan sus congéneres. Lo mejor de haber escrito este libro fue poder conocer a personas interesantes con un excelente sentido del humor. Agradezco este privilegio.

## Introducción

*Porqué los hombres aman a las cabronas* es una guía de relaciones para las mujeres que «se pasan de buenas». No tomo muy en serio la palabra cabrona; la uso en forma burlona, acorde con el tono jocosos de este libro.

Título y contenido de este volumen tratan de cosas que muchas mujeres piensan pero no dicen. **Todas** nos hemos sentido avergonzadas alguna vez por parecer demasiado rogonas. A **todas** nos ha perseguido un hombre que pierde el interés en cuanto cedemos. **Todas** sabemos qué se siente no ser valoradas. Estos problemas son comunes a la mayoría de nosotras, casadas o solteras.

¿Por qué los hombres aman a las cabronas? Para empezar, distingamos entre el sentido peyorativo de esa palabra y la manera como se le usa aquí. No es para nada mi intención recomendar a las mujeres que sean bruscas y antipáticas. Las cabronas a las que me refiero no son las «brujas sobre ruedas» ni las mujeres malhumoradas como la que Joan Collins interpretó en *Dynasty* (Dinastía). Tampoco son las clásicas «perras de la oficina» que todos odian en el trabajo.

La mujer a la que describiré es bondadosa pero fuerte. Posee una fortaleza sutil. No renuncia a su vida ni anda detrás de un hombre. No permite que un hombre piense que la «controla» al cien por ciento. Y se defiende cuando él se pasa de la raya.

Esta mujer sabe lo que quiere, pero no se pone en una situación comprometida para conseguirlo. De todos modos es femenina, aunque como una «magnolia de acero»: flor por fuera y metal por dentro. Usa su feminidad en su beneficio. Y no porque se aproveche indebidamente de los hombres, ya que juega limpio. Posee algo que la «niña buena» no tiene: **aplomo**. No se deja llevar por fantasías románticas. Su aplomo le permite ejercer su poder cuando es necesario.

Además, esta chica es capaz de conservar la calma bajo presión. Mientras que una mujer que «se pasa de buena» da y da hasta quedarse sin nada, la mujer con aplomo sabe cuándo detenerse.

Más de noventa por ciento de los centenares de hombres que entrevisté para este libro rió por el título y lo aprobó en menos de treinta segundos. Algunos rieron entre dientes, como si su secreto mejor guardado acabara de salir a la luz. «Los hombres necesitamos un reto mental», dijeron. Éste fue, una y otra vez, el tema recurrente.

Aunque cada hombre que entrevisté lo expresó a su manera, el mensaje fue siempre el mismo: «Nos gustan las mujeres *con garra*». En todos los casos, dos cosas quedaron claras: que ellos usaban el término *reto mental* en asociación con una mujer no rogonas y que empleaban la palabra *cabrona* como sinónimo de *reto mental*. Y esta característica es la que consideran la más atractiva de todas.

Al hablar con ellos sobre el *reto mental*, los hombres me entendían al instante. En cambio, muy pocas entre los cientos de mujeres que entrevisté comprendían lo que yo quería decir. Solían relacionar ese término con la inteligencia, no con el hecho de no ser rogonas. Estas entrevistas no sólo confirmaron algo que ya presentía, sino que, además, me afianzaron en mi propósito: pensé que algo tan *obvio* para los hombres no debía seguir siendo un secreto para las mujeres.

Este libro trata justo de los temas que los hombres no tocan. Un hombre nunca te dirá: «No deberías ser tan abnegada», «No digas que sí a todo», «No hagas girar tu vida alrededor de mí». Este libro es necesario porque *los hombres no explican esas cosas a su pareja*.

Los capítulos siguientes te transmitirán un mensaje muy claro: que en el amor, el éxito no depende de la apariencia, sino de la actitud. A los medios de comunicación les gusta hacernos creer otra cosa. Una adolescente lee en una revista: «Llama la atención de ese chico...» con cierta prenda o apariencia. «Este color de uñas o aquel lápiz labial lo volverá loco». ¿Qué aprende ella de esto? A obsesionarse con la aprobación de los hombres.

Lo mismo puede decirse de la visión de la edad en los medios. Cuando esa adolescente se convierte en una veinteañera segura de sí, los medios la bombardean con imágenes negativas sobre la edad. El mensaje es en este caso: «Dos arrugas y una estría, y serás mercancía “rebajada” de la temporada anterior». ¿Qué aprende ella de esto? A obsesionarse con la reprobación de los hombres.

¿Cuál es entonces el mensaje de este libro? Que para tener siquiera un mínimo de autoestima se necesita algo de irreverencia. No irreverencia hacia los demás, sino hacia lo que piensan. La cabrona es una mujer fuerte que saca buena parte de su empuje de su capacidad para pensar por sí misma,

particularmente en un mundo que todavía enseña a las mujeres a ser abnegadas. Esta mujer no cumple normas ajenas, sólo las propias.

Es una mujer que opera bajo sus reglas, y que tiene una sensación de seguridad, libertad y poder. Y es precisamente esta sensación la que espero que todas las mujeres experimenten al leer este libro.

La mujer con experiencias positivas con los hombres posee las cualidades sutiles que explicaré en estas páginas: sentido del humor y un aura que comunica el mensaje «En este tren mando yo. Te diré dónde subiremos y dónde bajaremos». Esta mujer posee aplomo para hacer lo que más le conviene, y una actitud que hace saber que no está ahí por necesidad, sino por decisión propia.

Las cabronas que los hombres aman parecen despreocupadas y, sí, son ingeniosas, justo la cualidad a la que ellos atribuyen propiedades magnéticas. La diferencia es que estas mujeres no buscan esa cualidad especial fuera de sí mismas; la llevan dentro.

***Nota: algunas de las personas entrevistadas para este libro pidieron aparecer en él con otro nombre.***

# 1

## De arrastrada a *mujer ideal*

Considérate un trofeo y él querrá ganarte

El *sex appeal* es cincuenta por ciento lo que tienes y cincuenta por ciento lo que la gente cree que tienes.

SOPHIA LOREN

## ***La niña buena***

Todos conocemos «niñas buenas», las mujeres sobrecompensadoras que dan rodo por un hombre al que acaban de conocer y sin que él tenga que invertir mucho en la relación. Son las mujeres que dan ciegamente porque ansían que sus atenciones les sean correspondidas. Las mujeres que aceptan sin chistar lo que le gusta a su pareja porque quieren mantener a toda costa la relación. En un momento u otro, todas hemos sido así.

Los ridículos consejos de relaciones que las revistas de modas nos dan permiten entender por qué muchas de nosotras estamos tan impacientes por sobrecompensar: «Haz hasta lo imposible por conseguirlo, y luego prepárale un banquete... Hazle galletas de San Valentín espolvoreadas con ingredientes exóticos importados de Malasia (como Martha Stewart). No olvides presentarlas en mantelitos individuales y acompañarlas con las fresas orgánicas que tardaste dos horas en conseguir. Sírvelo todo en la segunda cita y ponte un negligé negro». ¿Qué es esto? Una receta para el **desastre**.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 1 Aquello que acosas huirá de ti.**

---

Esto es especialmente cierto al tratar a un hombre, aunque con una salvedad: si lo acosas con un negligé negro, primero se acostará contigo y después huirá.

¿Por qué un hombre escapa de una situación como ésta? Porque la conducta de una mujer así no indica que se otorgue mucho valor a sí misma. La relación es reciente, y el lazo entre ambos relativamente débil. Pero él ya es para ella su mejor carta.

El hecho de que ella esté dispuesta a darlo todo por un desconocido le hará pensar a él una de dos cosas: que está desesperada, o que acepta acostarse con un hombre a las primeras de cambio. O **ambas cosas**. El

esfuerzo extra de ella pasará inadvertido. Una vez que un hombre le pierde el respeto a una mujer por estar presta a devaluarse, también pierde el deseo de estar con ella. Con o sin negligé.

La mujer ideal, por el contrario, no se desvive por impresionar a nadie.

Y a eso se debe que los hombres no se enamoren de la que tes hace un banquete y saca la porcelana de lujo, sino de la que comienza preparándoles un solo platillo. (Palomitas). Nada de mantelitos sofisticados, con un tazón de Tupperware basta. Ella le pregunta simplemente a su huésped: «¿Prefieres la bolsa o en tazón?». Seis meses más tarde le hará una comida y le pondrá delante un plato caliente. ¿Qué se dirá él entonces? «¡Vaya! ¡Soy especial!».

Aun si lo que ella le sirve es un espagueti a la boloñesa conseguido en la tienda de la esquina, él dirá: «¡Es la mejor pasta que he comido en mi vida!».

Se sentirá un rey. Y la única diferencia es el tiempo y esfuerzo que tuvo que invertir primero. No recibió todo de antemano, así que lo valorará más.

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 2

**Las mujeres por las que los hombres trepan paredes no son excepcionales, sino levemente indiferentes.**

---

No se trata de engañar ni manipular a nadie, **sino de si eres rogona o capaz de demostrarle a él que serás su pareja en igualdad de condiciones. Se trata de saber si puedes *darle a respetar* en una relación.**

¿Qué pasará si le dejas ver desde el principio que estás dispuesta a hacer hasta lo imposible por él? Te creará desesperada y querrá saber hasta dónde puedes llegar. La naturaleza humana es así. Él empezará a tantear el terreno de inmediato. Entre más dócil seas, supone que más cederás. Pensará en ti como una pila y se preguntará: «¿Cuánto va a durar? ¿Cuánto provecho podré sacarle?».

Las **niñas buenas deben saber lo que las cabronas saben ya: que el ansia de complacer a un hombre hace que él te respete menos, le da el tiro de gracia al deseo que siente por ti y le pone fecha al fin de la relación.**

Para la mayoría de los hombres, una mujer que hace circo, maroma y teatro para halagarlos no ofrece ningún reto mental. Las mujeres inteligentes suelen equivocarse al creer que por tener un título universitario, poder sostener un debate político y poseer nociones de empresas de mediana

capitalización pueden ser un estímulo mental para un hombre en una cena. Pero el reto mental tiene poco que ver con la conversación. (Claro que si ella cree que Osama y Obama son la misma persona, tenemos un pequeño problema).

El reto mental tiene que ver con que partas del supuesto de que serás respetada. Con la forma como te llevas con tu pareja. Con que él sepa que no tienes miedo a quedarte sola.

La niña buena comete el error de estar disponible en todo momento. «No me gusta jugar con las personas», dice. Así, deja ver su miedo a quedarse sin su novio, y en poco tiempo él cree que la controla al cien por ciento. Éste suele ser el caso cuando una mujer se queja de que «él no me dedica suficiente tiempo. Ya no es tan romántico como antes».

La cabrona está a disposición de su pareja en forma más selectiva: a veces sí, otras no. Pero es una buena persona. O al menos tanto como para acceder *de vez en cuando* al deseo de él de estar juntos. Es decir, nada de cien por ciento de control.

¿Qué hay de la mujer que deja todo para ir a ver a su novio? También en este caso él sabe que la controla al cien por ciento. Luego de un par de citas, él sale con sus amigos, regresa a medianoche, le llama y ella sale corriendo a verlo. A una mujer que sube a su auto a medianoche para ir a ver a un hombre lo único que le falta es un letrero en el techo que diga: «llame... ¡NOSOTROS VAMOS!».

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 3

**Una mujer brinda un reto mental si un hombre no siente que la controla al cien por ciento.**

---

El tiempo que pasas con tu pareja también dice mucho. A la semana de haber conocido a su novio, la niña buena se aburre de lo lindo en una silla mientras él hace algo que le interesa, ya sea ver un encuentro deportivo en la tele, limpiar su equipo de pesca, tocar la guitarra o arreglar su coche. Ella está fastidiada, pero no dice ni pío. Se resigna a perder el tiempo con tal de estar a su lado.

En cambio, la cabrona pía en exceso. De hecho, no deja de repelar un solo instante. Esto no está nada mal, porque entonces él sabe que no puede atropellarla. Pero recuerda: el reto mental tiene poco que ver con la

combatividad verbal, y mucho con tus actos y cuánto estás dispuesta a *ceder*. Si, por ejemplo, eres de piel, ojos y cabello oscuros pero te aclaras el pelo y las cejas porque él te dijo que le gustan las rubias, sentirá que te controla al cien por ciento.

Dicen que a los hombres se les conquista por la boca. Cierto, pero esto no quiere decir que debas esclavizarte seis horas para hacerle de comer al tuyo. Ya sea que coman fuera o pidas comida preparada, saciarás su boca, y tendrán amor a montones. Por regla general, si el platillo está caliente, él se lo comerá. Lo demás es una pérdida de tiempo.

A las mujeres se nos condiciona a no valorarnos. Sigo esperando encontrar una revista para hombres que incluya un artículo sobre cómo prepararle un banquete a una mujer. A lo más que llegan esas revistas es a instruir a los chicos en la sección de fisicoculturismo que mezclen un par de claras de huevo con un poco de germen de trigo.

Toco el tema de la cocina porque es una de las muchas maneras en que las mujeres dan de más. Esto no quiere decir que debas dejar de cocinar. Podrías desear hacerlo en el primer aniversario de tu relación, o para darle gusto a tu pareja en su cumpleaños.

Y vaya que se lo darás preparándole de comer entonces, siempre y cuando se lo haya ganado. Pero no será así si lo haces de buenas a primeras. Como éste es un libro para mujeres, faltaría a mi deber si no incluyo recetas para las primeras semanas de una relación. A diferencia de las de Martha Stewart, sin embargo, las que ofrezco a continuación son fáciles de recordar. Ni siquiera tendrás que anotarlas en un recetario.

## ENTRADA

### ***Palomitas á la carte***

Recomiendo este platillo por ser fácil y rápido de preparar. Mete la bolsa al horno de microondas. Una vez que todos los granos de maíz hayan reventado, sácala con cuidado, porque estará muy caliente. No olvides ponerte un guante de cocina y un delantal, y usar una palita para extraer la bolsa del horno. Esto no sólo impresionará a tu invitado, sino que te hará parecer una experta.

Si ves que se te quemaron las palomitas, fíjate dónde. Si están negras las de arriba, tira esa parte y vacía el resto en un tazón. Sirve la parte amarilla a tu invitado, y la próxima vez ajusta el tiempo en el horno.

Rinde una porción y media. (Más que suficiente).

PLATO FUERTE  
***Vienesas gourmet***

Pon a hervir agua en una olla y deja caer dos salchichas vienesas. Cuécelas cinco minutos hasta que endurezcan, o estén casi ***al dente***. Sirve a tu huésped una bebida refrescante (Kool-Aid) y mándalo a la terraza a disfrutar de la vista; bien dicen que la atmósfera es lo que cuenta. Sin que él te vea, rebana y corta en cubitos las salchichas, y ensarta un palillo en cada trozo. A la manera de Martha Steivart, podrías expresar espléndidamente tu creatividad con un extenso surtido de palillos de colores. Acompaña las salchichitas con dos salsas succulentas, dispuestas una junto a la otra: catsup y mostaza. Y nunca llares «salchichas rebanadas» a este plato, sino «vienesas *gourmet*».

Ofrece como postre un pastelito de chocolate (de la tienda) con café (instantáneo). Una pastilla para el aliento es siempre un elegante toque final. Te recomiendo un dulce de menta, menta verde o Trident.

Sabrás que tu cena fue todo un éxito si la próxima vez que lo veas él insiste en comer fuera Jamás lo oirás preguntar de nuevo: «¿Qué hay de cenar?».

Si pasado un tiempo comete el desliz de pedirte de comer, proponte tu especialidad: palomitas, salchichas y pastelito de chocolate con café y Kool-Aid. Y empieza a arreglarte de inmediato, porque tendrás reservaciones en una hora.

La cabrona no pasa días enteros perfeccionando sus habilidades de «tumbahombres». Al comienzo bastará con que sea buena compañía. Esto será suficiente hasta que él se gane el lugar más alto en el yate.

En esta primera etapa presta atención y toma nota de lo siguiente: si él no está dispuesto a mover un dedo durante el cortejo, demuestra de antemano que no tiene qué ofrecer a futuro. Esto no tiene nada que ver con tu valor como persona, y mucho con lo que él está en posibilidad de brindarte. Pero también tiene que ver con tu actitud. ¿Te empeñas en exceso? Si él tiene mucho que ofrecer pero tú no le permites exponerlo, no tendrá otra opción que replegarse. Cuando una niña buena da de más, dice con su conducta: «No

te basta con lo que yo te puedo ofrecer y lo que soy». La cabrona transmite un mensaje muy diferente: «Te basta con lo que soy. Tómallo o déjalo». Y ahora, una comparación:

### NO TE BASTO

Ella llama seguido y le dice: «Háblame».

Ella está siempre a la mano, como una aprendiz de azafata.

Ella sugiere que su meta es una relación antes siquiera de conocerlo bien.

Cuando él llama, ella le reprocha que no lo haya hecho antes.

Es ella quien suele ir a verlo.

Ella pregunta: «¿Adónde va nuestra relación?».

Ella dice que quiere ser madre.

Ella pregunta por la ex.

**UNA = ARRASTRADA**

### TE BASTO. TÓMALO O DÉJALO

Ella le llama cuando se desocupa.

Se ven en momentos apropiados para ella.

Ella sale a divertirse, no a hacer promesas a desconocidos.

Él le llama para saber dónde está, y se pregunta por qué no está con él.

Es él quien pasa por ella, o quien se desvía de buena gana por ese motivo.

Él ignora adónde va la relación, y ella deja las cosas así.

Ella no recuerda el apellido de él.

Él menciona a su ex, ella mira el reloj

**LA OTRA = MUJER IDEAL**

Los cimientos se ponen desde el principio. Desde el primer día, él intentará conscientemente (sí, conscientemente) deducir cuáles son los parámetros, y **determinar el provecho que puede sacar de la situación**.

El protocolo telefónico también es revelador. ¿Esperas a saber de él antes de hacer planes? ¿Te enojas si no te llama, se reporta o se presenta según lo acordado?

De ser así, no le estás dando una lección de puntualidad, sino demostrándole que te controla al cien por ciento, lo cual no es un mensaje pertinente para alguien que acabas de conocer.

Es un hecho que la mayoría de los hombres no llaman a propósito, para ver ***cómo reaccionan las mujeres***. Cuando una mujer está alterada, es fácil tomarle la lectura. Gracias a este indicador, a él le basta con distanciarse un poco para saber cuánto desea o necesita ella la relación. Así que olvídate de las teorías de las revistas de por qué los hombres no se reportan.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 4

### **Los hombres no llaman a propósito, para ver cómo reaccionas.**

---

Todos los hombres tantean el terreno para saber qué provecho pueden sacar. Puedes ver lo mismo en la conducta de los niños, e incluso en la de las mascotas. Es algo normal.

Los hombres también se distancian para buscar confirmaciones. Ninguno te dirá: «Debo saber a qué atenerme contigo», sino que se distanciará para ver cómo reaccionas. Si reaccionas emocionalmente, él tendrá una sensación de control. Y si haces esto con frecuencia, dejará de verte como un reto mental. Si, por el contrario, no siempre puede predecir cómo vas a reaccionar, seguirás siendo un reto para él.

Ese alejamiento también le da a él algo muy importante: espacio para respirar. Si no sabes de tu novio durante más tiempo que de costumbre, hazle ver que eso no te molesta en lo más mínimo. Esto le hará dudar de que lo extrañas (es decir, de que «lo necesitas») cuando no está contigo. Y le dará una razón para buscarte, porque no te percibirá como rogona.

Evita preguntar: «¿Por qué no me has llamado?» o «¿Por qué no he sabido de ti en una semana?». Si finges no haber notado eso siquiera (porque, cuando estás divirtiéndote, el tiempo se te vuelve agua), él vendrá a ti. ¿Por qué? Porque no sentirá tener un control de cien por ciento sobre tu persona.

Una popular revista para adolescentes les dio hace poco este mal consejo: dejar notas en lugares imprevistos, como la mochila o el casillero de él, o escribirle un poema y fijarlo en el limpiaparabrisas de su coche. Por si esto no bastara para dar el tiro de gracia a su antojo, también les aconsejó

sorprenderlo «con una pizza entregada a domicilio». Si juntas todo esto, ¿qué obtienes? ¡Una receta mágica para que se convenza de que lo acosas!

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 5

**Si dependes de él de inmediato, perderá interés en ti. Pero si no puede tenerte, será un reto conquistarte.**

---

Insisto en que no se trata de engañar a nadie, sino de comprender la naturaleza humana y actuar en consecuencia. Un hombre querrá siempre lo que no puede tener. Cuando conoce a una mujer que se muestra indiferente, ganar su afecto se vuelve un reto para él.

Si, en cambio, trata de hacerla sentir insegura pero ella conserva su dignidad y orgullo, la dinámica cambiará de repente. El hombre mismo que antes huía de las relaciones se convertirá en su más ferviente partidario. Empezará a fantasear con que la cabrona le haga de comer, le doble los calcetines o lo persiga. Pero si una mujer depende de un hombre **desde el comienzo**, él no valorará nada de esto.

Otro error que una mujer puede cometer es rebajarse. En una cita nunca menciones la cirugía plástica que te gustaría practicar o el peso que querrías perder. No hables de más por la mera razón de que él te haya hecho un cumplido. En una ocasión como ésa debes mostrarte totalmente segura de ti misma.

¿Cuál es la actitud correcta? «Ésta soy yo, en todo mi esplendor... y nada podría ser mejor que lo que ves». No gastes una fortuna en terapeutas. Repítete eso hasta que te convenzas de que es cierto. A la larga lo creerás, y también él.

¿Humildad? ¡No te preocupes! Es una afección tratable, un problema técnico de la mente. Si te sorprendes mostrándote modesta o humilde, corrige el problema de inmediato. Vuelve a tu certeza de que eres un buen partido. Punto. Se acabó. Caso cerrado. Si a alguien no le gusta tu seguridad en ti misma, es su problema. ¿Por qué? **Porque siempre irás un paso adelante de él.**

Un ejemplo: ¿alguna vez has oído decir a un hombre que todos sus amigos le envidiaban su exnovia? La pondrá a tal punto por las nubes que cuando al fin veas una foto te quedarás atónita. Querrás decirle: «¡Pero si parece que

hizo el papel estelar de *Lassie vuelve a casa!*». No te enojés si él se apresura a defenderla: «Se veía mejor en persona». Persiste, vuelve a la carga. «¿Se veía mejor? (Pausa). Pues la foto es espantosa». (No has dado tu brazo a torcer...).

Las mujeres debemos percatarnos de que nuestra apariencia tiene muy poco que ver con que un hombre nos considere un trofeo. En el ejemplo anterior se ponía en operación un truco psicológico simple. Ella actuaba como trofeo, y entonces pasaba algo curioso: *él se olvidaba por completo de su aspecto*.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 6

### **Un hombre adopta justo la actitud que tú tienes contigo misma.**

---

También lo contrario es cierto: una mujer hermosa puede parecerle fea a un hombre si es muy insegura.

Él te persiguió, así que le gustas. Una conducta discreta y una actitud segura lo convencerán de que eres divina.

Nunca des por hecho que no eres lo bastante atractiva, y que por tanto tienes que sobrecompensar o perseguir a un hombre. El gusto es subjetivo. La «fea» de un hombre es la «bonita» de otro. La apariencia es crucial en la primera cita. Pero que él se enamore de ti depende de tu actitud. De que te des a respetar. Y esto depende a su vez de que te respetes *a ti misma*.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 7

### **Considérate un trofeo y él querrá ganarte.**

---

Una mujer también se rebaja al compararse con otra, así que no te permitas sentirte amenazada cuando una mujer atractiva aparezca a tu lado. Si quieres lograr que una chica con seis de calificación en una escala de diez parezca como de doce, ¿qué debes hacer? Muy fácil: sentirte amenazada por ella. Si finges no verla, ella percibirá tu seguridad, y él se sentirá intrigado. Sucederá entonces otra cosa curiosa: de repente, ella dejará de verse bien. Tiene tanto poder como le das.

Un hombre llevó al box a mi amiga Samantha en su primera cita. Como de costumbre, entre un asalto y otro salió al cuadrilátero una sensual mujer semidesnuda portando el número del siguiente round. El hombre la miró, y luego se volvió caballerosamente a Samantha. Ella fingió no saber por qué había volteado a verla.

Cuando, en la nueva pausa, la mujer salió con un negligé transparente, Samantha se inclinó y le preguntó despreocupadamente a su novio si podía tomar un poco de agua de su botella. Él respondió: «¡Claro!». Mi amiga no se mostró amenazada en ningún momento. Al contrario, conservó la calma, como si aquella mujer no existiera. Al terminar el tercer asalto, él ya ni siquiera volteó a verla.

El resultado fue que se prendó de Samantha. De regreso a casa no dejó de decirle lo hermosa que era. ¡Bastaba verla...! Él estaba a su lado y no con la desnudista, que sobrecompensó para obtener una *atención efímera*.

Pero si la conducta de mi amiga fue ejemplar, la de él no fue del todo romántica. No pases por alto el hecho de que un hombre quiera llevarte en la primera cita a un sitio poco romántico. Si te lleva al box, un club de desnudistas o un lugar al que iría normalmente con sus amigos, te está diciendo que no piensa estar mucho tiempo contigo. Si te lleva a un lugar como éstos en la primera cita, no vayas a la segunda.

Si te ves en una situación incómoda, no te sientas obligada a competir con otra mujer. Además, no necesitas exhibir una gran parte de tu piel ni sentir que tienes que esmerarte para conseguir la atención sexual de un hombre. Una conocida mía se quita capas de ropa según vayan vestidas las demás mujeres en la sala. Aquí también el problema es la sobrecompensación. No hay por qué llegar a esos extremos.

No juegues la carta de la sexualidad para atraer a un hombre. No se trata nada más de excitarlo; igual puede excitarse andando en motocicleta o mientras duerme. La cuestión no es si le gustas o no, sino si le *sigues* gustando una vez que *esté* satisfecho. Ésta es la clave.

A los hombres que valen la pena les atrae lo menos, no lo más. Si ven a una secretaria bonita con el pelo recogido en un chongo, comenzarán a preguntarse de inmediato cómo se verá con el pelo suelto. Si miran a una mujer bajo cuyo suéter se mueve algo que no pueden ver, su deseo de verlo será mayor que si ella se lo hubiera enseñado de buenas a primeras. Cuando muestras tu figura sin exhibir hasta el último centímetro, «quitarle la envoltura al regalo» se vuelve mucho más emocionante. Si él tiene que

desabotonar una prenda para llegar a lo que quiere ver, se sentirá más atraído, no menos.

Los hombres suelen decir de una mujer provocativamente vestida: «No la echaría de mi cama por comer galletas». Esto es cierto hasta que se salen con la suya, tras de lo cual, con galletas o sin ellas, se van. Lo difícil no es llamar la atención de un hombre, sino **mantenerla**.

Que te des a respetar en una relación depende en gran medida de que **te respetes a ti misma**. Dar de más es dar de más e incluye todo, desde llamarle muy seguido a tu pareja hasta hacerle un banquete y vestirse provocativamente. Recuerda el dicho: «El que mucho abarca, poco aprieta».

Cosa muy distinta es que te vistas provocativamente después de un buen número de citas. Él sabrá entonces que lo haces para darle gusto. Por eso se dice que los hombres quieren una dama en la sala y una puta en la cama. Lo que les intriga es lo que no enseñas.

No te dejes llevar por los anuncios de la televisión. Una mujer que se siente segura gracias a su minifalda, una argolla en el ombligo o un vestido negro escotado no mantiene vivo el interés de un hombre. La cabrona no se vale de esas cosas para sentirse satisfecha. Se vale de **lo que es ella misma como mujer**.

«¡Él tiene que aceptarme como soy!», dice la mujer que se pasa de buena. ¿Aceptarte? ¡No, amiga! ¡Despierta! Él tendría que estar locamente enamorado de ti para hacer tal cosa. Y, además, la aceptación no tiene nada que ver con eso. Él **acepta** a una arrastrada; a la mujer ideal la **desea**. Si buscas aceptación, ve a un grupo de autoayuda. Aquí nos referimos a lo que él ansia. Todo comenzó cuando era pequeño. Cuando en navidad le regalaban algo que no había pedido, jugaba cinco minutos con aquello. El juguete que más apreció fue el que tuvo que comprar con dos mesadas, y que estaba en el anaquel más alto de la juguetería. No lo alcanzaba, pero iba a verlo sin cesar. Despertaba al amanecer para darle vueltas a la idea de cómo conseguirlo. Éste es el juguete que recordará siempre, porque tuvo que ganárselo.

## LO QUE PIENSA ELLA      LO QUE PIENSA ÉL

«Tengo que esforzarme más».

«No es mi intención jugar con nadie».

«Me gusta estar al pendiente de todo».

«Doy el cien por ciento para que esto funcione».

«Se desvive por mí porque está desesperada».

«Habla demasiado».

«Es maternal».

«Es *buena persona*, pero no hay química entre nosotros».

¿Y la cabrona? Con ella, la química sexual nunca falta.

### ***Ella tiene ese Je ne sais quoi***

***Je ne sais quoi*** es una expresión francesa que significa «No sé qué». Implica ese «algo especial» que no puede expresarse con palabras. Es aquella cualidad encantadora y escurridiza que sencillamente no puedes precisar. ¿Cómo se manifiesta este atributo? En la satisfacción de una mujer a la que es imposible hacer sentir mal consigo misma.

Esto no tiene ninguna relación con el aspecto personal; a mujeres preciosas las dejan todos los días. Tampoco se asocia con la inteligencia; a mujeres de todo tipo, desde brillantes hasta de CI equivalente al de una planta, les pasa a diario lo mismo. Es algo que tiene que ver con el misterio, y con aprender a causar intriga.

Cuando pierdes tu **garra**, la relación pierde **ardor**. Imagina a tu pareja como el cerillo. Tú eres la cinta de fósforo que enciende la flama al costado de la cajetilla. Cuando a esa cinta le falta aspereza y se vuelve plana, conseguir una chispa cuesta mucho.

Por ejemplo, un hombre podría decir: «Creo que necesito algo de tiempo para pensar». La mujer que se pasa de buena responde entonces: «¡Por favor no me dejes!». La cabrona, en cambio, se ofrece a ayudarlo a empacar. ¿Por qué? (Elige **A**, **B** o **C**).

- A. Porque es servicial.
- B. Porque él no sabe empacar.
- C. Porque ella se ama a sí misma.

**Pista:** la respuesta es C. Porque se ama a sí misma, la cabrona no quiere a quien no la quiere. No se prende de sus tobillos clamando piedad. Preserva su garra, gracias a lo cual él no siente ganas de irse.

El aura de ella le hace saber a él que no está tan desesperada para quererlo sin medida ni para rogarle, y que no permitirá que la saque de quicio. En ese tren manda ella. **Con toda naturalidad.** Y debe su encanto a ese donaire.

El **Je ne sais quoi** es una actitud sensual de despreocupación. No es sólo que la cabrona no lo necesite, sino que, además, apenas si repara en él.

¿Te has fijado que cuando hablas por teléfono e ignoras a tu pareja, él te besa de repente el cuello para tratar de llamar tu atención? Ignóralo y se sentirá intrigado. Hazlo el centro permanente de tu atención y escapará.

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 8

**La mayor diferencia entre una cabrona y una mujer que se pasa de buena es el miedo: la primera no teme quedarse sola.**

---

Dijo Margaret Atwood: «Como el amor, el miedo también huele». Dicen que la atracción y el temor provienen de la misma parte del cerebro. Cuando un hombre teme perder a una mujer, su atracción aumenta.

Su psique es como una planta. Necesita agua, pero también aire para respirar. Darle demasiadas seguridades a un hombre muy pronto es lo mismo que regar de más una planta: se ahogará.

Una de las cosas que las mujeres deben sacarse de la cabeza es la noción tradicional de la cabrona. Una cabrona es **buena**. Dulce como la miel. Sonríe, y es femenina. Lo único es que no toma decisiones por miedo a perder a un hombre.

La diferencia entre la cabrona y la niña buena no reside en su personalidad o actitud. No tiene que ver con que una mujer sea antipática. A una cabrona la definen sus actos, el hecho de no estar dispuesta a ceder.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 9  
**Si debe decidir entre su dignidad y una relación, la  
cabrona preferirá su dignidad.**

---

Cuando se relaciona con un hombre, la cabrona sigue siendo la misma de siempre. No pierde a sus amigos. No renuncia a su carrera ni sus aficiones. No cede todo su tiempo ni hace por su novio hasta lo imposible. Y a diferencia de la niña buena, no **tolera** que se le falte al respeto.

Además, conserva su garra y se respeta enormemente a sí misma; se aferra a la convicción de que es su amor propio lo que norma sus decisiones. Como no tiene miedo, paradójicamente **le da miedo perderse a sí misma**. Como no necesita a nadie, necesita de ella. Como no depende de él, él empieza a depender de ella. Es como un imán al revés. La persona menos dependiente en la relación atrae automáticamente a la otra.

### ***La cabrona «nueva y mejorada»***

Concluyamos este capítulo redefiniendo el término **cabrona**. Concíbelo como una expresión de afecto. Cabrona no es la mujer que habla con tono áspero. No es la mujer tosca o ruda. Es cortés, aunque franca. Se comunica claramente con un hombre, tal como ellos lo hacen entre sí. Por eso a los hombres les resulta más fácil tratar con ella que con las mujeres que hablan a tontas y a locas o que son demasiado emocionales, porque las chicas sensibles los confunden. La cabrona sabe qué le gusta y puede decirlo sin rodeos. Por lo tanto, tiende a lograr lo que quiere. He aquí las diez características que la definen.

**1. *Mantiene su independencia.***

Así sea directora general de una compañía o mesera de Denny's, la cabrona se gana la vida honestamente. Tiene dignidad, y no anda por ahí estirando la mano.

**2. *No acosa a su pareja.***

El sol, la luna y las estrellas no giran alrededor de él. Ella no hace cita cuando su horóscopo señala que el Mercurio de él está en órbita retrógrada con la Venus de ella. Ella no lo persigue ni vigila. Él no es el centro del universo.

**3. *Es inescrutable.***

Hay una diferencia entre franqueza e indiscreción. La cabrona es sincera, pero no lo revela todo. No pone sus cartas sobre la mesa en sentido verbal. Recuerda: lo que se tiene no se aprecia, y lo predecible aburre.

**4. *Lo deja consumirse de deseo.***

La cabrona no ve a su novio todas las noches ni deja largos mensajes en su contestadora. No se tutea con su secretaria en menos de una semana. Los hombres igualan añoranza con amor. Añorar es bueno.

**5. *Se retira en momentos penosos.***

La cabrona impide que la comunicación se vuelva desagradable y evita comunicarse cuando está alterada. Una vez despejada su mente, es breve y va al grano.

**6. *Se reserva el control de su ritmo.***

Ella se toma las cosas con calma, sobre todo cuando él quiere apresurarlas. Avanza a su paso, no al de su novio, con lo que impide que él la controle.

**7. *Conserva su sentido del humor.***

Esto le hace saber a él que la cabrona tiene criterio propio, si bien no se toma a broma una falta de respeto.

**8. *Se otorga alto valor a sí misma.***

Cuando él le hace un cumplido, ella lo agradece. No se deja engatusar por eso. No pregunta cómo era la ex ni compite con otras mujeres.

**9. *Le apasionan otras cosas aparte de él.***

Cuando el hombre sabe que no es el principio y fin de la existencia de la cabrona, la desea más. Por su parte, mantenerse ocupada impide que ella se moleste si él no está disponible. Él no tiene el monopolio del espacio en renta en la cabeza de ella. No tiene cajón

de estacionamiento ni muelle privado. Posee apenas una de esas casitas moradas junto a la señal de «Siga».

**10. *Trata su cuerpo como un mecanismo finamente ajustado.***

La cabrona protege su apariencia y salud. El respeto de una persona por sí misma se refleja en su aspecto físico. Si él le dice que no le gusta su lápiz labial rojo, ella lo usa de todas maneras, si así lo desea.

## 2

### Por qué los hombres *prefieren* a las cabronas

El código descifrado: lo que toda niña buena debe saber

¿Felicidad? Un buen puro, una buena comida, un buen puro,  
una buena mujer... o una mala. Depende de cuánta felicidad  
puedas resistir.

GEORGE BURNS

## ***La emoción de la caza***

Todos conocemos «niñas buenas», las mujeres sobrecompensadoras que dan rodo por un hombre al que acaban de conocer y sin que él tenga que invertir mucho en la relación. Son las mujeres que dan ciegamente porque ansían que sus atenciones les sean correspondidas. Las mujeres que aceptan sin chistar lo que le gusta a su pareja porque quieren mantener a toda costa la relación. En un momento u otro, todas hemos sido así.

Las mujeres debemos entender que los hombres adoran la «emoción de la caza» y que son muy competitivos. Les gustan las carreras de coches, los deportes y la cacería. Les gusta arreglar y resolver cosas, y les encanta perseguir.

El juego del gato y el ratón que a nosotras nos exaspera, a ellos les apasiona. Ésta es una diferencia básica entre los sexos. Para una mujer lo más importante suele ser cumplir su meta de una relación comprometida. Pero para un hombre lo más divertido es el trayecto a esa meta.

La cabrona sabe que cuando un hombre quiere algo, lo perseguirá, lo que le hará desearlo más todavía. Y si no lo consigue de inmediato, su ansia aumentará. Su blanco cautiva su interés y excita su imaginación. Una mujer que se pasa de buena arroja un balde de agua fría a este proceso. Un hombre tiende a aburrirse cuando no ha puesto mucho de su parte.

Nadie respeta un regalo o una dádiva en ninguna faceta de la vida. A un hombre no le atrae que una mujer se acueste con él a las primeras de cambio. Muchos de mis entrevistados dijeron no disfrutar mucho del sexo cuando lo obtienen con facilidad.

Es como el blackjack. Si un individuo gana en grande de buenas a primeras, la noche ha terminado para él. Pero cuando la victoria se conquista poco a poco, la cosa es muy distinta. Él gana un par de manos y pierde otras tantas. Para ese momento no se retiraría por nada del mundo, porque cree estar a punto de volver a ganar. Casi puede sentirlo. Su naturaleza competitiva innata lo acicatea, y lo obliga a quedarse a dar la batalla. Y si está perdiendo, luchará con más fuerza aún.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 10  
**Conquistar a una mujer que no se rinde fácilmente  
ni parece dócil ni sumisa es muy estimulante para  
un hombre.**

---

Otro ejemplo es el hombre que sale a cazar con sus amigos. Durante una semana duerme en un *sleeping bag* asqueroso, es devorado por mosquitos y come cosas que un preso no se atrevería a tocar. ¿Y todo por qué? Por el placer de la cacería. Si en verdad mata un alce, llegará pavoneándose a casa y querrá colgar la cabeza en el despacho. (¡Cuidado! El cazador se ha vuelto decorador).

Pero fíjate en esto: si dejaras un alce muerto en su puerta, no haría nada con él. Aun si fuera el mismo que él cazó, el efecto sería muy diferente. La persecución influye igual en su interés por una mujer. Para él, que una mujer lo persiga tiene el mismo efecto que dejar un alce sin vida a su puerta.

Tu objetivo al andar con un hombre no es ver cómo complicarle la existencia, sino concederle la emoción de la caza tomando las cosas con calma y dejándolo ser un hombre. Comprender su naturaleza no te será difícil, porque, como seres humanos, las mujeres la compartimos con él.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 11  
**Estar a punto de alcanzar algo aumenta un deseo  
que es imperioso satisfacer.**

---

Los hombres confiesan que desean lo que no pueden tener. La cabrona jamás les permite sentir que la tienen en sus manos. Y como nunca la prenden del todo, no dejan de perseguirla.

Así, cuando tu pareja cree estar haciendo progresos y que te tiene justo como quería, a veces es conveniente que le recuerdes, de manera amable, que no estás bajo su dominio. He aquí algunas comparaciones entre la niña buena y la cabrona.

## **SITUACIÓN 1. ÉL LLAMA CONFIANDO EN QUE ELLA ESTÁ EN CASA**

Si la niña buena va a salir, le llama para decirle adónde va y a qué hora estará de regreso.

Le dirá que puede localizarla en su celular de ser necesario.

La cabrona le hará ignorar de vez en cuando dónde está.

Por no reportarle siempre su paradero, él se preguntará si ella está fuera de su alcance.

## **SITUACIÓN 2. ÉL LE DICE QUE LLAMARÁ AL LLEGAR A CASA Y LO HACE CUATRO HORAS DESPUÉS**

La niña buena le hace saber a gritos que ya estaba preocupada: «¡Debiste llamar antes!».

La cabrona no es fácil de alterar ni de descifrar. Podría no contestar el teléfono, y él la echará de menos.

## **SITUACIÓN 3. ÉL PARECE RETRAÍDO, PENSATIVO Y POCO COMUNICATIVO**

La niña buena no cesa de preguntar: «¿En qué piensas?». Le preocupa sentirlo lejos.

La cabrona tiene sus propias preocupaciones. No se altera, lo que hace que él la busque.

## **SITUACIÓN 4. ÉL LLEGA MUY TARDE A UNA CITA**

La niña buena espera, le llama cuatro veces al celular y le dice que la debería «valorar más».

La cabrona espera media hora y se va.

La diferencia en estas situaciones no es tanto cómo lo tratas, sino cómo te tratas a ti misma. Con su conducta, la cabrona le hace saber a su novio, sin palabras, que no renunciará a su vida en beneficio de él.

**¿TE PASAS DE BUENA?**

## Cuestionario rápido

1. ¿Te sientes culpable cuando dices que no, o dices que no y luego dudas de haber hecho bien?
2. ¿A menudo quisieras pedirle a tu pareja que te trate con respeto?
3. ¿Tienes que negociar lo que quieres o necesitas?
4. ¿Sueles reducir tus horas de sueño o tu tiempo personal para satisfacer las necesidades de él?
5. ¿Lo ves regularmente sin que él te avise con anticipación, o cuando a él le acomoda?
6. ¿Tienes que repetir cosas que ya pediste, como si nunca te pusiera atención la primera vez?
7. ¿Siempre eres tú quien se acerca o pide disculpas tras una pelea?
8. ¿Eres mucho más cariñosa que él?
9. ¿Sueles sentirte agotada después de estar con él?
10. ¿Siempre estás en necesidad de más atención o de nuevas demostraciones de afecto?

Si contestaste que sí a cinco o más de estas preguntas, estás dando mucho más de lo que recibes. exploremos por qué entregarte de ese modo no siempre es lo que más te conviene.

Las mujeres sabemos balancear entre el trabajo y la diversión. Mantenemos el equilibrio entre el tiempo con la familia y con los amigos. Entre trabajo y estudio. Pero cuando está de por medio un hombre, la niña buena pierde toda medida y hace inmediatamente de él el pastel completo. Para la cabrona, un hombre es sólo una rebanada más, así que mantiene intactas las otras.

Todo comienza en forma sutil. «¿Qué estás haciendo?», pregunta él, llamándole desde su celular. «Iba a ir al cine con una amiga», responde ella. La palabra clave es **iba** (pasado). Entonces dice él: «Podríamos vernos, si quieres». Ella hace una pausa. «Bueno».

Un hombre tratará de hacer que estés a su disposición, porque es natural que quiera facilitarse las cosas. Y lo intentará diciendo cosas como las siguientes, para que te adaptes a sus circunstancias:

- «No me gusta hacer planes».
- «Me agrada ser espontáneo».
- «No me gusta hacer las cosas a la fuerza».

Otro factor clave que distingue a la niña buena de la cabrona es cuánto cede. Está bien que seas más espontánea cuando la relación se ha formalizado y él muestra un patrón constante de interés en ti. Pero al principio, no estés permanentemente a su disposición. De lo contrario, la relación transcurrirá según sus condiciones.

La niña buena cancela sus planes con una amiga si surge una cita de última hora. La cabrona se da a respetar prosiguiendo con lo que ya había planeado. Conozco a una cabrona cuyo novio la idolatra. Si él llama y ella se está pintando las uñas de los pies, no duda en decirle: «Gracias por llamar, pero estoy ocupada».

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 12**  
**Un hombre sabe qué mujer cederá a peticiones de última hora.**

---

A veces un hombre consigue a último minuto boletos para un espectáculo, o planea una sorpresa romántica. Es espontáneo, pero su prioridad eres tú, así que su espontaneidad resulta inofensiva. ¡Qué bien que te llame seguido y quiera estar contigo todo el tiempo!

Lo que debes evitar es ir a citas fijadas a última hora, o ceder a llamadas para hacer algo porque él no planeó nada mejor. Cuando una mujer siente algo por un hombre, a veces no percibe los inconvenientes de una situación como ésa.

## EL ESPONTÁNEO QUE TE TRATA COMO SUPLENTE

Llevas dos semanas sin saber de él y de repente te llama.

Da prioridad a compromisos sociales con sus compañeros de copas.

Planea viajes con amigos y nunca te pide que lo acompañes.

Contigo está de malas y se queja de no tener más tiempo para él.

Te llama para cancelar el plan de esa noche, pero cuando más tarde llamas, te contesta el correo de voz. Él te habla al día siguiente con una buena excusa.

Nunca salen ni gasta mucho en ti. Incluso te pedirá un préstamo. Si te descuidas, acabará pagándole la universidad.

Le avisas que tienes libre una noche el fin de semana. Y aunque él también descansa entonces, no se ofrece a verte.

## EL ESPONTÁNEO QUE TE ADORA

Fija cita con anticipación, pero también quiere verte antes.

Sus amigos se quejan de su ausencia y lo fastidian, pero a él no le importa.

Insiste en que te tomes unos días de descanso para que puedan ir juntos de vacaciones.

Luce feliz en tu compañía. Su familia y amigos nunca lo habían visto tan contento.

Si tiene que cancelar, lo siente mucho, Dondequiera que haya ido, te llama al volver a casa, porque no tiene nada que esconder y quiere que sepas que es sincero contigo.

Hará lo que sea por verte sonreír.

Se ven cuando tú tienes tiempo, a menos que él tenga un compromiso de trabajo o una justificación importante.

Un ejemplo común es la típica «llamada urgida». Antes de confirmar si podrán verse, tu pareja espera a saber de otra persona. Te llama a las cinco para decirte que irá a tu casa después de bañarse. A las siete habla de nuevo, para cancelar: «Llegó de improviso mi amigo Troy». Te avisa que saldrá con él, pero que podrían verse más tarde. Llega a altas horas de la noche, y entonces te pide que vayas a verlo.

Por más que te mueras de ganas de estar con él, no vayas. En cambio, piensa **seriamente** en terminar la relación. En vez de aumentarlo, ir a su casa reducirá tu atractivo para él.

Mi amiga Crystal manejó a la perfección un caso así. Brett le llamó tarde un sábado; aunque era más de medianoche y llovía, le pidió con voz seductora que fuera a verlo a su casa: la clásica llamada urgida. Crystal llevaba dos semanas sin tener noticias suyas, porque él le había dicho que quería estar «con otras personas». Vivía además a cincuenta kilómetros de distancia.

Mi amiga contestó: «Voy para allá, tesoro. Dame cinco minutos para ponerme un liguero bajo el impermeable. Llegaré en cuarenta minutos». Le pidió también que la esperara abajo con un paraguas, para no mojarse en el trayecto del coche a la puerta de su edificio. Tres horas más tarde, Brett tuvo una revelación inesperada: la presa no llegaría jamás.

Crystal oyó los mensajes de Brett a la mañana siguiente. En uno de ellos le decía que tenía gripa por haberse mojado esperándola. (No fue culpa de mi amiga; Brett habría podido ponerse una inyección antes de acostarse).

¿No te digo que la cabrona es buena? Dulce como la miel. Aunque es cierto que no hay abeja sin aguijón. Esto significa que la cabrona no tiene que dar explicaciones obvias cuando un hombre es irrespetuoso. Una relación no puede sostenerse en groserías. El hombre de primera no quiere a una mujer para pisotearla. No tiene nada de malo respetarse a una misma, y poner condiciones.

## CONDICIÓN #1

### Él fijará cita con anticipación.

### ¿El mensaje? Tu tiempo y atención son valiosos.

Si te consideras valiosa, él naturalmente invertirá más en ti. Si, por ejemplo, llama y pregunta: «¿Cuándo nos vemos?», no digas: «**Cuando tú quieras**». No respondas: «¡Está bien!» si él sugiere el viernes, el martes o tres semanas a partir del domingo próximo.

Dile educadamente, en cambio, que tienes dos noches libres para que escoja. Tal vez elija las dos.

He aquí una situación parecida. Un médico que conozco y que acababa de poner su consultorio no quería que su secretaria dijera: «Hay muchas citas disponibles. Venga a la hora que quiera». Así, la instruyó para que contestara: «El doctor puede recibirlo a las 2:15 o las 4:15. ¿Qué hora prefiere?». La

gente valora una cita con un médico muy ocupado que accede a hacerle un lugar más que con uno siempre disponible, como tienda con servicio toda la noche.

### CONDICIÓN #2

**No lo verás si estás exhausta.**

**¿El mensaje? Él no está por encima de tus necesidades básicas (es decir, tu descanso).**

Si te dice que podrían verse a las nueve pero tú no quieres desvelarte, dile: «Preferiría que nos viéramos más temprano». Si él no puede porque saldrá tarde de trabajar, no insistas; sugiere otra noche.

### CONDICIÓN #3

**Si no la estás pasando bien o él no es una buena compañía, pon fin a la cita pretextando cualquier cosa.**

**¿El mensaje? Esperas ser tratada de cierta manera.**

Supongamos que en tu primera cita él se emborracha y se pone impertinente. Para comenzar, jamás te subas al coche de alguien que ha tomado unas copas. Lleva siempre contigo una tarjeta de crédito en el bolsillo trasero, o un billete de doscientos pesos en el brasier. Dile que debes regresar temprano a casa. Discúlpatele al baño y pide un taxi.

Mi amiga Kelly paró en seco a un hombre que muchas le habrían envidiado fijando el tono desde el primer momento. Lo hizo con sólo ser reservada. El señor era exitoso, atractivo y carismático. Vio a Kelly mientras comía en una cafetería que ella frecuenta. Acostumbrado al asedio femenino, era muy pagado de sí mismo. Kelly fue la excepción. Mientras él trataba de hacer que volteara, ella estaba absorta en su sándwich de tocino, lechuga y jitomate. Sabía que la veía, pero fingió no darse cuenta. Él regresó el martes, y el miércoles, y el jueves. Cuando al fin la invitó a salir, ella hizo una pausa antes de contestar: «Podríamos empezar como amigos, para conocernos. Después, ya veremos».

Un hombre acostumbrado a que las mujeres clamaran por él fue retado por una mujer que le adelantó que no sería fácil conquistarla. Ella *se dio a respetar* de esa manera.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 13  
**Que pongas límites indica que tienes opciones.  
De antemano te presentas como arrastrada o  
mujer ideal.**

---

La idea de los límites es novedosa para una mujer que se pasa de buena. (Tú no salgas sin ellos). No me malinterpretes: el amor incondicional es maravilloso. Pero no lo des antes de que tus condiciones se cumplan.

## ***El complejo mamá/golfa***

En el campo del psicoanálisis hay un trauma masculino que se conoce como síndrome de la virgen/prostituta. Olvidémonos de términos complicados y usemos la versión informal «mamá/golfa» para entender mejor a los hombres.

La teoría de la mamá/golfa sostiene que, para un hombre, serás o bien su «mamá» o bien su «golfa». Golfa es cualquier mujer con la que quiere tener relaciones sexuales, o con quien las tiene o ha tenido.

Lo contrario de la golfa es la mamá. Un hombre sentirá por una mujer dulce y buena el mismo afecto que siente por su madre. Como no le representa ningún reto y está siempre allí, dejará de valorarla. En tales circunstancias se oye decir a los hombres: «Es buena persona, pero no hay química entre nosotros». Así pues,

INOFENSIVA + ABURRIDA + MAMÁ = SIN CHISPA  
E  
IMPREDECIBLE + NO MONÓTONA + GOLFA = UNA BOMBA

Pero si bien a un hombre le atrae que seas independiente (pese a que no pueda ser tu dueño), intentará volverte su madre. Querrá que cocines, hagas el aseo y le laves la ropa.

Una conocida mía se libró muy pronto de lavar la ropa. Recién casada, un día arrojó a la lavadora una sudadera roja junto con toda la ropa interior de su esposo y puso el agua caliente. Ningún heterosexual que se precie de serlo se pondría jamás ropa interior rosa. Frente a aquel desastre, el esposo le dijo justo lo que ella quería oír: «¡Nunca volverás a tocar mi ropa!».

Toda niña buena debe saber que, aun si se esmera en ser un ama de casa ejemplar, su pareja querrá una golfa detrás de la puerta. Una cosa va con la otra. ¿Por qué? La sobreprotección mata el interés de los hombres. Dicen que todos buscan a su madre. Bonita teoría, pero que no implica que debas lavarles la ropa o ser su nana. Cuatro cosas hacen sentir asfixiado o sobreprotegido a un hombre, mismas que reducen su interés y lo llevan a alejarse de ti como un adolescente rebelde. De ellas se derivan las cuatro cosas que una mamá no debe hacer:

- No lo vigiles ni le pidas reportarse.
- No supongas (sin pedírselo antes) que pasará contigo todo su tiempo libre.
- No le pidas que justifique el tiempo en que no está contigo.
- No lo abrumes de atenciones al punto de que no tenga que buscarte.

Jamás lo acorrales. Supongamos que acaba de hablar por teléfono con su tía Mae, de quien no sabía hace mucho. Si empiezas a interrogarlo de inmediato o le exiges saber con quién hablaba, te pondrás simbólicamente el delantal y asumirás el papel de mamá. A la manera de un adolescente, él se rebelará.

Las mujeres decimos sin darnos cuenta muchas cosas que parecen maternas: «Deberías descansar un poco», «No llegues tarde», «Llámame cuando regreses», «No te vayas con el estómago vacío». Esto hace sentir **castrados** a los hombres. Como si tuvieran dos años y les dijéramos: «Si duermes tu siesta, te daré de premio una galletita».

Pedir a un hombre que te dé explicaciones o se reporte contigo es acto propio de una madre. Tal vez él llegó media hora tarde a su casa, o un amigo le estaba ayudando a arreglar la podadora, o se tomó una cerveza con él en el coche. Tan pronto como vea que debe darte explicaciones, sentirá que ha perdido su libertad. Entonces inventará una historia para ocultar algo que no tiene por qué esconder, con objeto de proteger su «territorio». Y se sentirá acorralado.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 14  
**Si lo asfixias, se pondrá a la defensiva y buscará  
una salida para proteger su libertad.**

---

No le hagas sentir que debe pedirte permiso para sus actividades habituales. Vigilarlo es degradarlo. No le des la sensación de que está **bajo un microscopio**. Se sentirá controlado y querrá huir.

Si ya se le hizo tarde para ir a trabajar y apenas se está afeitando, no te metas al baño a apurarlo. No revises la guantera de su coche. No oigas a escondidas sus conversaciones telefónicas. No tomes posesión de su cocina ni dejes cosas de mujeres en su baño, como si marcaras tu terreno. No le pidas que esté contigo todo el tiempo ni le digas que lo extrañas dos horas después de haberte separado de él. De lo contrario, **se sentirá sutilmente perseguido**.

No le digas cosas como «Fájate la camisa», «Ve y lávate las manos» o «vete a peinar». No le preguntes tres veces seguidas si tiene hambre ni lo atiendas en todo, a menos que esté enfermo (aunque no olvides que un resfriado no es una enfermedad terminal).

No planees todos tus fines de semana con él, porque tendrá que pedirte permiso para ir a pescar; déjalo atrapar a gusto un par de peces. De no ser así, comenzará a faltar a sus citas. ¿Por qué? Porque actuará como un adolescente rebelde a quien mamá le ha puesto un toque de queda. Y lo hará a propósito, para que no te acostumbres a **decirle** lo que tiene que hacer.

Cuando estar juntos es una obligación, has convertido un placer en deber. Si eres simpática pero das de tu parte para imponer compromisos a tu pareja, tal exigencia de reciprocidad lo hará alejarse. Si tiene la impresión de que **debe** estar contigo, lo sentirá como tarea. Cuando estar a tu lado no es una obligación, experimentará placer.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 15  
**Un hombre resiente que una mujer le exija  
demasiado.  
Déjalo dar libremente lo que quiera y conócelo  
mejor por ello mismo.**

---

A los hombres les gustan las cosas difíciles. Les gusta manejar coches estándar. Saltar desde aviones. Escalar montañas. Hacer lo imposible. Así, si tienen que hacer un gran esfuerzo para estar a tu lado, se sentirán felices. No lo experimentarán como deber.

Esta teoría se aplica a todo: llamadas telefónicas, tiempo en común, sexo y si se reportan o no al fin de la jornada. Si haces sentir a tu novio que dispone del espacio necesario para hacer sus cosas, te deseará siempre. Serás su pareja, no su madre. Te verá como un privilegio, no como una obligación, y te buscará.

## ***Se prohíben las jaulas***

En cuanto un hombre se siente vulnerable, teme ser devastado emocionalmente. Una niña buena podría figurarse que él es «para siempre». ¡Dios la libre de soltar un par de veces la palabra **relación!** Él creará de inmediato que quiere pescarlo y tener hijos. ¡Dios te libre de conmoverte al ver un bebé! Él tendrá pesadillas y verá eso como una señal de alarma para reforzar las prácticas de control natal entre ustedes.

Los hombres suelen decir: «Quiero dejar abiertas mis opciones» o «No me gustan las amarras». O emplear palabras burlonas, como **grillete** o **mandilón**. Mi expresión preferida es aquella que revela en términos inequívocos exactamente de cuál parte de su cuerpo lo tienes agarrado.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 16

**Una cabrona concede amplio espacio a un hombre  
para que no tema sentirse atrapado en una jaula.  
Él intenta entonces atraparla en la suya.**

---

Los hombres tienen mucho miedo de perder su libertad. La idea de estar sujetos a una mujer les causa pavor. Si una chica les hace sentir que deben comportarse como novios serios, saldrán corriendo. A una niña buena le bastan un par de citas para hacerlos sentir atrapados. Se pone en marcha entonces el «régimen carcelario».

## LO QUE ELLA DICE...

«Así sea por pura educación, avísame dónde estás en las noches».

«Me molesta que no me llames cuando no nos vemos».

«¡Veámonos! ¿Para qué necesitas a tus amigos si me tienes a mí?»

«Me gustaría que nos casáramos y que fuéramos padres dentro de un año».

## LO QUE ÉL OYE

Salidas limitadas bajo supervisión, seguidas de hora de registro con el carcelero.

El *tintineo* de las llaves de su grillete.

¡«Luces apagadas y puertas con llave» en quince minutos!

Nada. (El preso se ha dado a la fuga.)

De repente, *¡pum!*... la magia se ha esfumado. A él le aterra la idea de verse apretujado en una celda. La cabrona, por el contrario, es distante, así que no da la impresión de querer quitarle su libertad o apresarlo. Ésta es una de las principales razones de que le atraiga.

Considera estas preguntas:

- ¿Has notado que jugar almohadazos con tu pareja los excita a ambos?
- ¿Que si forcejeas en broma con un hombre, se calienta?
- ¿Que les gusta que los pongas en su lugar cuando se pasan de la raya?
- ¿Te has puesto a pensar alguna vez por qué los hombres que no te interesan no cesan de perseguirte?
- ¿Te has dado cuenta de que si sales con alguien a quien no le haces caso, parece más intrigado y te persigue más todavía?
- ¿Has notado que tu novio se pone celoso cuando juegas con tu mascota?

Para entender estos hechos, debemos dirigir nuestra atención donde está la respuesta: The Animal Channel.

Los hombres son cazadores y, como cualquier animal rapaz, se obstinan en someter a su presa mientras más se les resiste. A la mayoría les atraen las cabronas porque derribar a una mujer poderosa es muy emocionante.

Veamos las aplicaciones prácticas de esto. Nancy tomaba un curso nocturno de posgrado y se interesó por un compañero. Él se sentaba cada vez más cerca de ella, hasta que por fin la invitó a salir. Ella le dijo: «Sí, gracias.

Pero mientras estemos en este curso, me gustaría que nuestro trato fuera estrictamente profesional». Había mucha química entre ellos, así que este comentario no disuadió al chico. Más bien, puso en movimiento la Operación Conquista.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 17

#### **Si le dices que no te interesa una relación, tratará de hacerte cambiar de parecer.**

---

Para disipar sus temores, dile que no te interesa algo «serio». En tanto parezcas interesada en él, seguirá persiguiéndote. Se creará capaz de convencerte de un compromiso, porque a los hombres se les condiciona a relacionarse con mujeres inclinadas a tal cosa. Pero como tú no pareces querer esto, el programa carcelario se vendrá abajo. Él no sabrá qué esperar.

### **COSAS QUE PUEDES DECIR PARA QUE NO SE SIENTA ENJAULADO**

En la primera cita, dile que por lo pronto no deseas una relación seria. (Claro que esto puede cambiar).

Si trabajan juntos, dile: «No creo que sea buena idea mezclar los negocios con el placer». (Necesitas que te persuada un poco).

Si no viven en la misma ciudad, dile: «No estoy segura de que el amor de lejos dé resultado». (Aunque vale la pena intentarlo).

Es así como tomas el control de un tren que él querrá abordar. Si él manejara, no habría «emoción» ni «persecución». Pero como lo haces tú, el viaje se vuelve divertido, porque él no sabe qué pasará. (Te aseguro, amiga, que sería muy egoísta de tu parte **no** concederle ese gusto).

También lo contrario es cierto. Si, por ejemplo, él **no** te agrada y ya no quieres que te llame, prueba esto: «¿Bebés? ¡Ay, sí, los adoro! Quisiera tener al menos media docena. Y como el tiempo se me acaba, me gustaría tenerlos

pronto. Muy pronto. Seis en los próximos cuatro años...». No pares de hablar del tema.

Éste es el método perfecto para aquel chico agradable que no te interesa pero que no quieres lastimar. Es la forma ideal de deshacerte de él. «¿Pañales? Pronto les hallarás la maña. Y no te preocupes... ¡te acostumbrarás al olor de la popó! Todo acabará en cuanto dejen de usar los pañales...». Sólo toma la precaución de decírselo en una planta baja, para que no pretenda saltar por el balcón. (También evita ventanas abiertas y grandes alturas).

Si no lo haces sentir preso, te perseguirá. Imagínalo como un perro asustado. Al final bajará la guardia y se acercará. Pero si cargas contra él o intentas acorralarlo, echará a correr.

Esto también contribuye a explicar por qué los hombres prefieren a las cabronas. Cuando conocen a una mujer inaccesible, tienen un pretexto para no acercarse demasiado. «Es una cabrona, así que lo nuestro no puede ir en serio; sólo me divertiré un rato», se dicen. Diversión es igual a libertad. Hasta que se encariñan, ya que entonces es jaque mate. Los hombres no toman la **decisión** de enamorarse. Les pasa por accidente. Por eso se acuñó la expresión **caer en las redes** y se dicen cosas como «Ya cayó. Había hecho un plan... pero no tuvo suerte».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 18

**Da siempre la impresión de que hay espacio de sobra. Esto lo hará bajar la guardia.**

---

Entre más se relaje, menos aprensivo estará, y será sólo cuestión de tiempo antes de que le sea imposible retroceder. Si está locamente enamorado de ti, no tendrás que preguntar: «¿Adónde vas?» o «¿Qué estás haciendo?». Te dirá cuanto **quieras** saber, y lo hará por gusto, no a fuerzas. Igualmente, cuando salga con sus amigos, ansiará volver a tu lado.

### ***El poder de elegir***

¿Quién podría olvidar la escena de *Coming to America* (Un príncipe en Nueva York) en la que Eddie Murphy, el príncipe, se para frente al altar donde va a casarse con su bella novia en un matrimonio arreglado? Antes de la ceremonia, la mete a un cuartito y le pregunta: «¿Qué te gusta?». Ella responde: «Lo mismo que a ti». Luego le pregunta qué le gusta comer. «Lo mismo que a ti». Todas las respuestas son igualmente obsequiosas. Así que él le pide que ladre como perro y brinque en un solo pie. Cuando la novia lo hace, él se da cuenta que no puede casarse con ella.

Un hombre busca a una mujer con criterio propio. Con **opiniones** propias. La manera en que haces valer tu opinión le revela si eres segura de ti misma. Que puedes cumplir tu parte del trato. Si él te sale con tonterías, respóndele con tonterías. Los hombres respetan a una mujer con la que pueden «intercambiar golpes», **capaz de defenderse**.

No siempre tienes que estar de acuerdo con él en todo. Un hombre se enamora de una mujer cuando siente que encontró «la horma de su zapato».

Si estás convencida de algo, no temas decirlo. Cuando él te pregunta: «¿Qué película te gustaría ver?», no respondas siempre que la que él quiera. Podrías decirte: «Ya vimos dos de pistoleros, así que esta vez nos toca una romántica». A los hombres tes atrae una mujer que dice lo que piensa. Como nos recomendó un hombre casado: «Vístanse a veces para salir y ordénenle que se quede en casa con los niños. No se lo pidan: **ordénenselo**».

Otro me dijo algo más punzante aún: «No creo que a la mayoría de los hombres les importe que su mujer lleve los pantalones en casa, siempre y cuando nadie lo sepa».

Así que inicia tu noviazgo reclamando tu voz. Que no parezca que no tienes carácter. ¿Recuerdas la escena de *When Harry Met Sally* (La fórmula de la felicidad) en la que Meg Ryan tarda una hora en ordenar un sándwich? Ten una opinión. Declara tus preferencias. Sé cortés, pero no tengas miedo de expresarte.

Supongamos que estás en el videocentro con tu novio, decidiendo entre dos películas por rentar. No elijas la que ya viste. «La volveré a ver si tú no la has visto». ¡Despabílate! «Hay muy buenas películas. ¿Qué tal si llevamos una que no hayamos visto ninguno de los dos?».

Si él sugiere comida india y a ti no te gusta nada, dile: «Acaban de abrir un restaurante aquí junto». Demuestra que no temes hacer sugerencias ni tomar la iniciativa. Da por sentado que un hombre desea ser un caballero. Y que por lo tanto quiere **complacerte**.

La cabrona requiere situaciones ambiguas, mientras que la niña buena, no. Si un hombre insiste en elegir la película o restaurante sin tomarla en cuenta, ella romperá con él. No importa que la comida sea china o italiana, o que prefiera una película sobre otra. Lo importante es que él manifiesta que es egoísta. Éste es un defecto de carácter que la cabrona no tolerará.

He aquí un ejemplo muy simple, pero significativo. Mi amiga Anna, que es sueca, salió a cenar hace poco con un pretendiente, el cual ordenó langostas. El mesero las llevó vivas a la mesa y preguntó: «¿Están bien éstas, señor?». Mi amiga no es vegetariana, pero de niña tuvo un par de ranas como mascotas, así que se alarmó al ver que las langostas pateaban aún. Le dijo a su novio: «No estaría tranquila en cinco minutos sabiendo que están cocinando vivas a esas criaturas», e insistió en que cambiara la orden. Anna habría apostado los ahorros de toda su vida a que el tipo no volvería a llamarle, pero lo hizo. Le habló casi a diario durante una semana. Le agradaba la langosta, pero más todavía complacerla. Eso es ser un caballero. No te estoy sugiriendo probar este truco en casa, pero ser como mi amiga es mucho mejor que parecerse a la novia de Eddie Murphy y decir: «Quiero lo que quieras».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 19  
**Si a algo le teme, es a que dependas  
emocionalmente de él más de la cuenta.**

---

No es que a los hombres les gusten las mujeres que refunfuñan todo el tiempo o se quejan de todo. Quieren una mujer que no tema discrepar ni expresar su opinión.

Cuando él te pregunte en la primera cita: «¿Qué te gusta hacer?», no te encojas de hombros para responder: «Cosas». No te sientas obligada a decirle que te echarás del bungee, subirás montañas y llegarás a casa a tener sexo toda la noche. Pero enséñale que tienes apetito por la vida. **Por tu vida.**

Todo depende de cómo describas las cosas. «De vez en cuando (**bostezo**), tomo un libro». Esto no es lo mismo que «Estoy leyendo un libro **buenísimo** de Simone de Beauvoir. Es una autora fabulosa».

Para entender por qué los hombres les huyen a las rogonas, considera este ejemplo: ¿alguna vez has tenido una amiga que sólo se aparece después de haberse peleado con su galán en turno? Cuando está de novia, brilla por su ausencia. Pero luego de dos meses de no saber de ella, llora en tu hombro

porque la dejaron. Y después dejas de verla otro rato, hasta que vuelve a quedarse sola.

Terminarás por rehuirle, porque **no crees que contribuya** a su amistad. Lo mismo hace un hombre cuando siente que dependes demasiado de él. Si te recargas mucho, le pesarás. No es más que un ser humano, y tiene sus propios problemas. Demuéstrale que eres una pareja de verdad, o sea, que también tienes algo que aportar.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 20

**Él debe sentir que lo quieres, no que lo necesitas.**

**Sólo entonces te verá como su pareja.**

---

El mero hecho de que una cabrona pueda darse aires o ponerlo de vez en cuando en su sitio hace que un hombre tenga la impresión de que ella no está con él por necesidad. Puede valerse por sí sola. Así, en vez de sentir que ha perdido su libertad, él pensará que ha ganado una mujer fuerte. Su relación es un factor provechoso, no una obligación por cumplir.

Por eso también es tan relevante que le dejes espacio. Esto te hará parecer orgullosa, antes que desesperada. Te permitirá seguir siendo un reto para él, indefinidamente. ¿Por qué? Porque tu novio sabrá que estás con él por gusto, no por necesidad. Como persona, te sientes completa con o sin él. El mensaje más importante que debes transmitir es: independencia, no dependencia. Él verá entonces que sabes **darle a respetar**.

# 3

## La *dulcería*

Cómo aprovechar al máximo tus poderes femeninos y sexuales

El sexo es como una pequeña empresa: tienes que ver por ella.

MAE WEST

## ***Un caramelo a la vez***

Si lees la encuesta promedio de qué atrae a los hombres en una mujer, obtendrás las aburridas y predecibles respuestas básicas: «Los estudios han concluido que lo que a los hombres les gusta es... la apariencia, la química y la forma de comportarse de una mujer». ¡Vaya, qué gran sorpresa!

Luego le das vuelta a la página. «Compra un nuevo brillo de labios... Depílate las cejas para atraparlo... Aplícate tres frascos de colágeno en la boca...». Y con sólo esto lo tendrás a tus pies, ¿no es así? Pero no en *esta* vida. Volverás al punto donde empezaste, pero sin cejas.

¿Alguna vez te has preguntado por qué ese hombre tan apuesto se casó con su vecina? A ti te parece fea, pero para él es una «belleza natural». No importa si lo más que ha logrado ha sido ganar el concurso Señorita Calabaza de una granja, a los seis años de edad. Cuando se acuesta con ella, él goza como enano.

En general, una mujer hace dos cosas para que un hombre se enamore locamente de ella ***después*** de haberlo atraído. Primero, apela sexualmente a su imaginación. Segundo, espera un poco antes de consumir sexualmente la relación. Esto nos lleva a la teoría de la «dulcería»: ***no regales de golpe la dulcería entera. Ofrece los caramelos uno por uno.***

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 21

**Si a un hombre se le hace esperar para acostarse con una mujer, no sólo le parecerá más hermosa, sino que además tendrá tiempo para apreciarla.**

---

Los hombres no quieren que se sepa que, casi inmediatamente después de conocer a una mujer, la clasifican en una de dos categorías: «para pasar el rato» y «decente». Si un hombre te ubica en la categoría de «para pasar el rato», te será casi imposible salir de ella.

La cabrona no es inmoral ni más conservadora; exige que se le trate como «decente». En la mayoría de los casos, esto significa que revela poco a poco su sexualidad.

Con su conducta, la cabrona asume sutilmente «el mando del tren». Y dado que le parece un poco distante a un hombre, él sabe que es inalcanzable para muchos. De hecho, ni siquiera él mismo está seguro de poder acostarse con ella, así que apenas si puede permitirse suponer que se trata de una chica «para pasar el rato».

En términos sexuales, la arrastrada tiene más probabilidades de que se le considere «pan comido», porque tiende con mayor facilidad a acostarse con un hombre por las razones equivocadas, y anees de tiempo. Esto es así aun si parece conservadora. Así use falda larga y cola de caballo y asista a un curso para doblar servilletas, o vista ropa sensual y parezca siempre a punto de ir a una fiesta, el resultado puede ser el mismo. En cualquiera de ambos casos, si tiene relaciones sexuales con un hombre porque cree que debe **hacer eso para conquistarlo**, él se dará cuenta y le perderá el respeto.

Brad, uno de mis entrevistados, describió así esa distinción: «Hay dos tipos de mujeres sexys: las que **intentan** serlo y las que lo **son**. La mayoría de los hombres consideramos mucho más sexys a las del segundo tipo. Al principio puede parecer que no es así, porque uno tarda en darse cuenta de que la mujer que se empeña en ser sexy en realidad no lo es, y que la que no pretende serlo lo es. Esta última es a la que tomamos en serio».

Cabe señalar que Brad acaba de poner fin a sus estudios universitarios. Y si un veinteañero que comienza apenas ve las cosas así, ten la seguridad de que la mayoría de los hombres piensa lo mismo.

La siguiente tabla muestra que un hombre puede sacar conclusiones con poca información. Nótese que los dos tipos de mujeres ahí descritas desbordan sensualidad, pero que una de ellas es rogon y la otra no.

## MUJER «PARA PASAR EL RATO»

Habla mucho de sexo en la primera cita o conversación telefónica.

Viste ropa estrecha que deja ver piernas, busto y espalda. *Exagera* su sexualidad. Sigue el patrón de lo que él ve en todas partes.

Lo halaga sin cesar o no lo suelta.

En la tercera cita se pone un *body* negro de encaje que no deja nada a la imaginación.

Lo invita a pasar en la segunda cita. Él prometió «puros apapachos». Terminan acostándose, pero ella no sabe qué pensar: él obtuvo la dulcería completa.

La chispa se apaga.

## MUJER «DECENTE»

Coquetea sutilmente y se vale del lenguaje corporal para comunicar su sensualidad.

Enseña uno de sus atributos físicos o se pone algo ligeramente transparente. Su sexualidad parece formar parte de sí misma; no luce forzada.

Mantiene el interés de él haciéndole cumplidos cuando él espera tener sexo, así que siente que sigue «en el juego».

Cuelga el *body* en la puerta del baño, para que él lo vea. Luego, él casi la desnuda con la vista imaginándola con esa prenda.

Se besan apasionadamente en la puerta. Ella quisiera invitarlo a pasar, pero se contiene, y se despide en la entrada.

La chispa no se apaga... se aviva.

¿Cuánto tiempo debes esperar para tener relaciones sexuales? **Todo el que puedas.** Como mínimo, mantén tu relación en el nivel platónico durante **un mes.** Esta táctica te dará tiempo para conocer a tu pareja. No tienes por qué esperar a acostarte con él para saber que es casado. O que su exnovia tiene problemas crónicos con su coche y suele necesitar aventones. O que su prima acaba de dejarlo porque la engañó con su hermana mayor.

Dar los caramelos uno por uno no significa que debas ser célibe o virgen, sino que buscas al mejor. Esto garantiza que él se esfuerce cada vez más por tratarte **como lo mereces.**

No tener de inmediato relaciones sexuales es jugar bien tus cartas para que las cosas pequeñas importen. Él sentirá escalofríos entonces cuando lo tomes discretamente de la mano en un lugar público. O te llamará varias veces por teléfono sólo para saber de ti. Y pensará que eres la mujer más hermosa que haya visto nunca. Todo se reduce a experimentar *esa chispa mágica*. Y los hombres no viven para otra cosa sino para sentirla.

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 22

### **Sexo y chispa no son lo mismo.**

---

### *Una victoria más dulce*

Si un hombre siente que debe *conquistarte* primero —sexualmente, con su virilidad, ingenio o atractivo—, te valorará más. Los hombres son posesivos. Les gusta saber que el blanco que persiguen es casi inaccesible para los demás. Como el capitán Kirk y Cristóbal Colón, desean explorar territorios que nadie haya pisado jamás. Y lo juzgarán respecto a ti con base en una sola cosa: lo rápido que te les entregas.

Cierto que existen relaciones «casuales» entre dos personas no promiscuas que terminan bien. Pero son la excepción, no la regla.

Una de mis mejores amigas, Brittany, farmacéutica, es un hermoso «buen partido» con mucho a su favor. Casi siempre se acuesta con un hombre en una de sus primeras citas.

Hace poco se acostó con uno que le gustaba mucho. Luego de hacer el amor, él se quedó pensando un rato, la miró y le preguntó: «¿Haces esto con todos los hombres?». Según ella misma me confesó, esto la hizo sentir «*ligeramente* ofendida».

Si te acuestas con un hombre inmediatamente después de conocerlo, él se dirá por un rato: «¡No se me pudo resistir!». Pero más tarde se rascará la cabeza y se preguntará a cuántos más no has podido resistirte.

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 23

**Antes del sexo, el hombre no piensa con claridad y  
la mujer sí.  
Después del sexo es al revés.**

---

Cuando la relación sexual ocurre enseguida, el hombre obtiene pronto lo que deseaba. La razón de que piense entonces con claridad es que se siente aliviado y ha alcanzado su meta. Mientras tanto, la mujer empieza apenas a perseguir la suya. Tiene asuntos pendientes. Así que lo acecha... y él huye.

Te guste o no, en esta primera fase negocias sutilmente los términos de tu relación. Y si aceptas muy pronto un acuerdo, renunciarás a todo tu poder de negociación. La cabrona, en cambio, se toma tanto tiempo como necesita para decidir si, para empezar, quiere llegar a un acuerdo con el hombre implicado. Ella no será una mera escala en los pits ni un agujero en un cinturón.

Al principio, lo que él quiere es acostarse contigo. No le importa cómo te ganes la vida. El coche que manejes. Si en la mañana te gusta una dona y un café con Canderel y teche descremada. Así que debes **convenir esto** en otra cosa.

Cuando lo haces esperar, él comienza a darse cuenta de que eres «diferente». Y es entonces cuando empieza a importarle que te guste el café con leche descremada, no con crema.

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 24**

**Lo primero que un hombre quiere es sexo; que ella  
sea su novia o no, viene después.**

**Al no darle de antemano lo que quiere, te haces su  
novia sin que él lo sepa.**

---

A los hombres **les gusta** el juego que a nosotras tanto nos desespera. Imagina el siguiente escenario: un estadounidense de pelo en pecho ve un Super Bowl con marcador 47 a 3. Esto no es muy emocionante que digamos, ¿verdad? Pero si ve uno que se va a tiempos extras, pasará tres horas en la orilla de su asiento. Y si su equipo gana, se pondrá a gritar: «¡Sí! ¡Sí!». Mientras su ídolo nalguea a sus compañeros en el televisor, él sacará las bebidas para celebrar.

Si diez años después tú le preguntaras por esa final, te la describirá como si hubiera sido ayer. Lo mismo pasa cuando una mujer se entrega poco a poco a un hombre: él se excita mucho más.

Esto podría sonarte a «vieja escuela», pero te aseguro que es un consejo basado en *incontables* entrevistas con hombres, jóvenes y maduros por igual. Nathan es un ejemplo perfecto entre ellos. Acaba de cumplir veinticinco años, y tiene mucha suerte con las mujeres. He aquí lo que me dijo, palabra por palabra:

Si una mujer se entrega pronto, olvidamos el amor y dejamos de procurarlo, cuando la verdad es que preferiríamos esmerarnos más en él. Este juego nos gusta, y que termine pronto nos decepciona. Hasta nos debatimos por dentro, subconscientemente. Sabemos que queremos sexo, pero también que nos gustaría que ella nos hiciera esperar. Si no, todo se reducirá a uno o dos acostones y vámonos.

Claro que hay hombres a los que no les gusta invertir ningún esfuerzo. Son los que aplican la «regla de las tres citas». Según esta regla, si una mujer no ha cedido para la tercera cita, se debe dejar de perseguirla.

Algunos hombres querrían encontrar de veras una mujer con la cual estar. Pero la «regla de las tres citas» es para los que han descartado esa posibilidad; lo único que les interesa es un acostón. Si un hombre se aleja porque no ha sacado nada para la tercera cita, de todos modos se habría marchado después de obtenerlo.

La niña buena es más propensa a dejarse *presionar* o *manipular* para acostarse pronto con un hombre. Lo hace, y cree poder atraparlo con una cópula sensacional, como si lo que le ofrece sexualmente fuera «oro». La cabrona sabe que el sexo sólo es «oro» si él no lo consigue de inmediato.

No te dejes engañar por el hecho de que los hombres quieren sexo pronto y están acostumbrados a obtenerlo fácilmente. Si se les diera la oportunidad, a la mayoría de ellos le encantaría saber cuánto cuesta —en pesos y centavos— llevar una mujer a la cama. Es casi como si hubiera una transacción tácita entre un hombre y una niña buena, en la que un trueque tiene lugar: «Mira, linda: estoy dispuesto a gastar en ti el equivalente a dos cenas, un ramo de flores y una película, lo que hace un total de 255.92 dólares. Ni un centavo más». Él calcula cuánto puede gastar, y quiere saber cuánto le costará.

***La cabrona es más lista.*** Sabe que si él no sigue sus pasos, seguirá los de otra. Así que sea cual fuere su presupuesto, grande o chico, se cerciora de que lo gaste en ella y nadie más. Sabe que es la mejor inversión que él hará nunca.

La «regla de la tercera cita» cae en oídos sordos en el caso de la cabrona. Ella dará la oportunidad a un hombre, sin trueque alguno. Él terminará casándose con una mujer que no opera bajo las reglas de su esposo, sino bajo las suyas propias. Como no tiene problema alguno para soltar la palabra ***adiós***, él no siente que pueda permitirse faltarle el respeto.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 25

**Un hombre intuye si la sexualidad descansa en la seguridad o en la necesidad.**

**Sabe cuándo una mujer se acuesta con él para apaciguarlo.**

---

A diferencia de la niña buena, la cabrona cree tener mucho que ofrecer ***aparte*** de su sexualidad. Así que tiene relaciones cuando la sobrepasa el deseo, y si se siente a gusto en la relación. Es muy sensual, justo el motivo de que no ofrezca su sexualidad como si fuera lo único que tiene.

Una vez consumada la relación, eso no cambia. Él sigue sin poder predecir cuándo harán el amor; no sabe si será el martes o el miércoles, el sábado o el domingo. Así que el misterio y la persecución no terminan nunca, y él no siente que la haya conquistado por completo. Esto se debe a que ella se acuesta con él bajo ***sus propias condiciones***.

Cuando el sexo ocurre pronto porque la niña buena no quiere perder a un hombre por nada del mundo, la conducta de él cambia radicalmente. Cenas, velas, flores: todo para en seco. En vez de llevarla a cenar y al cine, ahora él llega sin avisar con un video, porque ya sabe qué ocurrirá.

Cuando, en cambio, una mujer hace esperar a un hombre y él sigue siendo romántico, las cenas y las flores no cesan. ¿Por qué? Porque antes de obtener lo que quiere, él ya se ha formado el ***hábito*** de tratarla con respeto.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 26

**Los malos hábitos son más fáciles de formar que los buenos, porque éstos implican un esfuerzo consciente.**

## La espera alienta este esfuerzo.

---

Un hombre que vale la pena persistirá si se le dan seguridades en dos áreas: que es sexualmente deseable para ella y que sigue en «el juego». Mientras pueda ver la luz al final del túnel, continuará avanzando por él.

Sin embargo, no tardará mucho en percibir un mensaje ambiguo, o en sentir que se le está tomando el pelo. Así, la siguiente sección te ayudará a efectuar los delicados malabarismos que tendrás que hacer para que no sienta que estás *jugando* con él.

### *El plan de caramelos por etapas*

Mientras haces un esfuerzo concertado por mantener la relación fuera de la recámara, no olvides que el objetivo de él es diferente al tuyo: tú quieres tus pies sobre la tierra; él los quiere en el aire.

No necesariamente es útil que tu novio te guste mucho y te sientas *tan atraída* como él. En estas condiciones es fácil transmitirle un mensaje ambiguo, porque él siempre estará excitado y tratará de seducirte. Y andará a la caza de cualquier señal, por mínima que sea, de que le das luz verde. Así que es importante que mantengas muy claras tus señales:

- Rojo significa no.
- Verde significa adelante.
- Amarillo significa que estás jugando con él, lo cual le enojará.

Por ejemplo, si la blusa se te abre o hay caricias mientras se besan en el sofá, él pensará que estás dispuesta a ir a la cama. Por tanto, ése no es momento de decir: «No quiero». Esto sería como quitarle un dulce a un niño después de habérselo dado a probar.

No puedes estimular a tu pareja hasta que sea imposible dar marcha atrás y entonces decir: «No creo que esto esté bien». Él pensará: «¿Cómo que no lo crees si ya se te abrió la blusa, llevas una hora calentándome y tienes desabrochados los pantalones?».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN #27  
**Si interrumpes el sexo a última hora, creará que  
juegas con él.**

---

Es así como llegamos al término *caliente y molesto*. En cuanto él deje de estar caliente, se molestará. Ya no tendrá ganas de seguir en «el juego» contigo, porque le has quitado a eso toda la diversión. Ya no cree que juegues limpio, y pasará del deseo al *resentimiento*. Siente que le estás tomando el pelo, y podría dejar de buscarte por completo.

Piénsalo bien. No puedes enseñarle un T-bone a un perro durante una hora y arrojarle al final un tallo de apio. Si quieres que un hombre te respete, debes jugar limpio.

Las siguientes pautas te permitirán aplazar el acto sexual sin que piense que sólo estás jugando con él:

- Al principio, no te quedes sola con él en su casa o en la tuya, sobre todo a altas horas de la noche.
- Véanse en lugares públicos, o pídele que pase por ti en dirección a uno de ellos.
- Diviértanse a plena luz. Si van a andar en bici, emitirás una luz roja. Pero si se envuelven en una cobija frente a la chimenea con una botella de vino a medianoche, él supondrá que le das luz verde.
- Dale besos sexys y sensuales, pero en lugares públicos, donde es improbable que duren mucho. No lo estimules estando solos, revolcándose en el suelo, la cama o el sofá.
- Las primeras veces que salgan, él podría querer pasar a tu casa a altas horas de la noche, después de su cita. Si crees que hará el intento pero no estás lista, frustra la misión en la puerta. Si vives en un edificio de departamentos, despídete en el lobby. «Gracias, la pasé muy bien».
- Sonríe mucho, celebra sus chistes y sé buena compañía. Él debe concebirte como amiga lo mismo que como amante. Es excelente señal que hable de él, sobre todo si se pone nervioso. Si le gustas, querrá abrirse.
- Flirtea con moderación. Ten cuidado con las bromas sexuales, porque nunca son bromas de verdad. Los hombres suelen servirse del humor para tantear el terreno. No seas mojigata; riéte de los chistes y sé algo picara. Pero si te detienes en el tema del sexo, él lo verá como una luz verde.

- Halágallo. Hazle saber que lo deseas. Por ejemplo, acércate a oler su agua de colonia cuando te abraza. O dile que está guapísimo. Esto confirmará sutilmente que has decidido esperar por razones que no tienen nada que ver con su atractivo.
- Muéstrate tierna y cariñosa. Tómallo de la mano o apoya tu cabeza en su hombro para que se sienta viril. Acarícialo la pierna cuando estén en el cine. Pero no lo incites; quédate cerca de la **rodilla**. No roces sus partes íntimas, o verá una luz verde.
- Trata de no llegar a manoseos intensos en el coche cuando él te lleve a casa, o querrá ponerse a trabajar. Ni siquiera el chico con el BMW nuevo que te hace limpiarte los zapatos antes de subir y acomodarte en los asientos de piel dudará en divertirse un poco en su auto. Por eso lo compró en primera instancia.
- Si es muy tarde, no digas: «Bueno, pasa... Sólo un minuto». No le pidas que entre a conocer a Cushy, tu gato. No le ofrezcas café. No le ofrezcas té. No le enseñes las recientes remodelaciones de tu casa. Después de medianoche, «sólo un minuto» no existe.
- No le digas que le estás dando largas, aun si lo haces. Ni que tendrá que esperar un mes al menos. No le hagas saber que «ya casi» ni le des pronósticos del tiempo fechados prediciendo que pronto estarás lista. **No des oportunidad de que suceda algo que aún no estás dispuesta a permitir.**
- No le creas cuando diga: «Puros apapachos». Aun si tienes mucho tiempo de conocerlo y él es todo un caballero, capaz de moderarse como nadie, el objetivo no es incitarlo.
- Sé afectuosa **en público**. Esto suele ser absolutamente inofensivo, porque no puede llegar muy lejos.

Un caso clásico de mensaje sexual ambiguo le ocurrió a mi amiga Pam. El invierno pasado, ella invitó a un hombre a pasar a su casa después de una cita, porque hacía mucho frío en su coche. Hizo chocolate caliente y se puso una cómoda pijama de franela. Empezaron a besarse. Ella supuso que la pijama de franela era tan conservadora que él no la tomaría como una invitación a tener relaciones. Así que le sorprendió descubrir que él tenía en mente mucho más que el mero chocolate.

Para un hombre, la ropa de cama es **ro-pa de ca-ma**. Ponerte la comodísima prenda con la que duermes (aun si son unos bóxers horribles o un mameluco de franela) se entenderá como luz verde.

Aunque él te presione sutilmente, si de veras le gustas una parte de él querrá en el fondo que lo hagas esperar. Quiere creer que eres «diferente».

Quiere que pienses que él es correcto, sofisticado y guapo. Quiere que te rías de sus chistes y que lo juzgues gracioso. Quiere una diosa. Quiere... a la Mujer Maravilla.

¿Cómo puedes darle esta impresión? Muy fácil: déjalo que te persiga, y no te rindas pronto. Ponte un par de botas a go-gó y te convertirás en la Mujer Maravilla de sus sueños.

## ***El punto débil***

Cuando un hombre y una mujer se hacen amantes, aún hay conductas que diferencian a la arrastrada de la mujer ideal.

Uno de los peores errores que la niña buena puede cometer es competir con otras mujeres. Le preguntará a su novio acerca de otra mujer en la sala: «¿Te parece bonita?». O competirá con aquello con lo que cree que él fantasea, sea lo que fuere: una modelo, un cartel, una desnudista o una estrella porno.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 28 Si él te hace sentir insegura, deja que tu inseguridad te guíe.**

---

Suele afirmarse que una mujer no llega a su apogeo sexual hasta después de los treinta años. Muchas mujeres no pueden vencer hasta ese momento su inseguridad, o la sensación de que deben competir con otras. La relación sexual mejora entonces, gracias a que ya pueden decir a su pareja lo que les gusta. Se sienten más seguras. Más decididas. Pueden soltarse, porque ya no se cohíben fácilmente.

Muchas mujeres se sienten presionadas a ajustarse a un ideal. O creen que deben ser muy buenas en la cama. He oído a hombres decir: «Entre más grita, mejor».

Las normas se han vuelto muy poco realistas a causa de la amplia difusión de la pornografía. Pero hasta en las películas porno se utiliza el doblaje. Esto quiere decir que la mujer que grita: «¡Sí! ¡Sí! ¡Dámelo, sí!» suele estar

completamente vestida, pesar ciento ochenta kilos y hallarse sentada sobre un banco en un estudio hablando ante un micrófono.

La cabrona no suele definirse con normas externas. Pero las mujeres que se *pasan* de buenas tienden a compararse ansiosamente. Cuando a una mujer le preocupa ser buena en la cama, olvida por completo por qué está ahí. Lo suyo no es sexo; es hora de hacer «caricaturas».

## CÓMO FINGIR UN ORGASMO

### Guía animada

- Arquea la espalda en un ángulo de cuarenta y cinco grados y jadea como perro.
- Recita un par de frases atrevidas de una película porno. Ejemplo: dile a papi que lo hace como nadie.
- Y lo básico: «¡Así, así, así!... ¡más, más!... ¡no pares!». Golpea luego la almohada que tengas más cerca.
- Alterna. Es decir, a veces golpea la almohada y luego grita, otras grita primero y luego pega. A los hombres les fascina la variedad.
- No olvides chuparte el dedo.
- Ahora una actividad de preguntas y respuestas: pregúntale de quién es «eso», ¡y dile que de él!
- Si cambia de posición, hace una pausa para descansar o toma agua, no hagas caso y sigue gritando.
- Ahora, para el supuesto orgasmo: grita como loca, y haz los ejercicios de Kegel: aprieta... suelta... aprieta... suelta.
- No olvides al final la conversación íntima. Te has acostado con dos hombres antes que él. (Bueno, máximo tres, pero hasta ahí.)

**ADVERTENCIA:** Si tu novio ve esta página, su contenido podría tener un efecto adverso (disfunción eréctil).

Una cabrona difícilmente montará un espectáculo «de caricatura». Es más honesta. Pide lo que le gusta. Si su pareja no lo hace bien, ella **no** lo atenderá con comentarios falsos: así él no aprendería a complacerla, lo cual no funciona porque a la cabrona sí le importa su propio placer.

No te recomiendo que finjas tus orgasmos. Esta pequeña lección es una sátira de las presiones de desempeño sexual que las mujeres experimentamos.

Si un hombre te hace sentir que estás en un escenario compitiendo en un concurso de belleza, no te acuestes con él.

A un hombre le excita mucho más que una mujer sea ella misma y que sea honesta acerca de lo que le gusta y lo que no. Le encanta verla complacida; esto le excita de manera automática. Y es mucho más importante que lograr una ejecución digna de un premio.

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 29

### **Un hombre de primera sueña con una mujer que realmente disfruta del sexo.**

---

La mitad de complacerlo a él consiste en tener un orgasmo, no en fingirlo. Es cierto que el ego de un hombre debe ser halagado y tratado en forma apropiada, pero esto lo consigues con **tu** satisfacción. Dentro de la recámara se aplica el mismo principio que afuera: la cabrona puede complacerlo mejor porque está más interesada en complacerse a sí misma. Él está seguro de que ella goza cada minuto. Y esto alimenta su ego como no puede hacerlo nada más.

La niña buena también comete el error de ser insincera de otras formas. Por ejemplo, si se acuesta con su novio en la segunda cita y él le pregunta cuántos amantes ha tenido, responderá lo consabido: «Sólo tres».

La cabrona no hace eso. No se acuesta pronto con un hombre ni prueba después el truco virginal: «Sólo he tenido tres amantes... el primero me lastimó... el segundo no fue tan bueno como tú... el tercero tenía siete centímetros y dio treinta segundos de furor... y el cuarto... ¡ay... pero si no ha habido ningún cuarto! Bueno, sí lo hubo. Pero como no nos acostamos, no cuenta... El quinto tampoco importa, porque yo estaba tomada...».

Si tu edad es más que fetal y le dices que únicamente has tenido tres amantes, él sabrá que eres una mentirosa irredenta. Demuéstrale con tus actos que eres una mujer con clase haciéndolo esperar. Y si husmea o quiere saber de tu vida privada, dile: «Es probable que hasta ahora haya estado con menos hombres que tú con mujeres». Si te pones a la defensiva como si tuvieras algo que ocultar, izarás una bandera roja.

¿Qué hacer cuando él presume de sus conquistas pasadas? Lo **último** que debes hacer es escucharlo, porque conocerás la versión hermoseada, y podrías creerla parcialmente cierta.

La cabrona mira su reloj para lanzar una indirecta cuando él menciona a otra mujer. Ella ya sabe que lo que le ofrece es suficiente: «Lo tomas o lo dejas». Y si para cuando ella termine de darle cuerda a su reloj él no ha cambiado de tema, lo hará ella: «No soy uno de tus amigos, mi cielo. Por favor, no me cuentes de otras mujeres con las que has estado».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 30

**Tan pronto como una mujer compite con otra, se rebaja.**

---

Recuerda: dentro y fuera de la recámara, los hombres están acostumbrados a mujeres inseguras, así que con mayor razón tú debes ser diferente. Irradia seguridad en ti misma y deja ver que no te preocupa compararte con otra o que ella pueda quitártelo.

Si surge el tema de otras mujeres, en una de sus conversaciones di casualmente: «Si alguien me quita a un hombre, que se lo quede; ya no lo querré a mi lado». Sonríe, toma un sorbo de vino y cambia de tema: «¿Has visto últimamente alguna buena película?».

Si no confías en él, termina la relación. Pero hasta que te dé motivos para recelar, confía. Esto te hará lucir segura de ti misma, como si dijeras con tus actos: «¡Por supuesto que quieres estar conmigo!».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 31

**Cuando la chispa es innegable, están hechos el uno para el otro.**

---

Un hombre que vale la pena quiere saberse digno de confianza, porque esto le hace sentir que crees en su carácter. Hasta que te dé una razón para no hacerlo, confía en él. Si se está enamorando de ti, no te dirá que quiere estar sólo contigo; lo sabrás en forma automática. Te llamará todos los días e insistirá en que salgas con él únicamente, pues no querrá que nadie más se acerque a la *mujer de sus sueños*.

# 4

## Tonta como una *zorra*

Hazle creer que ejerce el control cuando la que manda eres tú

Me parece que la expresión «sexo débil» fue acuñada por una mujer para desarmar al hombre al que se disponía a aplastar.

OGDEN NASH

## ***La zorra tonta le trata el ego con pinzas***

En el capítulo anterior vimos por qué el poder es embriagador para un hombre como el amor lo es para una mujer. Y ahora... ahondemos un poco más en esto.

Para que un hombre se motive a dar, debe sentirse bien cuando da. Desea sentirse apreciado y venerado. El ego es lo que lo hace ir a la guerra. Formar grandes corporaciones. Clavarse púas en el trasero cuando va al gimnasio a hacer pesas. Rogar, robar y pedir prestado. Y enamorarse.

La explicación de esto puede parecer obvia, pero no lo es: un hombre necesita sentirse masculino. Es por eso que no se detiene a pedir indicaciones en la calle. No importa si le dices que debió virar al poniente seis salidas atrás. Seguirá dándole al acelerador en la dirección opuesta. Los hombres no se pierden, sólo...

- «Conocen otra área».
- «Cambian de destino»
- «Prueban una ruta diferente».
- «Exploran nuevos territorios».

Nunca se pierden. El inspector Gadget sencillamente «checa» cada metro cuadrado en un radio de sesenta kilómetros más allá del destino previsto.

Si quieres que tu novio dé vuelta a la derecha, dile: «Creo que es a la izquierda». Para un hombre, su habilidad para orientarse será siempre superior a la de una mujer. Todo se reduce a su ego, que no tiene dirección ni línea de rotación.

¿Las dos palabras que más agradan a un hombre? «Tienes razón». Nunca lo convencerás de lo contrario, así que no te molestes en intentarlo.

Dale la **razón**. Sé más **lista**. Por eso la zorra «tonta» le hace creer que él tiene el control. Cuando apelas a su sensación de poder, cargas sus baterías. Le das lo que necesita sin que él **se dé cuenta siquiera**.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 32  
**Déjalo creer que tiene el control. Hará entonces lo  
que quieras, porque siempre querrá ser un «rey»  
para ti.**

---

Un par de veces a la semana, cuando sea amable o generoso, dile que él lleva la batuta. Hazlo sentir el macho alfa, el gran potentado. Él es quien lleva los pantalones, es el hombre. Entre tanto, adivina quién se sale con la suya...

Mi amiga Annette aprendió esto a la mala. Cometió el error de contarle a su nuevo novio que había matado una víbora en el jardín. Él preguntó: «¿Cómo que mataste una víbora?». Annette le contó entonces que había usado una pala grande para «pelear». Una mirada de horror atravesó el rostro de su galán mientras ella le hacía un relato elocuente, lance por lance, de esa «masacre» brutal. Esa noche, él no pudo conseguir una erección.

Una obvia infracción del código «penil»: si te sientes Tarzán, lo harás sentir Dañe. No mates ni una mosca en su presencia. No cambies la llanta. No cambies un foco siquiera. (¡Dios te libre, amiga!).

Para un varón de pelo en pecho, la sensación de que él es el «hombre» es la clave. Esto no significa que debas ser dócil todo el tiempo. Mientras le demuestras que representas un «reto mental» para él, recuerda que necesita que halagues su ego. Pero existe una gran diferencia entre alimentar su ego y parecer *aduladora*. No dejes ver que requieres su ayuda en:

- Cuestiones de sentido común
- La faena diaria
- Tu estabilidad emocional
- La confirmación de tu valía
- Tu autoestima
- Tu afán de sentirte completa como persona

Todas estas cosas indican que lo *necesitas*. **Muéstrale en cambio que necesitas y aprecias su *hombría*. Lo tendrás a tus pies cuando sienta que te gusta su virilidad, o que admiras... su fuerza.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 33

**Cuando alimentas dulcemente su ego, no intentará obtener poder en forma agresiva.**

---

Los elogios son una herramienta eficaz para conseguir que él te trate como quieres. No digas, en son de queja: «Antes me traías flores». En adelante, cada ramo que te regale será «el más bello» que hayas visto nunca. No te quejes de que salen muy poco. Cada restaurante al que te lleve habrá de ser, en cambio, «fabuloso» o «increíble».

Si te pregunta si ya conocías ese lugar, no le cuentes de los dos exnovios que te llevaron justo a la mesa romántica de la esquina en la que están ahora (a menos que no quieras regresar a ese sitio).

#### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 34**

**Cuando eres femenina y delicada, apelas a su instinto de protección. Cuando eres agresiva, a su instinto de competencia.**

---

Cuando un hombre tiene la impresión de que quieres «llevar los pantalones», tienes una batalla casi asegurada, en cuyo caso, ¡felicidades! Te has convertido en su enemiga. Si compite, buscará ganar a tus expensas. Y considérate afortunada si consigues algo por ese medio.

Los hombres necesitan un poco de ayuda, y la manera de dársela es elogiarlos cuando se portan bien. ¿Su frase favorita? «El mejor». No importa si lo que le dices a tu novio es: «Nunca en mi vida había visto a alguien comer nueces mejor que tú». Usa la palabra *mejor* y siempre tendrás toda su atención.

*Hazte amiga* de su ego. Supongamos que viven juntos y él quiere ayudarte a decorar. Es posible que en algún momento tenga necesidad de «expresar» su hombría colgando algo en la pared. (Algo que desentona *con todo lo demás*). Cuando saque alborozado uno de esos colmillos de elefante, la espada africana o el cartel del Super Bowl de 1986 que él llama «arte», no te rías, y dile sinceramente: «¡Sí, mi amor! ¡La escopeta de tu abuelo es una maravilla!». Incorpora de inmediato su «muy necesaria ayuda» en la decoración de la cochera o el sótano.

**¿Quieres que te eche una mano en casa? Hazlo sentir necesario (es decir, fuerte). Asígnale pequeñas misiones. No importa si lo que le pides es programar la videocasetera o colgar una foto; cuando use el ruidoso taladro eléctrico, se sentirá Rambo. Aun si la foto queda chueca —lo que ocurrirá sin falta alguna—, hazle creer que su trabajo fue perfecto. Espera a que salga de la habitación y arréglala.**

**Cuando te dé su quincena, dale las gracias por trabajar tanto «en favor de toda la familia». También esta vez espera a que se vaya para revisar el comprobante y confirmar que le hayan pagado todas sus horas extra.**

**Recuerda: cuando se porte como un verdadero hombre y te trate bien rinde «homenaje» a su ego. Tiene que sentirse Conan el Bárbaro un par de veces a la semana.**

**Cada vez que haga algo útil en casa, como poner una repisa, elógielo. No importa si la repisa queda en un ángulo de cuarenta y cinco grados y las cosas resbalan por un extremo. Apláudelo como si fueras la foca más feliz del zoológico, y haz que un operario la arregle cuando él no esté. En cuanto digas: «Está chueco», se acabó: nunca volverá a hacer nada práctico en la casa. Lo harás sentir peor que un niño regañado en la clase de artes manuales.**

**Los hombres tienen un ego inmenso que necesita halagos. Esto es justo lo que hace la «zorra tonta». Con gestos sencillos, lo hace sentir el King Kong de su mundo femenino. He aquí otras sugerencias de esa zorra para hacer sentir poderoso a su hombre.**

- **Si sacas a pasear al perro al anochecer, pídele que te acompañe para «sentirte segura».**
- **Si mata un bicho, no mires. No voltees hasta que él te informe que ha «asegurado las instalaciones».**
- **Si oyes ruido en la noche (como de un pájaro merodeando en el tejado), fíngete asustada. Dile que vaya a ver «qué pasa».**
- **Una vez que identifique la fuente del ruido, dile que eres afortunada de tenerlo en casa, porque te hace sentir «mucho más segura».**
- **Pídele que abra un frasco (aun si tú puedes hacerlo) o que te baje el cierre del vestido (aun si lo alcanzas). O que cargue por ti una caja pequeña.**
- **En una película de miedo, agárrate fuerte de él. Si hay violencia, cúbrete los ojos y pídele que te avise cuando acabe.**

- Si hace frío afuera, deslízate bajo su abrigo y acurrúcate en busca de calor.
- Deja que mueva un mueble aun si tú podrías hacerlo. En cuanto lo haga, sin esfuerzo, dile que era muy pesado. «¡Qué fuerte eres! No sé cómo pudiste hacerlo».
- Deja que estacione tu coche o que lo saque en reversa de un lugar apretado. Si le dices que «maneja mucho mejor» que tú, lo tendrás a tus pies; layará tu auto o llenará el tanque de gasolina.

Tratar su ego con pinzas es tan fácil como aprender el *abecedario*. Una madre no critica, por feo que sea, el dibujo con crayones que su hijo le lleva del jardín de niños. Nunca dirá: «¿Es un perro o una vaca? ¡Termina tus labores como debe ser, niño!». Le dice: «¡Qué obra maestra!». El hijo se cree entonces el nuevo Picasso y hace diez dibujos más.

Elogiar es importante. Cuando tu pareja te lleve a cenar, dale las gracias *una sola vez* en el restaurante, y luego al despedirse. La niña buena suele cometer el error de dar las gracias sin cesar. Y todavía llama al día siguiente para decir tres veces gracias en la contestadora. Como si nadie le hubiera invitado nunca un plato caliente.

Al comienzo, deja que *él* pague la cena. Cuando lleven un tiempo saliendo juntos, podrás corresponderle. Pero no dividas el gasto a la mitad ni paguen cada quien lo suyo; él no es un colega al que tenías mucho tiempo de no ver.

Cuando un hombre está loco por una mujer, no piensa en dividir la cuenta. No dirá: «Tú comiste la ensalada de pavo y yo el bistec, así que tu total es de...». Si ta adora, no reparará en gastos menores. Pensará más bien cómo conquistarla.

Si él no puede permitírselo, sugiere un lugar barato o hagan algo que no cueste mucho. Vayan a un museo. Salgan a andar en bici. Compartan un platillo en la cena y no ordenen bebidas alcohólicas. Pero si en las primeras citas él te pide dividir la cuenta, no vuelvas a verlo. Y no por el dinero, sino porque es obvio que no le importa impresionarte. Y ésta no es nunca una buena señal.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 35

Él permitirá que una arrastrada pague la cuenta en las primeras citas, pero no se *atreverá* a hacerlo

## con la mujer ideal.

---

En una ocasión, una mujer llamó a mi programa de radio para preguntar si era correcto que un hombre pagara su cuenta, y yo contesté: «Al principio, sí». Tanto mi invitado como el ingeniero de sonido protestaron al instante: «¡No es justo!». Luego me lo repitieron despacito: «Jus-to». Entiendo su punto de vista. Pero tampoco es justo que nosotras recibamos sesenta centavos en el trabajo por cada peso que ellos ganan, que debamos ponernos incómodos y apretados brasieres y tacones altos, y que nos embaracemos y demos a luz. Así que déjalo ser el hombre. Un buen hombre.

Lo importante es que, cuando pague, al final de la cena *le des las gracias*. Elogia su buen gusto en la elección de los platillos, el vino o el restaurante. Si ninguna de estas cosas fue de tu agrado, no digas nada.

La zorra tonta sabe que mientras menos critique, mejor. Y por eso no rezonga, sino *maniobra*.

Por ejemplo, si antes de acostarse él deja su ropa tirada en el suelo... no te preocupes. Es probable que a la mañana siguiente la recoja y se la vuelva a poner.

¿Y los calcetines y ropa interior regados por toda la casa? La culpa es tuya por comprar un bote con tapa. (¡Qué complicación!). Consigue uno sin tapa y ponlo estratégicamente en una esquina. ¡Felicidades! Has instalado un aro de basquetbol. Cada vez que él haga una anotación con su ropa interior sucia, dale dos puntos.

¿Siempre eres tú la que cambia el rollo de papel higiénico? ¿Él siempre se lo acaba y te deja un mísero cuadrado, con la mitad pegada al cartón? No hay nada que un poco de educación no pueda remediar.

Un domingo en la mañana, él entrará al baño y tomará asiento con la sección deportiva en mano. Durante veinte minutos no se dará cuenta de la falta de papel higiénico, porque estará absorto en las estadísticas del partido de fútbol del día anterior. Al terminar, gritará: «¿Linda? ¿Linda? ¿No me oyes?». (Sin respuesta).

Ése es el momento en que debes sacar la basura de la cocina. Después de todo, el sol brilla, las flores se han abierto y cantan los pájaros. (Trivia: ¿cuánto tiempo tardará en ver que hay más papel bajo el lavabo?).

Si él no ayuda en casa, no es necesario que la zorra tonta se queje y diga: «Lo que yo hago en el hogar es invaluable». En vez de eso, ella calcula el costo de los servicios de una empleada doméstica. ¿Ves qué fácil? No sólo valora esas labores, sino que además le paga a otra persona por hacerlas.

He aquí un ejemplo más de cómo una zorra tonta puede «maniobrar». Mi amiga Sharon sudaba la gota gorda levantando el tiradero que su esposo e hijos dejaban a diario. Quería que alguien le ayudara una vez a la semana. Pero su marido se negaba a pagar por esa ayuda semanal, pese a que podían permitírselo. Insistía en que «sólo una vez al mes».

Sharon se hizo la zorra tonta y aceptó una empleada doméstica una vez al mes, más o menos. Hacía el cheque de la empleada cada mes, y en las tres semanas restantes pedía la misma cantidad en efectivo al llenar el cheque en el súper. Esto no sólo le evitaba discusiones semanales, sino que además permitía que su esposo llegara cada semana a un hogar impecable.

El Credo de la Zorra Tonta que aparece enseguida simplifica enormemente las cosas y no da lugar a conflictos:

- Aprueba todo.
- No expliques nada.
- Haz lo que más te convenga. Esto facilitará tu existencia como no te imaginas.

Por ejemplo, la zorra tonta es lo bastante lista para ahorrarse la pena de insistir en baños separados. Antes que nada, el concepto de toallas de visitas o decorativas es ajeno a un hombre. Para él, una toalla es una toalla, lo cual quiere decir que la del baño sirve lo mismo para la playa, lavar el coche y cambiar el aceite. Tú habrías creído que le perdonaría la vida a la toalla bonita del moño rosa, pero no. ¿Y las que usas para la cara? Saluda a tu nuevo trapeador.

De vez en cuando te toparás con un hombre extralimpio. Pero, en general, compartir el baño con un hombre es un suplicio. Diez minutos después de que limpies el lavabo y el espejo con Windex que no raya, él regará agua por todas partes. Es como compartir el baño con una morsa. Los científicos no se han aliado aún con los zoólogos para estudiar por

qué los hombres «rocían». Hasta que lo descubran, insiste en tener tu propio baño.

La zorra tonta también divide inteligentemente el espacio personal en casa, con toda justicia. Le concede a su pareja veinte por ciento del clóset, pero «toda la cochera» o el sótano. Él controla asimismo la podadora, los autos, el asador y las herramientas. No olvides que los hombres son muy territoriales, así que también deberás asignar el patio como dominio suyo en el «hábitat». Esto será muy útil cuando acapares el baño.

En Japón tienen un dicho muy interesante: «Un águila lista no enseña las garras». Las estadounidenses juzgan sumisas a las japonesas por inclinarse ante los hombres y caminar detrás de ellos en la calle. Pero por regla general, los señores llevan el salario a casa y se lo dan a su esposa. *En el hogar japonés, la esposa controla el dinero y decide cómo gastarlo.*

Ahora ya sabemos por qué la mujer japonesa camina detrás de su hombre en la calle: lo que la retrasa son esos bolsillos tan pesados. La pobre apenas si puede seguirle el paso.

Además de saber que tiene razón, un hombre también debe sentir que todo fue idea suya. Así que recuerda: la idea *siempre* es suya. Aun en caso *contrario*, convéncelo de que es así.

Cuando estén con amigos y él se atribuya algo que en realidad se te ocurrió a ti, no armes un alboroto. Él necesita demostrar que es el jefe. No lo corrijas ni pretendas «ponerlo en evidencia» frente a sus amigos en común, porque se sentirá castrado. Serás como una madre que regaña a su hijo ante sus compañeros de la escuela. En público, él tiene que guardar las apariencias.

De ser absolutamente indispensable, espera a estar sola con él para mencionar algo que te haya molestado. Trata esto *en privado*, no ante la gente. Si es algo sin importancia, deja que se lo atribuya. ¿A quién le importa? No a la zorra tonta. Ella jamás pelea por naderías, en particular si sabe que no ganará nada con ello. La zorra tonta es fuerte pero recatada. Defiende su terreno, pero no a golpes. Emplea la «ciencia de la docilidad». Parece renunciar al poder, pero entre tanto incrementa su influencia.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 36

El trono aparente es para presumir, y el verdadero para verse en privado. Éste es el que importa.

Para efectos «egointensivos», ayuda a tu novio a parecer varonil frente a los demás. Que abra la puerta y se dirija a la recepcionista en el restaurante: «Johnson. Mesa para cuatro». Éste es el trono *aparente*, y carece de significado.

Cuando eres tú la que manda, no tienes por qué decirlo ni ostentarlo. Si él te trata como la mujer ideal, tienes todo el poder que necesitas. Recuerda que la fuerza femenina es tan poderosa como la masculina. Esto es justicia poética: los hombres controlan el mundo, pero las mujeres los controlamos a ellos.

Alice, atractiva mujer madura con muchos años de casada, me dio este consejo: «Cada vez que quiero hacer algo en particular, convengo a mi esposo de que fue idea suya. Le pregunto: “¿Te gustaría ir a este restaurante o a aquél?”. Él es quien paga, así que siempre lo dejo pensar que él decide. Y después de comer le digo: “¡Qué buena idea tuviste!”».

La mayoría de los hombres saben que a las mujeres nos gusta que sean románticos, pero no comprendemos que darles a ellos una sensación de poder tiene el mismo efecto: los hace derretirse como mantequilla. Y para ti, ésta es una manera afable de obtener influencia en tu relación.

Los hombres hacen exactamente lo mismo. Saben que nos gustan las flores. Si nunca vieran una, no lo lamentarían; se fijan tanto en ellas como en una planta en su oficina o en la hierba que crece en las hendeduras de las banquetas.

Ninguna mujer se negará a satisfacer una razonable petición de un hombre que acaba de regalarle un ramo de flores. El hecho de que apeles a su ego tiene el mismo efecto. Él querrá seguir siendo un rey a tus ojos y complacerte. Los hombres pasan la vida tratando de tener una mujer que los vea con adoración y les diga: «Eres maravilloso» y «Te admiro». Subirán montañas sólo para sentirse admirados por la mujer que aman.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 37

Si le haces sentir poder, querrá protegerte y darte el mundo.

---

Una vez a cargo de la relación, le das lo que él necesita (poder) *sin que se dé cuenta*. Esto opera aún con los hombres más inteligentes. He aquí lo que Albert Einstein dijo de su esposa en sus bodas de oro:

**Cuando nos casamos, hicimos un pacto: yo tomaría las grandes decisiones y ella las pequeñas. Y así lo hemos hecho durante cincuenta años. Creo que a esto se debe el éxito de nuestro matrimonio. Lo raro es que, en medio siglo, no he tenido que tomar ninguna gran decisión.**

**La zorra tonta no está obligada a «obedecer» a su hombre, como dice la fórmula: «Prometo amarte, honrarte y *obedecerte* hasta que la muerte nos separe». Tiene su propia versión del juramento marital; promete «amar, honrar y *parecer estar de acuerdo de vez en cuando*».**

**Ésta no es una lección para renunciar a tu poder o volverte dócil, sino para obtener poder apelando a un hombre y haciendo que canalice su energía *hacia ti*. Los hombres necesitan un poco de ayuda con sus emociones, porque no siempre saben qué los motiva. Si haces creer a tu pareja que él lleva la voz cantante, estará más en sintonía con lo que necesitas y se esmerará en complacerte. Esto lo mantendrá estimulado y preservará su interés. Luego querrá darte las riendas, momento para el cual tendrás todo el poder que necesitas.**

## ***La zorra tonta es lista para negociar***

**Ahora que las mujeres llevamos mucho tiempo de haber sentado nuestros reates en la fuerza de trabajo, los hombres ya no se *sienten* tan indispensables. Aunque aún trabajan tanto como antes, no tienen la sensación de que se les siga apreciando como «el hombre de la casa». Como dijo Erica Dong: «Cuídate del hombre que elogia la liberación de las mujeres: está a punto de dejar su empleo».**

**Las mujeres con éxito en otras áreas de la vida suelen ser las que dicen: «No tengo por qué disculparme de ser fuerte». Pero una semana después se preguntan por qué no encuentran «un buen hombre». La razón es que un buen hombre quiere una buena *mujer*. Ser cabrona no significa perder tu feminidad. Tampoco que pretendas llevar los pantalones en la casa. Sólo quiere decir que no permitirás que nadie te atropelle.**

La supermujer clásica desea una relación en la que el hombre y la mujer sean «iguales». Bonita teoría, pero que en la práctica pronto resulta en una relación desigual.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 38**

**Cuando una mujer se cree capaz de todo, se pasará la vida haciéndolo todo.**

---

Por este motivo, cuida en qué forma pones el tono al inicio de la relación. Nunca hagas algo que no querrás seguir haciendo. Si no quieres cocinar todas las noches, no comiences a hacerlo. Si no quieres ir al súper todo el tiempo, no fijes este modelo. Deja a tu pareja tomar la iniciativa.

Al principio, los hombres ansían causar buena impresión, y por eso son tan complacientes. Ayuda a tu novio entonces a adoptar buenos hábitos. Una vez hecho esto, sus nuevas costumbres serán demasiado firmes para cambiarlas.

Por ejemplo, ya avanzada la relación, un día te verás bajo el arco de tu puerta besándolo y deseándole buenas noches. ¡Qué momento! Brillan las estrellas, la luna luce imponente y ambos buscan en el cielo una estrella fugaz. Él no repara en que en su mano izquierda carga la basura de tu cocina.

Si un hombre se ofrece a llevarte a comer o cenar, que lo haga. Si te pregunta si puedes llevar comida preparada, pídele rollos primavera. Si pregunta si quieres algo de la tienda, pide un barquillo del sabor que te gusta. Lo de menos es el dinero. A él le hace feliz saberse capaz de satisfacer tus necesidades. Y esto le hace sentir que «él manda en ese tren», aunque en realidad lo hagas tú.

La lección más difícil para la niña buena es aprender a recibir. Permite que tu pareja te dé cosas, porque parte de su hombría está definida por sentirse «responsable».

La zorra tonta no renuncia al poder; sólo da la impresión de que lo hace. Y esto le ayuda mucho a obtener poder, porque le permite conseguir lo que quiere.

He aquí un ejemplo clásico. Una conocida mía, Michelle, me contó de su relación en curso. En la segunda cita, su pareja le pidió que fuera a verlo a su casa. Metida en ese apuro, tuvo de pronto una ocurrencia

digna de una zorra tonta: ignoró la petición y preguntó dulcemente: «¿Preferirías que nos viéramos otra noche? Si hoy no se puede, lo entenderé».

Evitó por completo la cuestión. No se disgustó ni le dijo lo que él tenía que hacer. Simplemente ofreció un par de opciones, en una de las cuales ella no podría participar. Y lo dejó elegir.

Lo mejor de todo es que la zorra tonta es agradable, diplomática y educada, así que él cree tener el control (aunque no lo tenga). Y pese a que *parece* distraída, está al tanto de todo. Es lo mismo que en una negociación exitosa:

1. Ella no explica qué se propone.
2. Está dispuesta a retirarse si los términos no le parecen favorables.

La zorra tonta hace estas dos cosas sin palabras. Negocia con su disposición a participar (o la falta de ella). Si la propuesta le parece adecuada, dice: «Me encantaría». De no ser así, responde: «Me encantaría, pero estoy hecha trizas». Reacciona en forma favorable cuando él se porta como un caballero, y retrocede sutilmente si sus modales no están a la altura.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 39**

**Los hombres no reaccionan a palabras.**

**Reaccionan a la falta de contacto.**

---

Ser tonta como una zorra también puede distender una situación en la que el hombre es algo irrespetuoso. Supongamos que en tu primera cita esperas a que tu pareja te siente a la mesa y él posa su mano en una parte muy baja de tu espalda, *tan baja* que un poco más y sabría si prefieres usar calzón o tanga. Basta con que te hagas la tonta, te recorras a un lado como si hubiera sido un accidente y digas: «Con permiso».

A mi amiga Talia le pasó algo similar. Terminada la cena, el mesero llevó la cuenta a la mesa. El novio le indicó en broma que se la diera a Talia, y volteó a verla. Ella ladeó confundida la cabeza, como sugiriendo que nunca había oído algo semejante, y parpadeó como si alucinara.

La zorra tonta no dice nada. La niña buena, en cambio, suele cometer el error de externar sus sentimientos. Como me dijo Paul: «Las mujeres hablan demasiado. Y si están disgustadas, peor todavía. Yo preferiría subir al ring a pelear seis rounds con Mike Tyson que oír a una mujer repetirse sin parar». Piensa en la última vez que un hombre te abrió su corazón. A primera vista, esto podría parecer «vinculación afectiva». Pero la novedad se acaba pronto. A los hombres les gusta vincularse, sí... pero de la cintura *para bajo*.

Las llamadas telefónicas de dos horas que tanto te gustan son un grave error. A él le agrada la primera vez, porque te sabe interesada. Pero luego no lo *soporta*. No permitas que tus conversaciones duren demasiado. No te expongas a ser considerada una *obligación* tediosa. Si tus llamadas son cortas y deleitables, él nunca se cansará de buscarte.

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 40**  
**Hablar demasiado de la «relación» suprime el**  
**elemento de lo «desconocido», y por tanto el**  
**misterio.**

---

Cuando no eres rogona, no necesitas una descripción jugada a jugada de la relación. Cuando eres segura, *él no cree controlarte al cien por ciento*, y lo tendrás a tus pies.

Elimina de tu vocabulario la frase *Tenemos que hablar*. Mi amiga Jeannette me confió sus observaciones sobre los hombres: «Tienes que acercarte poco a poco. Darles de comer, ofrecerles una cerveza y sacar el tema como por casualidad. Entra por la puerta trasera. Entra y sal, antes de que se den cuenta de lo que pasó».

Cuando dos hombres hablan entre sí, uno da su opinión y el otro comenta. Uno asiente y el otro gruñe. Uno toma un trago, el otro le invita una cerveza. Toda la retroalimentación que obtienen se reduce a un par de frases. ¿Parpadeaste? La «vinculación» ha empezado.

El umbral de concentración para lo sentimental entre la mayoría de los hombres dura alrededor de dos minutos. Una vez concluido el segundo minuto, comienzan a distraerse. Piensan: «¡Qué hambre! ¿Qué habrá de cenar?».

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 41

Los hombres respetan a las mujeres que se comunican en forma breve, porque así es como hablan entre ellos.

---

La cabrona se comunica de forma diferente a la niña buena. Habla en términos prácticos y se explica rápido. La niña buena hace aflorar sus sentimientos y abre su corazón. ¿Qué oye él? Nada. Sólo percibe su desamparo, y esto que pierda el interés.

### *La zorra tonta es misteriosa*

La zorra tonta sabe que lo que se tiene no se aprecia, así que no se desahoga en el primer par de citas. Permite que las cosas salgan poco a poco, sin prisas.

Cuando conozcas a un hombre, no sobrecompenses hablando sin parar. Y tampoco hables *por nerviosismo*. Mantenerse serena y callada aumentará tu atractivo, por no mencionar tu capacidad de ejercer poder.

En una primera cita con un hombre, él se puso a contarme todos los detalles sórdidos de su relación anterior. Yo no quería oír, pero no lo critiqué ni lo hice sentir mal. Fui educada. Sólo pregunté: «¿Cómo estuvo tu carga de trabajo esta semana, John?».

La zorra tonta *no* pregunta: «¿Podemos cambiar de tema?». No tiene que pedir permiso.

Y tampoco cuenta sus relaciones pasadas. Tú eres un «premio» y no dispones de una lista de calamidades por reportar. Él no tiene por qué saber que tu exmarido te robó tus electrodomésticos, no paga la pensión de tus hijos y tiene un hermano mafioso que está en la cárcel por cargos de crimen organizado. Si él es una persona de clase, no le impresionará saber que tu último novio te sigue asediando y «no me quiere soltar».

Si te pregunta por tu ex, contesta: «Decidió seguir su propio camino». O bien: «Nos gustaban cosas diferentes». La zorra tonta recurre a vaguedades cuando él pide información que no es de su incumbencia.

¿Y lo que *sí* revelas? No des información negativa sobre ti. Él no necesita saber que crees tener feas piernas o que llevas 7.2 meses sin tener una cita. Las mentes curiosas no tienen necesidad de saber nada de esto.

Los hombres suponen en forma automática que, si estás interesada, harás cualquier cosa para «asegurarlos». Pensarán que quieres «exclusividad»: forzar el baúl del ajuar y tener hijos con ellos. Es importante que sepan que eres diferente. Relajada, segura y feliz *con o sin ellos*. Esto se conoce como la fórmula de la fortuna, contenida en el principio de atracción # 42.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 42

Cuando eres feliz y él es libre de marcharse cuando quiera, se siente afortunado.

---

Si quieres hablar de tu helado favorito, hazlo. ¿De viajar a Belice? Sí. ¿De tus problemas de trabajo o tu decepcionante visita al médico que te trata contra la esterilidad? No.

Es bueno que dejes *sin responder* algunas de sus preguntas sobre ti. Es más, te recomiendo hacerlo. A fin de cuentas, una persona acabará mostrándose cómo es en realidad. No se sincerará y te lo dirá. Lo que te dice con sus actos es el idioma que importa.

### *La zorra tonta es consecuente consigo misma*

La zorra es pequeña, y en el reino animal los pequeños son las presas. Así, sabe que tiene que velar por sus intereses, sobre todo en los primeros momentos de una relación. Al contrario, la niña buena cree todo lo que le dicen, porque le suena bien, y esto la expone a sufrir. La zorra sabe que es probable que un hombre adorne al principio sus intenciones, y que por eso debe estar alerta.

## LO QUE ÉL NO DIRÁ

«Quiero sexo y sólo sexo, sin compromisos».

«Dame sexo y fingiré ser tu novio una semana».

«¿Puedo turnarte con otras tres mujeres, como pitchers?»

«¿Quieres ser el sabor del mes?»

Lo invita a pasar en la segunda cita. Él prometió «puros apapachos». Terminan acostándose, pero ella no sabe qué pensar: él obtuvo la dulcería completa.

## LO QUE DIRÁ

«¡Me interesa una relación prolongada!»

«Confía en mí».

«Tú eres diferente».

«Estoy harto de salir con una y con otra».

Se besan apasionadamente en la puerta. Ella quisiera invitarlo a pasar, pero se contiene, y se despide en la entrada.

**Trivia: ¿quién conquista más mujeres: el hombre que adorna sus intenciones o el que dice las cosas como son? El hecho es que si tiene una agenda oculta, lo último que hará será revelarla. Así que la zorra tiene que sacar sus propias conclusiones.**

**La razón de que la zorra tonta no diga lo que ve es que él mostrará más rápido quién es en realidad si no se sabe observado. Cuando un hombre habla de sí mismo o de sus relaciones pasadas, quizá desea que ella lo conozca mejor. Pero en vez de prestarse a intensas sesiones de preguntas y respuestas, la zorra aligera la conversación. ¿Por qué? La verdad sale a relucir entre bromas. Él te dirá todo lo que debes saber en conversaciones informales, con chistes y comentarios casuales aquí y allá. Si es un lobo disfrazado de oveja, los bigotes le asomarán sin falta alguna.**

**Cuando la zorra tonta siente que hay «algo raro» en el carácter de un hombre, no se lo hace notar. La única conversación que sostiene es *consigo misma*. Como dijo el expresidente estadounidense Lyndon B. Johnson: «Debes saber cuándo mantener cerrada la boca».**

**Si a un posible manipulador le dices lo que observas, tratará en el acto de convencerte de lo contrario. Te dirá: «Eres insegura» o «Me estás prejuzgando». ¿Lo estás prejuzgando? ¡Ojalá! Tu verdadero error fue confiarle eso.**

**La zorra tonta tiene criterio propio Juzga a las personas con base en su experiencia. Cuida de sí misma y toma buenas decisiones porque deja que el tiempo pase y observa cómo *se conduce* su pareja. Confía en su observación e intuición.**

**Ninguna víctima concede el «beneficio de la duda». Cuando la zorra siente el peligro, huye a toda prisa. Nunca permanezcas con una persona que te ha herido. Que lo haya hecho sin querer es una cosa; pero si lo hizo a propósito, se acabó. Ya sabes todo lo que tenías que saber.**

**En las primeras fases, diviértete y sal... pero no exhibas tu juego. Más aún, *tómate tu tiempo*. Esto no sólo te hará lista como una zorra, sino que además te ayudará a conservar tu independencia.**

**La niña buena pierde un importante mecanismo de defensa cuando supone que la vida es justa, o que el príncipe azul siempre la defenderá. La zorra lista no se deja llevar por ilusiones ni por la esperanza de un efecto de ensueño, como Cenicienta. Aunque no lo parezca, es capaz de cuidarse las espaldas, así que no tiene que delegar en un hombre esta responsabilidad.**

**Esto es justo lo que hacen para sobrevivir todos los animales de la selva, a fin de no acabar hechos papilla. Pero, sobre todo, la zorra lista comprende —y cumple— la primera ley de la naturaleza: sálvese quien pueda.**

# 5

## Circo, *maroma* y teatro

Cuando las mujeres dejan de valorarse y se vuelven rogonas

Jamás negociemos por miedo.

JOHN F. KENNEDY

## ***Una nueva perspectiva: ¿quién manda en ti?***

Cuando una niña buena conoce a un hombre, no es raro que haga concesiones aparentemente insignificantes. Abandona su rutina diaria. Deja de ver a sus amigas. No asiste más a su clase de yoga y deja de jugar tenis los fines de semana. Ya no se da tiempo para lo que hacía cuando estaba «en solitario». He aquí lo que **hace**:

- Cambia una cita con el estilista... por una con **su novio**.
- Deja de ir al gimnasio al salir de trabajar... para poder ver a **su pareja**.
- Ya no pasa tiempo con sus amigas... para hacerle sentir **a él** que es «especial».
- Cancela planes... porque podría recibir en cualquier momento una llamada **de él**.
- Se distrae en la escuela... porque no cesa de checar si ha recibido un mensaje de **su novio**.
- Se distrae en el trabajo... porque no para de revisar su correo para ver si hay algo **de él** en la bandeja de entrada.
- Renuncia a su carrera... para alentar la de él y apoyarlo.
- Ya no sueña en nada aparte de su relación... porque **su pareja** es su único sueño.

Por el contrario, la cabrona **sigue avanzando a su ritmo**. Esto le impide desbalancearse, como le ocurre a la niña buena que abandona su rutina.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 43

**Si permites un alto a tu ritmo, crearás un vacío.**

**Para reemplazar lo que dejaste, esperarás y  
necesitarás más de tu pareja.**

Teresa es un caso clásico. Tomaba clases nocturnas de salsa dos veces a la semana. Pero dejó de ir cuando conoció a su novio, porque a él no le gusta bailar. También jugaba tenis, afición que abandonó por el mismo motivo.

Parece poca cosa, ¿verdad? Pero no lo es. Teresa renunció a lo que le gusta. La razón de que la niña buena abandone sus actividades también habla de su grado de seguridad en sí misma. Suele dejar algo porque teme no gustarle a su novio.

Esta progresiva reducción de actividades resulta en un cambio sustancial en su manera de ser. Él lo notará en algún momento, y perderá interés, porque se dará cuenta —antes que ella— de que su novia ha dejado de ser independiente.

¿Qué pasa cuando ella pierde su independencia? Echemos un vistazo a la situación de Teresa. Ella misma me explicó: «Muy pronto adoptamos el patrón de dormir juntos casi a diario. Nunca me dijo que eso fuera “demasiado” para él. Pero dejó de sonreír y ya no parecía feliz. Yo me sentía cada vez más insegura, y hacía cuanto podía por ser cariñosa. Quería que él fuera como había sido cuando empezamos».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 44

### **La mayoría de las mujeres ansían recibir de un hombre algo que deben darse a sí mismas.**

---

La niña buena cree renunciar a algo a cambio de algo *mejor*. Deja de tener el control de su vida. Pero cuando llega el momento de obtener lo que esperaba, se decepciona. Además de quedarse con las manos vacías, está exhausta.

Es raro que un hombre comprenda a cuánto renuncia la niña buena. Él no hace un sacrificio igual, porque es ella la que se ajusta a él. Pero una vez que ella renuncia a su vida, exige lo mismo de su pareja. Quiere que él deje de ver a sus familiares y amigos. Que pase con ella todo su tiempo libre. Que le permita acompañarlo al gimnasio.

Los hombres no sienten esa presión con una cabrona, de manera que quieren pasar más tiempo con ella, no menos, y la respetan por tener una vida propia. Si una mujer le dice a su novio que no puede verlo esa noche porque tiene su clase semanal de cerámica, él se rascará la cabeza y pensará:

«¿Prefiere su clase de cerámica que a mí?». Esto no sólo le atrae; también lo hará alucinar.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 45

**Una mujer luce más segura cuando el hombre no puede arrancarla de su vida, porque está satisfecha con ella.**

---

Cuando amas la vida *con* o *sin él*, él te aceptará y valorará tal como eres.

## ¿QUIÉN MANDA EN TI?

### LA NIÑA BUENA

### LA CABRONA

Desdeña lo que antes valoraba y creía importante en su vida.

Él manda en ella.

Tiene en alta estima sus prioridades, valores y preferencias. Siempre.

Ella manda en sí misma, como antes.

Espera a que él le indique que hay «demasiada» cercanía entre ellos.

Él manda en ella.

Se orienta sola. No permite que él se aburra.

Ella manda en sí misma, como antes.

Mide lo feliz que él es, y está atenta a que la apruebe.

Él manda en ella.

No se obsesiona con la opinión de él ni necesita que la apruebe.

Ella manda en sí misma, como antes.

Cuando él le cobra afición, ella se siente bien; cuando la desaira, se siente mal.

Él manda en ella.

Es segura de sí misma, así que el humor ajeno no le afecta, y juega tenis.

Ella manda en sí misma, como antes.

Considera insignificantes o secundarios sus propios intereses.

Él manda en ella.

No subestima sus intereses. Son suyos.

Ella manda en sí misma, como antes.

Primero da de más y luego negocia reciprocidad.

Él manda en ella.

Sólo da cuando es recíproco.

Ella manda en sí misma, como antes.

Cuando una relación comienza en forma intempestiva, el hombre dará marcha atrás en algún momento para recobrar su espacio, y la mujer se desbalanceará. La niña buena se vuelve rogona entonces, tratando de «recuperar» el afecto de él. Y hace circo, maroma y teatro. Un hombre pierde

respeto por una mujer que necesita su aprobación, sobre todo si ella da de más para obtenerla.

El hombre debe poner algo de su parte. Estar alerta. Cerciorarse de que se ha amarrado fuerte los zapatos, tiene bien fajados los pantalones y preserva sus buenos modales. El hecho de que abra la puerta del coche, extreme cuidados y haga gala de buena educación significa que ella se ha ganado su respeto. Ella sigue siendo tan cabrona para él que él tiene que controlarse; no relaja su conducta para con ella.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 46

### **En cuanto una mujer se empeña en ajustarse a los criterios de él, baja el nivel de la relación.**

---

En tanto una mujer siga siendo ella misma, él la necesitará. Al pensar en una chica que ejerce el control de sí misma, un hombre piensa automáticamente en sus preferencias y el modo de complacerla.

Las mujeres somos mucho más proclives a cancelar planes. Ellos no renuncian a sus escapadas nocturnas con sus amigos. No dejan su trabajo ni su descanso ni su buena alimentación. (La mayoría de ellos ni siquiera deja a su mamá). Y respetan a una mujer que no descuida lo que le importa.

¿Cuándo fue la última vez que oíste a un hombre llamarle a su estilista y decir: «Voy a tener que cancelar mi cita de las 2:15, Sam. Sally y yo tenemos que dedicar más tiempo a vincularnos afectivamente»? Nunca. Así te hayas colgado del candelabro la noche anterior para ofrecer sexo de parar el tráfico, acompañado de gritos que espantaron a los gatos callejeros, a las 2:15 tu hombre le pertenecerá a Sam. Los hombres pueden pasar rápidamente de románticos a prácticos, e igual la cabrona. Así que les habla en su propio idioma.

La niña buena, en cambio, está demasiado necesitada para soltarse. «Pero si él fue quien me persiguió», dice. Puede ser, pero tú puedes decidir cuándo aparecerte, y es así como sigues mandando en ti misma.

Incluso en una carrera, un auto tiene que detenerse en los pits para cambiar llantas, o de lo contrario no podrá permanecer en la pista, no controlará su dirección y perderá tracción. Los hombres no siempre piensan a largo plazo, así que si les dejas controlar la velocidad, podrían estrellar la relación en un muro. Como dice el adagio: «El que mucho abarca, poco

aprieta». Por eso es indispensable que seas tú la que fije el paso, y que mantengas tu ritmo. De no ser así, tu novio te obligará a hacer circo, maroma y teatro. No importa si no quiere separarse de ti. Aun si es increíble y tú te sientes tentada a hacerlo, **no le des todo tu tiempo**.

En un primer momento, pasa con él dos terceras partes del tiempo que él pide. En cuanto al tercio restante, «tienes muchas cosas que hacer». No te sientes a esperar que te llame. No olvides que no se trata de «sufrir para merecer». **No te desconectes de la realidad**. Fuéstrate a conservar la rutina que tenías antes de conocerlo. Si pierdes tu ritmo, perderás tu equilibrio psicológico, y te volverás una rogon.

Cale, mi antigua compañera de departamento, siempre era muy buena en esto. Apagaba su teléfono para no recibir ninguna llamada. Si en la tarde se sentía cansada y no quería salir en la noche, cancelaba su cita. Se servía una copa de vino y se entretenía con un buen libro o su programa de televisión favorito. Siempre la pretendía un hombre que valiera la pena.

Ser cabrona no es desbordar arrogancia. Contra lo que los medios de comunicación nos quieren hacer creer, no importa lo sofisticada, a la moda o petulante que seas. Lo importante es que poseas el control de ti misma. De hecho, cuando una mujer se obstina en ser petulante, no avanzará a su ritmo porque hará todo lo posible por convencerse de que es más fuerte de lo que en realidad es.

Como dijo Gregory Corso: «Pararse en una esquina sin esperar a nadie es poder». Cuando no esperas a nadie es porque no **necesitas** a nadie. Si adoptas esta actitud ante los hombres, el que suba a batear tendrá que estar a tu nivel. Primero debes dejar de necesitar su aprobación; sólo entonces podrás satisfacer tus necesidades.

Lynn acababa de conocer a Kevin, quien era cirujano plástico. Vivían separados, y ella le hizo de cenar una noche. Sin embargo, él llamó a última hora para cancelar, porque había intercambiado su turno con otro médico. Para entonces, Lynn ya había terminado de preparar un banquete, pues él llamó media hora antes del momento previsto para su arribo. Si hubiera llamado más temprano, justo cuando acordó cambiar de turno, ella no habría trabajado en vano.

Ella cometió entonces el error de hacer circo, maroma y teatro: propuso dejar la cena para la noche siguiente, y aceptó llevarla a casa de Kevin. Lo que debió haber hecho fue frustrar el plan de la cena. Debió decir: «¡**Mmm**, todo está riquísimo, Kevin! Qué lastima que vayas a perdértelo».

Cuando un hombre abusa de una mujer y ella lo acepta, él empieza a perderle el respeto. Como cabía esperar, Lynn fue a casa de Kevin la noche siguiente, él no se mostró especialmente agradecido; esto hirió los sentimientos de ella, y su relación terminó poco después.

Una cabrona se da prioridad a sí misma en vez de «fundirse» con otra persona. Por eso, su no significa no y su sí significa sí. El propósito no es que te vuelvas odiosa, sino que seas clara. Puedes ser amable, y aun así clara. Un hombre respetará a una mujer que es clara y directa acerca de lo que necesita, que no habla de más ni duda después de haber hecho bien. Si él llega tarde a una cita, por ejemplo, la cabrona se enojará, porque le causó una molestia. Pero enojarse no es lo mismo que ponerse sentimental. Ella le dirá algo como: «No me hagas perder el tiempo. Si vas a llegar tarde, avísame, para que pueda hacer planes. Tengo mejores cosas que hacer que esperarte».

Si él opta por faltarle el respeto de nuevo, la cabrona aguardará quince o veinte minutos y se irá. Su tiempo y prioridades son importantes para ella. Y jamás los pondrá en riesgo.

En una situación así, pregúntate lo siguiente: «¿Cómo ve él esta circunstancia? ¿Qué mensaje transmito con mis reacciones a su conducta?».

Por tanto, tu verdadero poder se caracteriza por:

- Conocer tu ritmo y mantenerlo.
- Saber quién eres y lo que aceptarás y no.
- Tomar decisiones sin lamentarlo después ni dejarte convencer de que debieron ser otras.
- Tener autocontrol, porque el verdadero poder reside en tener el control de ti misma.

Cuando tienes el control de ti misma, no necesitas ser sentimental todo el tiempo. Cuando tienes un genio respondón, nunca dejas de mandar en ti. Irónicamente, también mandarás en él.

## ***De boba a respondona***

Que una mujer sea demasiado sentimental o ñoña puede ser demasiado para un hombre, sobre todo si acaba de conocerla. La cabrona es respondona, lo

que un hombre enfrenta con más facilidad, porque ésa es la forma en que trata a otros. Uno de mis entrevistados dio un ejemplo perfecto de lo frustrados que se sienten los hombres por un lenguaje demasiado meloso y sentimental, en particular al inicio de una relación. Él se desanimó por completo al recibir lacrimógenas tarjetas Hallmark de una mujer que acababa de conocer.

A otro, una mujer recién conocida no dejaba de leerle poemas. «Siempre eran larguísimos, o cortos y aburridos. Pero todos eran espantosos. “Mi amor por usía”. O “Mi corazón está tan lleno de amor que amenaza con salirseme del pecho”. Y lloraba al leerlos. Empecé a evitarla».

Un sujeto más dijo lo siguiente acerca de una mujer con la que anduvo tres semanas: «Un hombre no tiene por qué oír cada treinta segundos que una mujer lo ama. Ésta me lo decía una y otra vez. Era como estar con una cacatúa... “Te amo... Te amo... Te amo... Te amo... ¡Te amo!”».

Los hombres también se dan cuenta si buscas una relación a como dé lugar. ¿Pones doce empalagosos libros sobre sentimientos en tu mesa de centro? ¿Publicas un anuncio tuyo en la sección de «clasificados personales» al mismo tiempo que buscas contactos en internet? ¿Tienes una amiga avasalladora que te delata? Al llegar con tu novio a casa después de una cita y encender la contestadora, oyes: «¡Hola, amiga! Este domingo habrá otro encuentro de solteros en el autolavado, con café gratis. ¡Y me enteré de que va a haber una nueva tanda de divorciados! Al que madruga, Dios le ayuda».

***Ser respondona significa que no te boicotearás a ti misma.*** En cuanto un hombre se percata de tu obsesión por él, se acabó el reto. Si entras accidentalmente en ese terreno, tendrás que reconquistar a tu pareja demostrándole que no eres de las que esperan. Tienes una vida propia. Otras prioridades, algunas de las cuales están antes que él.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 47

**Haces circo, maroma y teatro cada vez que subrayas que lo das «todo».**

---

- No hables horas enteras por teléfono antes de tu primera cita. Bromea. Sé punzante. Haz planes para verse y termina cortésmente la conversación.
- No hables al principio de temas profundos. No uses términos terapéuticos como ***catártico, procesamiento, desencadenado, apropiarse y niño interior***. No te pongas metafísica ni le digas que «ojalá cada uno de nosotros sea el partero del espíritu del otro».

- Si crees en la astrología, no le digas que se verán únicamente cuando Mercurio «camine de puntitas» alrededor de la luna y haga un movimiento «retrógrado» de tres semanas en torno a Júpiter (con una rápida escala en Plutón para tomar café).
- No le digas quién fuiste en una «vida pasada» o quién serás en la siguiente. Creerá que has perdido la cabeza.
- Al comienzo, no lo veas dos o más noches seguidas, sino una o dos por semana.
- No hagas mohines ni lloriquees si no te llama. Haz que de vez en cuando se pregunte qué haces cuando no estás con él. Si eres tú quien determina el momento oportuno, lo mantendrá ansioso y cargarás sus baterías.
- Si te lleva a un restaurante elegante, no ordenes un tallo de apio «con aceite y vinagre aparte» ni piques después su plato como colibrí. No te pongas nerviosa por querer impresionarlo con tu propiedad en la mesa. Ten apetito por la vida.
- No reveles en tu primera cena lo que has «sufrido» desde tu infancia.
- No intentes corregir sus defectos. Una conocida mía le regaló a su novio *Tuesdays with Morrie* (Martes con mi viejo profesor); creyó que este libro le ayudaría a combatir su adicción al trabajo. Demasiado análisis psicológico resulta meloso.
- No lo acompañes cuando salga con sus amigos. No te toca ser uno de «los muchachos».
- No hagas recorridos lentos con los faros apagados para ver si está en casa, y tampoco vuelos de inspección de alta velocidad.
- Si te llama para verse a altas horas de la noche después de haber salido con sus amigos, no te precipites saltando y chocando alegremente los talones como Julie Andrews en *The Sound of Music* (La novicia rebelde).
- No salgas con nadie con adicciones de cualquier clase, con la esperanza de «ayudarlo» acompañándolo a reuniones de Alcohólicos Anónimos (AA) o similares. Déjalo resolver sólo su problema. Si no se trata bien, menos lo hará contigo.
- Nunca le llames dos o más veces seguidas, aun si su contestadora no te deja terminar. No le dejes largos mensajes sentimentales. Pueden ser amables y cortos.
- No le mandes dos o más correos juntos, ni largos mensajes sobre «sentimientos», «problemas» y cosas que «necesitas» y que no estás recibiendo. Si él te envía un mensaje, no lo contestes siempre en treinta segundos.
- No dejes de comer, dormir ni hacer ejercicio. Sigue tu rutina. Si quiere estar contigo más tiempo del que estás dispuesta a darle, invítalo a participar en una de tus actividades, como pasear a tu perro o ir a una excursión en bici un fin de semana.

- Abstenerte de citas de última hora nada más porque «lo extrañas».
- Al cruzar la puerta, no revises enseguida tus mensajes ni le llames si él te habló. Reposa, date un baño, cena y relájate. Avanza a tu ritmo, y llámale después. Debe saber que tienes una vida propia... **todos** los días.
- Si cuando estás hablando por teléfono con él entra otra llamada, no le digas: «Espérame. ¡No vayas a colgar! Sea quien sea, lo cortaré pronto». Cuando vuelvas con él, no siempre reveles la identidad de quien te llamó: «Era el veterinario. Tigger tiene dolor de oído»
- No pierdas sistemáticamente cuarenta minutos en ir a su casa porque no pueden verse en la tuya, pues la compartes con una amiga. Mira un mapa y fíjate en esto: la distancia de su casa a la tuya es igual que de la tuya a la suya. Así que no te sientas culpable por hacer que venga a verte.
- No le pidas afecto. No te arranques afecto. No se lo des si él no es cariñoso. Si te ignora, no te obstines: «¿Puedo darte un masaje en la espalda?».
- No seas esclava del teléfono. No pongas a tu amiga a oír sus mensajes de voz para analizar cada detalle de tu situación. Concéntrate en la circunstancia general. ¿Tu vida es mejor gracias a él o verlo te hace sentir bien? (De no ser así, aprieta el botón de «avance rápido», y luego el de «borrar».)
- No memorices su número telefónico en su primera semana juntos, ni le llames y cuelgues a cada rato. Sabrá que eres tú.
- Si está de mal humor, busca un pretexto y ve a hacer tus cosas.
- Sobre todo, por ningún motivo pierdas de vista tu vida. Así es como seguirás pareciéndole audaz.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 48

**Que no te traguen las arenas movedizas. Si no conservas el control de ti misma, tu relación está condenada al fracaso.**

---

### ***La cabrona básica***

Desde el primer mensaje que deja en su contestadora, un hombre nota si una mujer está obsesionada con él. Tal vez ella quiera impresionarlo, conquistarlo

o parecer sexy. Pero así sea rogoná o empeñosa, el efecto es el mismo. ***La cabrona, por su parte, no se desvive jamás por causar buena impresión.***

Él marca y la contestadora responde. ¡Bip! Se oye entonces la voz entrecortada de ella, como si acabara de despertar. «¡Hola! Estás llamando a casa de Susan. Estoy exhausta, y un poco ocupada en este momento, haciendo, bueno [risitas nerviosas]... Si fueras tan amable de dejar un mensaje después del tono, te llamaré tan pronto como pueda. Pero estoy llegando de Portugal, y no he desempacado todavía. Sin embargo, si tengo un momento libre, te llamaré. Espera la señal... *ciao*... adiosito... besos... que tengas un día místico... ¡y muchas gracias por llamar!». ¡Bip!

Con un número telefónico para llamar sin costo y un proxeneta, esta amiga estaría en el oficio.

Como dicen ellos: «A tos hombres nos gustan las mujeres que son naturales». No sin maquillaje y cabello teñido. «Naturales» no significa que ellos quieran mujeres vegetarianas que toman jugo de trigo o usan brillo de labios orgánico. Implica que todo exceso los desatenta, porque les hace pensar que una mujer ***se empeña en llamar su atención.*** Y cada vez que actúa así, hace circo, maroma y teatro.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 49

**Hacer circo, maroma y teatro suele tener un efecto negativo: él cree tener la oportunidad de quedarse con todo.**

**Si estás fuera de su alcance, se portará de maravilla.**

---

Veamos cómo se desarrolló una relación en la que la mujer se prestó a hacer circo, maroma y teatro. Es un escenario clásico. Sarah compró un boleto de avión para ir a visitar a Mickey, a quien sólo había visto una vez, cuando estuvo en su ciudad un fin de semana feriado. Habían mantenido contacto por teléfono y correo electrónico por un mes. Convencida de que él era «el elegido», Sarah decidió volver a verlo.

El boleto le costó cuatrocientos dólares. Mickey aceptó pagar el hospedaje, que terminó costando cuarenta dólares en un motel. Una vez que Sarah llegó, tuvieron relaciones en el motel. Luego él la llevó a una cafetería

con cupones cortesía del hotel, y más tarde hicieron de nuevo el amor, **mientras** él veía la Serie Mundial.

Un momento Kodak, ¿verdad? Ningún escarceo previo. Nada de velas. Ninguna música suave. Nada de bañarse juntos. En cambio, un ojo al gato y otro al partido, tratando de oír el resultado. «El marcador es tres carreras a dos... hay casa llena. **¡Strike!**» Cualquier hombre —aun si creció en una cárcel— sabe que ver un partido al mismo tiempo que se hace el amor es una grosería. Ésa fue difícilmente una «escapada romántica» para dos. Luego de un par de días de romanticismo, lo único que ambos querían era «escapar» uno del otro.

Hagamos ahora una comparación financiera. Él comió y fornicó cuanto quiso, y hasta vio el partido (nada mal por cuarenta dólares). La cuenta de ella fue de más de cuatrocientos dólares. Claro que en el avión le dieron dos paquetes extra de cacahuates, cada uno con 2.5 unidades, lo que hace un total de cinco cacahuates. Pero aun si los hubiera partido a la mitad, no habría salido ganando.

Una cabrona no se habría expuesto nunca a algo así. Le habría exigido a él ir a visitarla, y le habría sugerido un hotel conveniente.

Lo que mueve a la niña buena a hacer circo, maroma y teatro, y hasta lo imposible por sobrecompensar, es la fantasía de que él «la va a completar». Pero para que la chispa no se apague, a veces es mejor estar fuera del alcance del hombre, porque esto carga sus baterías.

La niña buena no se toma ni un respiro debido a su fantasía de que él es «el elegido», o su «alma gemela». Pero esta fantasía es un lastre, porque fomenta la visión miope de que él es el centro de su vida.

Otra razón de que algunas mujeres se apresuren a aceptar una relación es el **miedo**. Mary me dijo: «A mi novio no puedo decirle nunca que no. Voy a su casa y espero en el coche a que llegue de trabajar. Ceno tarde y me desuelo, aunque al otro día tenga que levantarme temprano. Y a la mañana siguiente estoy completamente agotada».

Le pregunté por qué no le decía: «Esta noche no, cariño. Me urge descansar». Ella contestó: «Porque hará una rabieta. Creo que en el fondo tengo miedo de que se busque otra novia».

A la cabrona no la domina el miedo de perder a su hombre, porque sabe que el verdadero precio sería perderse **a sí misma**. Las mujeres se entregan casi al instante **de pequeñas maneras**. El efecto acumulado de estas sutiles concesiones es lo que las hace sentirse fatigadas.

El ciclo es éste:

- Ella desarrolla la visión miope de que lo que él le da es vital.
- A causa de esta fantasía, ella descuida sus necesidades diarias.
- Se siente cada vez más exhausta, pero se sigue esforzando, creyendo que será él quien vuelva a hacerla sentir satisfecha consigo misma.
- Él percibe su empeño y relaja aún más lo que da.
- Ella siente eso, así que insiste en su afán de hacer circo, maroma y teatro.
- El ciclo se recrudece, y ella se agota cada vez más.

¿La solución? Renuncia a esa fantasía. Y si crees que vas a lamentar haber dado algo, no lo des. Da sólo lo que estás dispuesta a dar. Esto te permitirá tener bien puestos los pies sobre la tierra.

¿Recuerdas la regla de oro que aprendiste en el kínder? Es una teoría bonita, pero en la práctica hay que hacerle algunas modificaciones.

### REEMPLACEMOS...

«Trata a los demás como quieres que te traten».

«El amor todo lo vence».

«Dar es mejor que recibir».

«La caridad comienza en casa».

«Bien está lo que bien acaba».

«Ama a tu prójimo».

### POR...

«Trata bien a quien lo merece».

«El amor vencerá, si ella da todo».

«Es mejor dar y recibir».

«En esta casa no hay motivo para caridades».

«Bien está para quienes alcanzan sus fines».

«Ámate a ti misma, y a tu prójimo le dará gusto estar a tu lado».

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 50

**La niña buena da de más cuando complacerlo se vuelve más importante que complacerse.**

El principio de atracción # 50 es muy sutil en la vida cotidiana. Si, por ejemplo, una mujer pone toda su dedicación en su carrera y su tiempo

personal, estará exhausta. Él le preguntará entonces: «¿Qué tal el miércoles?», y ella responderá que tiene compromisos de trabajo el jueves por la mañana. Así que él insistirá: «Bueno, podría ser el martes o el jueves», y ella aceptará. Sus necesidades pasarán a segundo plano y, peor aún, será *ella misma* quien las desplace. Saldrán juntos, pero ella estará malhumorada e irritada, porque ha trabajado en exceso y descansado muy poco.

La cabrona no sigue el curso más difícil, sino el más fácil. ¿Qué tiene de difícil sugerir: «Sería preferible el fin de semana»? Esto es mejor para *todos* los involucrados. La cabrona se orienta sola.

Cathy descubrió en su primera cita que su pareja no le permitía ordenar en el restaurante lo que ella quería. Él no dejaba de decir: «*Tienes* que probar esto...». Educada pero firme, ella ordenó finalmente lo que quería. Él pidió entonces una botella de vino, pese a que Cathy le había dicho que no quería «beber y manejar», sobre todo siendo de noche y entre semana. Él le sirvió una copa y brindaron, así que ella no discutió. Entrechocaron sus copas y ella tomó un sorbo por cortesía, pero nada más. Su copa no volvió a moverse un milímetro.

Lo importante en este ejemplo es que Cathy no dio explicaciones. Sólo hizo lo que quería hacer. No tenía que pedir permiso para cumplir sus deseos, así que simplemente los cumplió.

Una conocida me contó que, en su segunda cita, su novio le pidió llevarlo días después al aeropuerto a las cuatro de la mañana (sí, ¡de la mañana!).

Ella lo oyó coordinar: «Podrías levantarte a las cuatro, recogerme a las cinco, llegar al aeropuerto a las seis, volver a casa a las siete, bañarte, y llegar a trabajar a las ocho». (El maestro de ceremonias tenía perfectamente planeado todo el circuito). Jamás se le ocurrió que podía pagar un poco por un servicio de taxi en vez de sacarla a ella de la cama a esa hora absurda. Ella dijo: «Lo siento, pero estaré ocupada». Él replicó: «¿Ocupada en qué? ¿En dormir?». Ella sonrió: «Sí».

Si él pretende que es perfectamente normal que hagas circo, maroma y teatro, no te atengas a su criterio. Ignora lo que dice. Si te dice: «Soy una persona espiritual», no lo oigas; observa cómo actúa. Si te dijo que es espiritual pero espera demasiadas «concesiones profanas», haz caso a lo que observas.

Otra manera en que una mujer hace malabares es «fijar horas» a partir de que el hombre le llama. ¿Cuántas veces le has hablado a una amiga para verse pero ella debe esperar a que su novio le llame para darte una respuesta? Lo único que estas mujeres consiguen con eso es que se les trate mal. Terminan

fastidiándose de acceder a esperar, inmóviles, sin hacer planes, hasta descartar «más allá de toda duda razonable» la posibilidad de reunirse con un hombre. Cuando tu amiga te llama para decirte: «Está bien, podemos vernos», ya son las diez de la noche.

Si no sabes de él el tiempo suficiente para sugerir que respeta tu tiempo, la solución es simple: no le concedas un solo minuto.

He aquí otro ejemplo de una mujer que hace circo, maroma y teatro, caso que también contradice el estereotipo de que lo que más atrae a un hombre es la belleza y la juventud. Karla tenía diecinueve años y era tan bonita que habría podido aparecer sin retoque en la portada de cualquier revista para caballeros. Pero un día lloró en mi hombro porque Bart, su novio, le dijo que, cuando salía con sus amigos, le gustaban las de dieciséis.

Ahora oigamos la versión de Bart: «Ella está más enamorada de mí que yo de ella». Me contó entonces que una vez ella fue a lavarle la ropa a su departamento. «Me porté grosero. ¿Y sabes qué me dijo? “Me iré a casa cuando acabe de lavar tu ropa”. Había tres cargas más, y las terminó. Yo habría sentido respeto por ella si me hubiera dicho: “Vete a la goma”, y se hubiera ido».

Una sugerencia: cuando vayas a su casa, no te pongas a hacer quehacer, La única ropa que debes lavar es la tuya. La única tina que debes tallar es la tuya. La única persona cuyo tiradero debes levantar eres tú. Si su casa es un desastre, vayan a la tuya. Si te pide que le ayudes a limpiar, sé sutil: dile que tu empleada doméstica tiene libres los domingos.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 51

**Si tienes que hacer malabares, tal vez la relación no sea buena para ti.**

**Lo bueno debe ser fácil y natural.**

---

Recuerda que no todo se reduce a un hombre. Tienes una vida... y es demasiado preciosa para desperdiciarla. Haz lo que más te convenga, sobre todo en tus relaciones (que tú misma escoges) y en la elección de a quién dejas «entrar en tu corazón». Obtendrás así más rendimiento de tu inversión... especialmente en el área de la dignidad.

# 6

## Deja de *fregar*

Qué hacer cuando él no te hace caso y rezongar no te sirve de nada

Bien hecho es mejor que bien dicho.

BENJAMIN FRANKLIN

## **¿Pareja o mamá?**

La escena es demasiado conocida: una niña buena tratando «a toda máquina» de complacer a un hombre. Cuando él llega de trabajar y ella intenta sostener una conversacional la rechaza diciendo: «Estoy cansado». Ella hace de cenar, pero él merienda frente a la tele para poder ver el partido de fútbol americano del lunes por la noche. Ella intenta lucir hermosa y él no se da cuenta. Pero mira lo que ocurre cuando se entera de que ya llegó la factura del nuevo traje de baño de su mujer: casi se muere. ¿Diagnóstico? Ella no se siente valorada.

Como el vago en la calle con el letrero **Trabajaré por comida**, el tuyo dice: **Trabajaré por atención**. *¡Deja de rebajarte, amiga! Ya hay una nueva administración. En la anterior, lidiabas a fuerza de reproches con la falta de atención de tu novio. Y tal vez notaste que eso no daba resultado. Por eso, todos los pasos que se explican en este capítulo suponen un cambio de conducta. Cuando fastidias a un hombre, él se retrae más todavía.*

*En esencia, no olvides nunca que, aunque es un adulto, lleva dentro un niño de tres años, al que debe su trastorno de déficit de apreciación. Cada vez que tú lo regañas, activas a ese pequeño, y treinta segundos después has puesto en operación la «glándula infantil».*

*Es tan fácil como cambiar de estación en un radio. En treinta segundos, él dejará de escucharte, y no volverá a sintonizar contigo hasta que dejes de quejarte. No importa si se le están quemando los pantalones y el cuarto está lleno de humo; no oírás una sola palabra de lo que digas. Por eso debes comunicarte con actos... no con palabras. Dado que, a diferencia de las mujeres, un hombre jamás hablará de sentimientos, todo lo que le repitas parecerá un reproche. Nunca le pidas más de dos veces que haga algo, o sentirá que mamá lo regaña. Y cada que vez insistas, se portará como un adolescente testarudo y se rebelará.*

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 52**

**Quando te quejas, él no te oye.**

**Però quando hablas con actos. none atención.**

***Pero cuando hablas con actos, pone atención.***

---

*Las mujeres solemos decir: «¡De niños son tan lindos! ¿Qué les pasa después?». Según Freud, las cosas se estropean cuando dejan de usar pañales. Para comprender mejor el origen de la «glándula infantil» y ver cómo un hombre deja de hacerle caso a una mujer, examinemos el comportamiento de un niño.*

*Un infante de tres años quiere ser independiente de mamá, pero también quiere estar seguro de que ella permanece a su alcance. Así que ve qué tan lejos puede llegar. El niño desobediente da maliciosamente la vuelta en una esquina y hace una pausa; luego vuelve sobre sus pasos para cerciorarse de que mamá sigue ahí.*

*En el caso de un adulto, hay un paso intermedio. Después de dar vuelta a la esquina pero antes de volver sobre sus pasos, volteará para mirar sobre su hombro y ver qué hará mamá entonces. «¿Se quejará? ¿Se asustará? ¿Vendrá tras de mí?». Tu reacción determinará si él se acerca o se aleja.*

***PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 53***

***Pese a que ya no la valore, él sigue buscando una confirmación de que ella «está ahí».***

---

*Piensa en lo inútil que es quejarte. Él confirma por ese medio que, pese a que siga siendo distante, tú permanecerás ahí. No negocia con palabras. No se sienta y te dice: «Mira, quiero holgazanear en nuestra relación. Pero me gustaría que me siguieras haciendo de comer, y que siguieras teniendo relaciones sexuales conmigo cuando yo quiera. De hecho, justo en este momento tengo ganas... ¿Nos damos un revolcón?».*

*Uno pensaría que la mujer que acepta estos términos está pasadísima de crack. Pero muchas los aceptan a diario. Sin parar. «¿Qué ocurrió?», se preguntan. Al principio él hacía un esfuerzo por demostrarle que era un caballero: le abría la puerta del coche, la dejaba ordenar primero, etcétera. Así que sabe cómo tratar a una mujer. El relajamiento sucede de manera gradual, sin negociación alguna y, desde luego, sin el consentimiento de la mujer, así que ella no sabe qué pasa hasta que las cosas ya se descarrilaron. Y entonces se pone a fregarlo para tratar de ponerlas en orden.*

Una vez que una mujer ve que un hombre se enfila a la modalidad de «costal de papas», trata equivocadamente de atacar el asunto. «Ya nunca salimos ni me traes flores», o «Ya casi no pasamos tiempo juntos». Para él, ésta es la señal de que **la tiene justo donde quería**. Ya no hace nada por ella, porque, piensa, su presencia basta para satisfacerla. Entonces bromea: «Estoy aquí contigo, ¿no?».

Para que el niño de tres años vuelva corriendo a mamá, ella tiene que permanecer **fuera de su alcance**. La razón de que los reproches la mantengan a su alcance es que él la siente atrapada, esperándolo; ella puede esperar que él dé más, que participe más o que esté más atento de algún modo, pero esperando. **En suspenso**.

Lo único peor que el hecho de que él esté encerrado en una jaula es la sensación de que te ha encerrado en la suya. De ahí la necesidad de un cambio de ciento ochenta grados como el que se prescribe en este capítulo.

Cuando él deja de valorarte, le has despertado el mismo tipo de amor que le tiene a su madre, su abuela o cualquier otra mujer que lo haya criado, y te has vuelto «incondicional». Por más que le grites, sabe que no irás a ninguna parte. «Puede patearme el trasero pero seguirá queriéndome, y yo podré seguir haciendo lo que se me antoje». Éste es justo el manto de seguridad que no debes permitir que tenga.

Los hombres saben que eso no está bien, pero persistirán en su intento de ver qué tanto pueden forzar la nota. Como me dijo uno de ellos: «Los hombres nos seguiremos saliendo con la nuestra mientras ustedes nos dejen». Esto no quiere decir que no haya grandes señorones en el mundo. Pero un hombre (o cualquier sujeto) íntegro jamás aceptará algo que no se ganó. Por eso, un individuo que se precie de alto calibre se sentirá atraído por una mujer que no permite que le pasen encima.

Si él deja de hacerte caso y tú te alejas un poco sin dar explicaciones, lo tomarás por sorpresa y llamarás poderosamente su atención. Dejarás de actuar como él está acostumbrado a verlo y no serás más su madre. Esta acción lo hará desearte como amante. Pero si adoptas poses de «incondicional», te percibirá como su madre y no te valorará.

No recibir suficiente atención no es lo único de lo que nos quejamos las mujeres. A menudo también nos quejamos de las labores domésticas. En este caso, igual: condicionalo **sin** palabras. A la mayoría de los hombres no les importa si la casa luce espléndida o está sucia. Son felices llegando a casa y desplomándose en el sofá con el asiento gastado por su trasero. Les tiene sin

*cuidado si el fregadero está lleno de trastes del día anterior, o dejar huellas de lodo en la alfombra.*

*PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 54*  
***Cuando la rutina se vuelve predecible, él te amará  
como a su madre y dejará de valorarte.***

---

*En la fila del súper notarás que una madre que controla a su hijo no regaña ni le grita. Le dice una frase o le lanza una mirada. Como el hijo la respeta y no sabe qué podría pasar después, se enmienda. Para enseñar a un hombre a tratarte no necesitas palabras; basta con un poco de silencio o distanciamiento.*

*Como amante, a veces tendrás que proponer condiciones que también beneficien al «empañalado». ¿Por qué? **Él es hombre.** Y siempre tendrá un niño de tres años atrapado dentro.*

*Todos los cambios de conducta que se exponen en este capítulo te permitirán mantener una actitud serena, encantadora y agradable. El objetivo es que evites ser su madre y vuelvas a ser su amante.*

*Un hombre no puede establecer una correlación entre sus sensaciones sexuales y lo que siente por su madre. Así que ten cuidado de la figura femenina en que te estás convirtiendo en su vida. Para seguir siendo su amante debes lograr que esté siempre alerta. Esto incitará su interés y lo hará buscarte. Él prefiere ser tu amante a tu hijo. Claro que parece estar muy a gusto en el sillón. Pero no lo está cuando te vuelves su madre, porque entonces deja de tener amante... y tú también.*

*En lo que resta de este capítulo te daré ideas para efectuar un cambio radical y volver a poner a tu pareja en actitud de persecución. Los hombres son cazadores. El amor que obtienen de la niña buena es maternal y sobreprotector, y eso reduce su deseo sexual. No perseguirán a mamá. La niña buena debe entender que el predecible manto de seguridad con que cubre a un hombre le quita todo lo picante a la situación. Las mujeres tendemos a darle a un hombre seguridades de que lo conquistaremos. Pero la cabrona lo conquista actuando como si pudiera tomarlo o dejarlo. Así, alejarte sutilmente dará nueva energía a tu hombre. También puedes aplicar los consejos de este capítulo:*

- Cuando él parece apático.
- Cuando especula sobre la conveniencia de mantener o no la relación.
- Cuando no es respetuoso.
- Cuando ignora repetidamente lo que necesitas.

Comencemos. No des el «Siga» ni cobres doscientos dólares; ya habrá mucho tiempo para eso.

## **Rx: Trátalo como a un amigo**

Recuerda cuando conociste a tu pareja. Entonces no lo fregabas. Es probable que lo hayas tratado como a un amigo. Estabas relajada; te divertías y reías más. Te sentías a gusto diciendo libremente lo que pensabas. Él no era el «principio y fin» de tu existencia.

Cuando comenzaste a fastidiar, tu conducta empezó a decir otra cosa: «Todo lo que haces me afecta». Por esta razón, y sólo por ésta, tus quejas lo premian. Y no porque él las disfrute, sino porque le confirman que te importa.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 55** **La atención negativa no deja de ser atención.**

---

*Le hace saber a un hombre que te tiene justo donde quería.*

*No importa si eres una enérgica abogada capaz de armar un argumento concluyente que ponga a girar su cabeza. Tus reproches le siguen confirmando dónde está y dónde estás tú. No le dan nada de qué preocuparse, pensar o reflexionar. No le intrigan ni atraen. Al contrario, deja de escucharte.*

*Tú quieres hablar, y él quiere hacer todo **menos** eso. Y si insistes, terminará echándote la culpa.*

### **CÓMO ECHARLE LA CULPA A ELLA...** *Guía animada*

- *Dile primero que no es buen momento para hablar. Recuerda: nunca es buen momento para hablar.*
- *Antes de oír una sola palabra, dile que todo se lo toma a mal y es «demasiado sensible».*
- *Asígnale turnos: lunes y miércoles «exagera». Martes y jueves «reacciona en forma desmedida». Y los fines de semana «imagina cosas».*
- *Cambia de tema. Dile: «Te está bajando la regla, ¿verdad?».*
- *Si esto no funciona, busca pelea. Sé muy belicoso, pero señala sin cesar que fue ella quien empezó la discusión.*
- *Si tiene seis buenos argumentos y tú uno sólo semibueno, haz énfasis en el tuyo.*
- *No te desvíes. No dejes de preguntar acerca de tu punto semibueno y exige una respuesta rápida. Si ella vacila, usa eso como evidencia de que tienes la razón.*
- *Si es obvio que la razón la tiene ella, búscale una falta que no tenga nada que ver con el incidente y úsala.*
- *No olvides crear tu panel imaginario de expertos (integrado por personas que ella no conoce). Dile: «Hasta Joey y Jim coinciden conmigo y piensan que eres muy poco razonable».*
- *Cuando quiera explicar lo mismo de otra forma, entorna los ojos.*
- *Erígete en su terapeuta de planta. Dile: «¿Te das cuenta de lo que te estás haciendo a ti misma? ¿Por qué te haces esto?».*
- *Lleva la cuenta de las veces que se repite y no dejes de recordárselo.*
- *Al igual que en el box, da un golpe corto con la izquierda, un gancho con la derecha y corre...*
- *Como decía Muhammad Ali: «Vuela como mariposa, pica como abeja». Vuela eludiendo el tema y pica preguntando por qué ella «no lo puede soltar».*
- *Sigue bailando y mantén ligeros esos pies.*
- *Recuerda que ella tiene la culpa. Ése es tu argumento; aférrate a él.*

*La otra cosa que él hará es dejar de prestarte atención. Verá labios moviéndose, pero no oírás lo que dices. Te ha «enmudecido» con el control remoto de su cabeza. Supone que «te cansarás de fregar». Cree que, con un poco de paciencia, terminarás por fatigarte y te irás.*

*Las mujeres diferimos en términos de cuánto tardamos en perder el ímpetu. Según mis entrevistados, es evidente que cada mujer tiene su «estilo personal» de fastidiar, así como lo tiene para la ropa, el perfume y hacer el amor. He aquí algunos de esos estilos, por mencionar unos cuantos:*

- **La machacona de maratón:** esta mujer se queja tanto que se toma su tiempo, el cual va de dos a tres horas.
- **La machacona de sprint:** ésta friega menos. Su arranque es más intenso, así que se cansa más rápido.
- **La plañidera de impulso:** esta mujer empieza con poco, pero agarra vuelo y termina fastidiando. Luego llora. Entre más persiste, más impulso acumula, y menos probabilidades tiene de parar.
- **La plañidera del amanecer:** todo empieza cuando el sol asoma por el horizonte. Él abre los ojos y oye la primera queja de la mañana. O ésta lo despierta como el gallo.
- **La regañona del gorro de dormir:** justo cuando él empieza a sumirse en un sueño profundo, ella le da un codazo para recordarle algo que debe hacer al día siguiente.
- **La guerrillera:** esta quejumbrosa emplea el factor sorpresa. Lo toma desprevenido a cualquier hora. Todo va bien, pero de repente ella sale de los arbustos y lo aporrea.
- **La francotiradora:** ésta es la regañona que actúa con premeditación, haciendo un comentario hiriente. Tiene tan buena puntería que su golpe suele ser devastador.

Muchas veces, un hombre ofende a una mujer sin saberlo. Ella debe recordar que si sucede algo que no le gusta, puede ser que él no se haya dado cuenta de nada.

Así, si tiene algo que reprocharle, debe mantener la calma y preguntar: «¿Me permites explicarte algo?». Tiene que abordar el asunto como si él no hubiera querido lastimarla, porque las más de las veces él **ni siquiera se lo imaginó**.

Shaquille O'Neal dijo: «Es un juego implacable. A veces tienes que disimular la pena, bloquear el dolor». La razón de que bloques el dolor es que afecta tu toma de decisiones. A largo plazo, tu forma de comunicarte influirá en el deseo de tu novio por ti.

Que una mujer pierda la atención de un hombre se debe a que ella sigue una rutina **predecible** y ha dejado de ser su pareja para convertirse en su enemiga. Por lo tanto:

**Reproches = Una mujer predecible = Sensación de obligación = Menos deseo**

**Indiferencia = Reacción menos predecible = Interés renovado**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 56

***Si lo tratas con indiferencia, como a un amigo, él te buscará, porque quiere romanticismo, pero también ser el perseguidor.***

---

*Verlo como amigo te permite relacionarte con él sin el peso o intensidad de los reproches. Pero no le digas: «¡Hola, mi cuate!» y le pongas enfrente una cerveza fría junto con una sonrisa falsa de menta refrescante. No le propongas ver mujeres ni mascar tabaco. No exageres.*

*Trátalo como a un amigo, lo que significa irradiar una actitud que parecerá extraña **dadas las circunstancias**. Si has sido irascible, rogonosa o pesada, parecer informal, relajada y despreocupada será la reacción que él menos espera.*

*Por ejemplo, si tiene justificaciones de por qué no ha pasado tiempo contigo, dale justificaciones de por qué no puedes pasar tiempo con él. ¿Se trata de un juego? No. Si está muy ocupado y ya has intentado explicarle cómo te sientes, es momento de demostrarle con tus actos que ya no pone las condiciones, porque las tuyas seguirán abriendo una brecha entre ustedes, y ése no es el resultado que buscas.*

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 57

***Un poco de distancia combinada con muestras de autocontrol harán que él tema perderte.***

---

*He aquí un ejemplo clásico. Tú quieres pasar más tiempo con él y le sugieres salir el fin de semana. Pero él dice: «No puedo, por el trabajo». Llevas mucho tiempo quejándote de que no pasa contigo tiempo suficiente. Lo que ésta vez: le desconcertará y llamará su atención es que des vuelta a la izquierda cuando él cree que la darás a la derecha.*

*Si **no** adoptas una actitud hostil o si pareces perder interés en que salgan, él se preocupará de inmediato. Los hombres están acostumbrados a que nosotras queramos estar con ellos todo el tiempo. A él le preocupará verse tratando de defender algo que misteriosamente tú ya no quieres. Si tú no le reclamas y finges olvidarlo todo, él se preguntará: «¿Por qué esto le parece bien si sé que está mal?». Pondrá en duda su poder o influencia sobre ti, y no*

sabrás si te controla al cien por ciento. Cuando **no** recibe reproches pero **sabe** que los merece, comenzará a preguntarse qué ocurre.

Supongamos que quiere verte dos veces a la semana, pero que le gusta hacer lo suyo los fines de semana. Pasan juntos algunos fines de semana, y otros te deja en suspenso cuando sale con sus amigos. Lo último que tú quieres es permitir que el oso Yogui crea que eres el tonto de Bubu. «Oye, Yogui, ¿qué haremos después? ¡Como tú digas!».

Altera el patrón —que se ha vuelto cómodo para él— **sin previo aviso ni actitud hostil**. Pretexta lo mismo que él pretendía que aceptarás. Dale la mitad del tiempo que desea. «Me encantaría que nos viéramos el jueves, pero no puedo. Estoy muy atrasada en el trabajo. Y quiero ir al gimnasio saliendo de trabajar, así que voy a estar exhausta. Veámonos la semana próxima». Con este sólo gesto lograrás lo que nunca pudiste con todas las quejas y reproches del mundo: reencender la flama.

Tan pronto como vuelves incierta una rutina predecible, la actitud de él cambia. En vez de preocuparse por ganar tiempo o por buscar pretextos de trabajo, tiene que pensar en hacer algo divertido para que quieras estar con él. Cuando no estás a su disposición, **se tomará la molestia de dedicarte más tiempo**.

Si le preguntas a un experto cómo amaestrar a un loro, te indicará poner la percha a la altura del hombro. No pongas el ave arriba de ti, porque se creará mejor que tú. Aunque te adore, si alzas un dedo para tocarla, te morderá. Esta dinámica fue la que dio origen al término «gallito».

Si, por el contrario, pones el ave en el suelo, se sentirá vulnerable. Los expertos recomiendan hacer esto para mantener al perico «bajo control». Si acercas el dedo, en vez de morderte montará en él y querrá subir por tu brazo. Cuando tu hombre se comporta como si valiera más que tú, restaura el equilibrio y la igualdad en la relación tomando delicadamente al «pajarito» y poniéndolo en el suelo.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 58

**Un hombre deja de valorar a una mujer cuando todavía le interesa, pero ya no se esfuerza por ella.**

---

Por ejemplo, Rhonda no se sentía valorada por su novio. Una noche, él le pidió que fuera a verlo. Ella repuso que no tenía coche, porque estaba en el

taller. Él estaba a siete minutos de la casa de Rhonda, con un automóvil en buen estado en la entrada, pero aun así preguntó: «¿Cuándo te entregan el coche?». Al enterarse de que ella no tenía ruedas, él dejó de insistir en que se vieran.

En este ejemplo, Rhonda fue ofendida por un tipo que quería que ella lo abrigara toda la noche pero que no estaba dispuesto a hacer un trayecto de siete minutos para ir a recogerla. La reacción habitual de Rhonda era repelar, pero esta vez no lo hizo. La siguiente ocasión que él llamó, ella lo trató con indiferencia, como a un mero conocido. Un amigo. Un camarada. Un muchacho. Le dijo: «¡Qué gusto escucharte! Oye, ¿podrías llamarme en un rato? Estoy en la otra línea». Cuando volvió a llamar, ella se estaba bañando. Llamó una tercera ocasión. Charlaron, de manera informal. Por primera vez en la relación, la actitud de ella pasó de **intensa a indiferente**. Poco después entró otra llamada y Rhonda puso fin a la conversación. «Te llamaré pronto. Adiós, tesoro». Casi al instante, aquel hombre se volvió sumamente atento.

Apretemos ahora el botón de «pausa» y retrocedamos para revisar jugada a jugada. Ve lo fácil que le fue a Rhonda hacer que su novio se diera cuenta de que debía dar más.

1. Él no era amable.
2. **Sabía** que no lo era.
3. Esperaba que ella se quejara.
4. Ella no se quejó.
5. Él se sintió inseguro.
6. Ella se mostró relajada y segura de sí misma.
7. No dio explicaciones ni asumió una actitud hostil.
8. Él se dijo: «¡Vaya! Más me vale hacer algo»

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 59

**Cuando te quejas, te vuelves el problema, y él lo enfrenta no oyéndote.**

**Pero cuando no te quejas, él tiene que enfrentar el problema.**

---

*Cuando hay un problema, a los hombres les encanta «arreglarlo». Al quejarte, das la impresión de que el problema está en ti. Un ejemplo perfecto de ello es Diana, quien fastidiaba a su esposo con que reparara el pestillo de la puerta del cuarto de lavado. A la tercera vez que se lo pidió, él se irritó tanto que nada en el mundo le habría hecho resolver ese asunto.*

*Una noche llegaron de visita unos amigos. Asegurándose de que su esposo pudiera oírlos, Diana pidió al marido de su amiga, con ese dulce tono de «señorita en apuros» que los hombres se tragan, que reparara el pestillo del cuarto de lavado, y luego procedió a buscar un desarmador. Pero antes de darse la vuelta su esposo ya había subido las escaleras como Speedy González, y reparó el pestillo en sólo dos minutos.*

*Los hombres no soportan que otros arreglen cosas por ellos. Es una cuestión territorial, como si otro hombre invadiera su terreno. Si varias veces le has pedido a tu pareja hacer algo y no lo hace, dile: «No te preocupes, cariño. Ya no te necesito. Ed, nuestro vecino, se ofreció a hacerlo». Si no tienes vecino, dile que lo hará su mejor amigo. Lograrás así que él haga lo que quieras.*

*Mi amiga Lucy notó que su esposo no le hacía caso cuando ella le solicitaba ayuda. Por ejemplo, cuando le pedía que le ayudara a meter las cosas que había comprado en el súper, él siempre estaba haciendo algo y le decía: «Dame un minuto». Un minuto después ella insistía: «Se va a echar a perder la comida». Y más tarde repetía: «La comida se va a pasar. Si vas a ayudarme, hazlo ahora». Cada vez que Lucy iba al súper, ocurría esta lucha de poder.*

*Cuando dejó de pedirle que le ayudara, percibió un cambio. Ella metía las compras y él preguntaba si necesitaba una mano, a lo que Lucy contestaba: «No, gracias. Yo puedo sola». De repente, él estaba afuera insistiendo en hacerse cargo del asunto.*

*Mi amiga Rayanna se la pasaba pidiéndole a su marido que llevara a los niños a la escuela, pero él siempre buscaba pretextos para no hacerlo. Un buen día decidió dejar de quejarse, y encontró en su misma cuadra a un papá soltero con el cual turnarse para el transporte escolar. Cuando su marido vio que un vecino hacía ese viaje, Papá Oso se puso de repente la gorra de conductor.*

#### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 60**

***Si lo dejas sin quehacer y elogias a otro por asumirlo, querrá que se lo devuelvas.***

---

No olvides que los hombres necesitan un poco de persuasión. No son muy talentosos que digamos para dirigir un hogar. Antes de que tu pareja fuera Papá Oso, vivía como oso salvaje en su hábitat de soltero (amueblado). ¿Recuerdas tu primera visita? Las sábanas no hacían juego y las almohadas no tenían funda. La lámpara era una pantalla usada de terciopelo montada en un moderno soporte plateado con desodorantes ambientales a los lados. Era tan fea que hasta la camioneta del Ejército de Salvación pasó de largo cuando la dejaste en la entrada.

Así que el día en que el «oso residente» fije tu nivel de vida, ese día tu nivel de vida se vendrá abajo. Reivindica tus derechos, pero sin regaños. Hay mejores maneras de hacerlo.

Cuando te sirves de la culpa o el reproche para motivarlo, él se siente mal. Pero si halagas su ego, se sentirá bien. Necesita que lo elogies. Cuando salga a enderezar el buzón, dile: «¡Gracias, mi vida!». No escatimes alabanzas. Él se dirá entonces: «¿Por qué diablos no habría de reparar el pestillo del cuarto de lavado?».

---

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 61**  
**Cuando te quejas, él ve debilidad.**

---

Bárbara me contó una divertida historia de cómo logró que su esposo echara una mano en casa una lánguida tarde dominical. Ella se escurrió a la cochera sin que él se diera cuenta, e identificó el switch que apagaba las luces de la parte de la casa donde él estaba. Lo bajó, regresó de puntitas a la casa y fingió no saber qué había sucedido. «¿Mi cielo?, ¡qué horror! ¿Qué le pasó a la luz?». Él jamás le habría reconocido inteligencia suficiente para bajar un switch, así que esta sacudida con un cable de arranque lo hizo pararse de inmediato del sillón. ¡Superpapá al rescate! Iba a echar una mano porque se sentía necesitado, el «hombre de la casa».

Buscó una lámpara portátil y bajó a la caja de los switches. A Bárbara le asignó la complicada tarea de sostener la lámpara. «No la muevas». Cuando subió el switch, ella se mostró orgullosa e impresionada. «¡Guau! No puedo creerlo. ¿Cómo le hiciste?». Y después le habló por teléfono a su madre: «Mamá, no tienes idea de lo listo que es».

Cuando lo haces sentir el hombre, el fuerte, una leyenda, puedes pedirle lo que quieras y él se apresurará a hacerlo. Y no porque te hayas quejado (lo cual no hiciste), sino porque lo **quiere** hacer. Y se sentirá bien por eso.

Como dijo Dohn Churton Collins: «Nunca reclames como derecho lo que puedes pedir como favor». Reclamar convierte las cosas en un derecho; pedir un favor las vuelve una experiencia positiva. Él correrá en tu ayuda si lo vas a elogiar. Así como una chica quiere que un hombre la perciba como la «mujer ideal», él quiere que ella lo perciba como un «héroe».

## **Hechos, no palabras**

Si estás friegue y friegue y quieres llamar su atención, prueba algo nuevo, a ver qué tal: no dejes ver tus sentimientos por un tiempo. Y no expliques por qué. No le digas que tuviste una revelación. No digas que ésa es la «nueva tú». No exageres el cambio. «¿Sentimientos? ¿Cuáles sentimientos?». En vez de decírselo, demuéstrate que ya no le abrirás el pecho para ofrendarle tu corazón.

Los psicólogos populares sugerirían que no debes guardarte lo que sientes. Te dirán que «te expreses». Que inicies cada frase con «Yo siento...». Que pidas retroalimentación. Y que después te sientes formando un círculo con tu pareja, se tomen de las manos y pasen los kleenex. Deberán prometer no volverlo a hacer, y serán felices para siempre. Al final, páguele sus honorarios al terapeuta. Esta teoría es maravillosa. Se siente bonito y misterioso eso de «expresar los sentimientos». Y estoy segura de que, en raras ocasiones, funciona (porque tras gastar miles y miles acumulados en un terapeuta, sencillamente no puedes soportar la idea de que no funcione). Pero no te engañes: ningún hombre cambia por una terapia de pareja. Les parece una forma de chantaje, coacción con rescate. Sólo se enmiendan para no quebrar, usualmente les basta con media sesión. «De acuerdo. Ya me siento bien. ¿Podemos dejarlo aquí?».

Expresarte cuando él no te valora no sirve de nada. Tienes que demostrárselo con hechos. Expresar constantemente tus sentimientos es suplicar. Te hace pasar por rogona, no por una mujer digna. ¿Pero si te alejas cuando él se pasa de la raya? Entonces sí serás **más que digna**.

Cuando a él le intrigue que las cartas no estén sobre la mesa, necesariamente te verá de otra forma. Dejará de sentir por ti un amor igual

al que le tiene a su madre. O a su hermana. O a su abuelita. Habrás conseguido su atención porque él ya no estará en la «zona segura» que le permite tenerlo todo.

Esto no es maldad. A los hombres les gusta. Piensa en la fantasía promedio que tu novio tenía de chico: siempre trataba de una mujer con poder sobre él. Su maestra de primero de secundaria, la enfermera del consultorio, la niñera que la daba galletas extra, la mujer policía con las esposas. A su muy peculiar y femenina manera, todas estas mujeres tienen poder sobre él y lo ponen en desventaja, y **eso le gusta**.

Cuando le dices a un hombre cómo te sientes, por lo general no entiende de qué hablas. Lo más probable es que sólo lo confundas y lo frustres. Si analizas el principio de atracción # 62, descubrirás qué es lo que sí entiende.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 62

**Para él, una mujer sentimental es una dejada.**

---

Mi amigo Cary es corredor de autos y me contó de una novia que lo fregaba. Después de una carrera y mientras estaba sentado con ella en las graderías, dos mujeres se acercaron a pedirle su autógrafo. Él recuerda: «Yo no podía creer que ella se hubiera disgustado porque no la presenté como mi novia. Se me olvidó, pero ella no dejaba de quejarse. Casi se pone a llorar». Y añadió algo interesante: «¿Sabes qué es lo que más te quita las ganas? **Una mártir**».

Ignoramos si ella exageró porque Cary coqueteó excesivamente. Pero lo interesante de esta historia es la elección de la palabra **mártir**. Ella intentó usar la culpa para controlarlo y manipularlo, y a los hombres no les gusta que los manipulen. Si, al contrario, ella se hubiera distanciado sutilmente, habríamos visto a una mujer digna y orgullosa, cualidades ambas sumamente atractivas.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 63

**Así como lo que se tiene no se aprecia, una conducta algo distante suele renovar el respeto de él por ti.**

---

*Si un hombre no es gentil en una cita, todo lo que tienes que hacer es guardar las formas y regresar temprano a casa. «Tengo un día muy pesado mañana. [Bostezo]. Hoy nos tocó una velada corta». La próxima vez que salgan, él se portará de maravilla.*

*Una conocida, Cynthia, me contó una historia curiosa sobre su novio. Ninguno de ellos estaba saliendo con alguien más. Una noche él fue a un bar de desnudistas. Esto no le hizo a Cynthia la menor gracia, así que trató de disuadirlo de volver a ese sitio. Pero no repeló. Un par de días después, inventó que había conseguido trabajo en un club de desnudistas local. «En el guardarropa. ¿No te parece fabuloso?». Luego dijo que tenía que buscar unos buenos zapatos de plataforma.*

*En la siguiente cita, Cynthia se puso un lápiz labial rosa subido y se peinó como si la hubieran electrocutado. Se cubrió el párpado con sombra de ojos azul claro hasta las cejas. ¿Su novio quería ver mujerzuelas? ¡Pues ella iba a ofrecerle un paquete de lujo!*

*No pasó mucho tiempo antes de que él se desdijera: «¡No quiero a mi mujer en un lugar así!». Esto causó una discusión que terminó con el acuerdo de que ninguno de los dos volvería a acercarse a un «lugar de esos». (¿Lo ves? ¿Para qué defender tu argumento si puedes lograr que él lo defienda por ti?).*

*A veces surgen cuestiones graves y es necesaria una discusión más seria. Pero aun en este caso puedes enfatizar tu postura sin fregar ni repetirte interminablemente. Si él te pregunta: «¿Pasa algo?», respira profundo y responde con serenidad: «Sí, pero preferiría que lo habláramos después. No quiero hablar de eso ahora».*

*En vez de enmudecerse, el volumen sube entonces, y el sonido cuadrafónico se activa. Tal vez no tengas que decir una sola palabra, porque cuando por fin se sienten a hablar, él ya se habrá cerciorado de no volver a hacer aquello. Entre tanto, pensará en formas de compensarte. Y todo antes de que hayas dicho una sola palabra. Mucho mejor, ¿no?*

*Es como si él desfragmentara su disco duro. Tú haces que lo limpie sin emitir un reproche. Te vas a hacer lo tuyo mientras él se «autocorrige».*

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 64**  
**Olvidará qué le atrae de ti... a menos que tú se lo recuerdes.**

---

*Muchas mujeres creen que deben espolear a un hombre para que reaccione cuando no les hace caso. «Lo voy a provocar». O no se dan cuenta de que fastidian.*

*De vez en cuando recuérdate: «¡Oye, si los hombres también son seres humanos!». Y ponte en sus zapatos: estar con alguien que parece tu mamá no resulta nada divertido.*

*Dile lo que piensas con tu conducta, no con palabras.*

*Después de todo, una mujer fuerte es con lo que un hombre sueña y fantasea. Béisbol, hot dogs, pay de manzana y cabronas: no puede haber nada mejor.*

# 7

## Los *trucos* del bando contrario

Cosas que sospechabas pero que nunca le has oído decir

No aprendas las mañas del oficio. Aprende el oficio.

ANÓNIMO

## ***Qué piensan los hombres de cómo se comunican las mujeres***

Las mujeres solemos suponer que los hombres no están «en contacto» con sus sentimientos ni tienen idea de lo que pasa en las relaciones amorosas. Como tienden a ser poco expresivos, creemos que «sencillamente no entienden».

Los hombres tienen aversión a hablar de los sentimientos. Incluso evitan ver películas «sentimentales». Mike me explicó cómo juzgan las cintas sensibleras que a nosotras nos encantan: «Siempre hay una madre, una hija y la mejor amiga de la madre, y se pasan toda la película en la playa, o pizcando jitomates en un huerto con un sombrero de paja ridículo, chillando a cada rato. “¿Mamá? ¡Bu, bu, bu!”». Luego la madre se pone a llorar. Un montón de mujeres sollozando no hacen una trama. Yo no puedo aguantar dos horas así».

A ellos les interesa hablar de sentimientos o ver «películas para mujeres» tanto como a nosotras verlos meterse bajo un coche a rearmar un motor. Para los señores, ver una película como *Terms of Endearment* (La fuerza del cariño) o *Steel Magnolias* (Magnolias de acero) es un castigo cruel y inusual. Chris me dijo: «¡Fue espantoso! Pero tuve que soportar durante tres horas esa porquería sólo para demostrar que no soy insensible». Esta afirmación mereció incluso el apoyo de un hombre que estaba junto a nosotros: «Te compadezco, viejo. Esas cosas son bazofia pura. Casi tan malas como tener que oír a Michael Bolton. ¿Todos esos llantos y gemidos? No lo soporto...».

La forma en que los hombres hablan de «sentimientos» también resulta interesante. Si le pides a uno decir en voz alta esa palabra, la pronunciará como con pavor: «Sss-sssss-seeeeen-timientos». Mientras la conversación prosigue, notarás una expresión de dolor, como si tu interlocutor sufriera una operación invasiva. Los efectos secundarios varían, pero los problemas digestivos son frecuentes. (Por tanto, antes de hablar de «sentimientos» no olvides preparar un poco de arroz, para mitigar el malestar estomacal de tu pareja).

Esta falta de sentimientos nos lleva a creer a las mujeres que los hombres están «desconectados». Pero nada podría estar más lejos de la verdad. Durante mi investigación para este libro, hablé con cientos de hombres de todas las edades, el más joven de dieciocho años y el mayor de setenta, algunos casados y otros solteros. Para mi sorpresa, ellos expresaron sus percepciones sobre este tema mejor que todas las mujeres con las que hablé. Fue así como descubrí que, por increíble que parezca, los hombres son sinceros y comunicativos.

En la parte restante de este capítulo he reunido en forma de listas las cosas mejores y más reveladoras que los hombres me dijeron, a fin de que las mujeres conozcamos sus opiniones. Seleccioné en particular los fragmentos de mis entrevistas que revelan lo que ellos piensan acerca de las rogona y de las mujeres aguerridas, así como lo que les gusta o no.

Esta información «unirá los puntos», pues confirmará los consejos que se han dado en los demás capítulos. En consecuencia, no sólo recibirás los consejos, sino que además **sabrás por qué los di a lo largo de este libro.**

## ***Las quince principales señales de que una mujer es rogona***

1. «Una mujer que contiene sus sentimientos es menos emocional y más atractiva, y gracias a eso una relación avanza sin problemas. Por ejemplo, los hombres **estamos** obligados a ir a trabajar; no es que no queramos pasar tiempo con una mujer, sino que muchas veces **no** podemos hacerlo. Así que cuando ella nos deja hacer nuestra vida sin disgustarse, sentimos que contribuye a que vivamos mucho mejor».
2. «Me gusta que una mujer calle a veces, porque entonces no estoy seguro de lo que piensa. Parece segura de sí, en control de ella misma y sus emociones. Me agrada estar con una persona que puede pensar antes de hablar».
3. «Algunas mujeres dan la impresión de ser demasiado precavidas o desconfiadas, y esto parece inseguridad. Una me desanimó por completo aun antes de que saliéramos. Le obsesionaba tanto **protegerse** que la primera vez que hablamos por teléfono me dijo

todo lo que no toleraría, porque no le había ido bien con su novio anterior. ¡Aún no habíamos tenido nuestra primera cita y ya estaba dando órdenes! Yo no había cometido ni siquiera una infracción de tránsito y ella ya me había sentenciado a muerte. Cancelé la cita».

4. «Una vez tuve una novia que me interrogaba. Parecía escaldada, o más bien **chamuscada**. A nadie le gusta sentir que está pagando los errores de otro».
5. «Salía con una mujer que no paraba de hablar. Nos dormíamos platicando, y cuando yo despertaba, ella seguía hable y hable. Me di cuenta de que no lo hacía porque quisiera decirme algo, sino porque simple y sencillamente no podía tener cerrada la boca».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 65  
**Muchas mujeres hablan demasiado por  
nerviosismo, algo que los hombres suelen percibir  
como inseguridad.**

---

6. «Una chica con la que salía era sumamente insegura. Necesitaba constantes confirmaciones de todo: su familia, sus amigos y su trabajo. Una vez estábamos **haciendo el amor** y de repente me preguntó: “¿Sabes qué me pasó un día en el trabajo?”. ¡Acabó con mi ego!»
7. «La conversación es parte de la convivencia, pero no lo es todo. Las mujeres exageran al hablar de sentimientos, aunque tampoco es bueno sentir que no hay nada de que hablar. Debe haber un equilibrio entre esos extremos».
8. «Una chava quiso hacerme cambiar. Que hablara más de mis “sentimientos”. ¡Oye! Yo puedo hacerme cargo de mis **propios** problemas».
9. «Cuando alguien trata de hacer que me abra y yo no quiero, no hay manera de que me saquen información. Me cierro más. No necesito la ayuda de ninguna mujer».

10. «Realmente nos hace felices que una mujer no se enoje cuando salimos con los amigos. Si, por ejemplo, consigo a última hora boletos para un partido de hockey y ella accede a cancelar nuestros planes, siento que la respeto más. Parece segura de sí misma, y que le importa lo que me hace feliz».
11. «Tuve una novia que hablaba tanto que lo seguía haciendo aunque yo me fuera a otro cuarto. Una vez me metí al baño buscando un poco de privacidad y ella se puso a hablarme por la rendija de la puerta. De veras creo que ella estaba mal».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 66

**Hablar de sentimientos con un hombre parece deber, y cuando está contigo lo que quiere es *placer*.**

---

12. «Nosotros decimos lo que tenemos que decir en treinta segundos, pero una mujer se sigue de calle. Algo trivial para nosotros a ella le parece de vida o muerte. Uno trata de ayudar y le dice: “No te preocupes, mi amor”. Pero esto empeora el asunto, porque entonces ella cree que no le importas».
13. «Una mujer que habla poco es atractiva porque es más misteriosa. No tiene caso alguno divagar. La comunicación debe ser cuestión de calidad, no de cantidad. Si una mujer está incómoda o molesta debe poder sentirlo sin decir una sola palabra».
14. «Tuve una novia que quería estar conmigo todo el tiempo. Cambiar mi rutina. Y cada quien tiene sus pasatiempos o momentos especiales. Ella quería que hiciera cosas que yo no quería hacer. Si mi pareja sabe que no me las doy de bohemio, debe dejarme ser como soy, no arrastrarme a una galería o a un museo. Si un hombre trata bien a una mujer, ella debe dejarlo en paz, aunque no escriba poemas ni compre tarjetas absurdas para expresar sus *sentimientos*».
15. «No me importa que una mujer cambie la decoración de la casa; pero que se obsesione con cambiarme a mí, ya son palabras mayores. Me gustan las chicas con un propósito en la vida, para que no gasten su energía tratando de controlar la mía».

La conclusión que podemos sacar de estos comentarios es que, por más que nosotras queramos intimidad, no podemos obtenerla a fuerzas de un hombre, y mucho menos cambiar sus gustos. Nótese que la última cita dice incluso que la mujer *pierde su tiempo*. Cada vez que una chica habla con un lenguaje que parece emocional, los hombres lo considerarán «cháchara de mujeres». Ser breves e ir al grano es básico, pues de lo contrario un hombre no oirá una sola palabra.

No sólo eso, sino que, además, obligarlo constantemente a manifestar sus sentimientos, o a prestar atención a los tuyos, resulta contraproducente. He aquí por qué:

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 67  
**Forzarlo a decir lo que siente no sólo te hará  
parecer rogona, sino que reducirá su respeto por ti.  
Y entonces pondrá menos atención en tus  
sentimientos.**

---

Por tanto, si sientes que tu novio te ignora, sé «tonta como una zorra». Cuando no satisfaga tus necesidades, aléjate un poco, sin dar explicaciones. Como se exploró en el capítulo anterior, los hombres no reaccionan a las palabras.

Las mujeres los perseguimos al forzar conversaciones sobre los sentimientos. Y, como es de esperar, ellos huyen. Para que el niño corra hacia mamá, ella tiene que dejar de acecharlo.

Si no impones conversaciones así ni intentas infligir tu «cruel e inusual cháchara de mujer», él te respetará. Cuando tus opiniones son breves y corteses y guardas una misteriosa distancia, pareces más digna, y él pondrá más atención en lo que sientes, sin necesidad de palabras.

***Las quince principales razones de que los hombres se muestren indiferentes***

Pregunté a los hombres por qué ocultan sus sentimientos o fingen indiferencia; por qué tienden a simular ser más fríos, machos e insensibles de lo que son. Y resulta que actúan de esa manera porque se creen obligados a hacerlo, **sobre todo** cuando tratan con una mujer.

Nosotras solemos preguntarnos por qué ellos tardan tanto en llamarnos por teléfono. Por ejemplo, un hombre nos pide nuestro número telefónico y tarda seis días en llamarnos. Luego tenemos una cita muy divertida con él, pero deja pasar cinco días más antes de llamar de nuevo. Entre tanto, nosotras nos rascamos la cabeza y nos preguntamos: «¿Qué pasa?».

Ellos están acostumbrados a que los rechazamos, así que esa táctica dilatoria les sirve para protegerse. Al comienzo, un hombre es calculador. Será racional, no «emocional», porque cree que ser demasiado obvio (o «emocional») lo hará parecer débil. El martes se dice a sí mismo: «Le hablaré el jueves». No tiene ni idea de que una mujer habría preferido que le llamara el martes.

¿Por qué hacen eso? Para guardar las apariencias y dar la impresión de que tienen las cosas «bajo control». Steven, un tipo muy apuesto cuya franqueza me sorprendió, me dijo lo siguiente: «Uno tiene que acercarse a las mujeres como si nada. Si actúas como si te importaran, lo huelen y te tratan de otra manera». Por eso los hombres tardan en llamar, y luego se fingen algo displicentes: **creen que las mujeres no respetamos a los que parecen débiles o vulnerables.**

La conclusión que puedes sacar de esto: no tomes como algo personal que él no te llame en uno o dos días. Con frecuencia, lo que aparenta ser un rechazo en realidad es un cumplido; le gustas tanto que no quiere parecer demasiado obvio. Otras veces los hombres se distancian a propósito para ver cómo reaccionas, cuánto te importan. Si no me crees, sigue leyendo. He aquí lo que declararon estos bribones:

1. «Nos agrada hacerles creer a las mujeres que tenemos otras opciones, aun si no es así. Y por eso exageramos: para gustarles más».
2. «Claro que nos fingimos indiferentes, porque creemos que así una mujer nos considerará más atractivos o impactantes. Hay quienes voltean a ver a una chava que ni siquiera es tan guapa sólo para hacer sentir insegura a su novia»

3. «No nos gusta admitir que una mujer puede ejercer control sobre nosotros. Pensar que ellas pueden afectarnos tanto nos baja los humos. No queremos sentir que no nos tenemos bajo control».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 68

**Al principio basta con que confirmes que él sigue ahí, porque a la larga dejará de ocultar sus emociones.**

---

4. «Cuando empezamos, no le llamo mucho a una mujer, porque no quiero dar la impresión de que estoy ansioso».
5. «Los hombres somos tan emotivos como las mujeres, pero no lo dejamos ver porque la sociedad dice que no debemos. Un tipo debe aparentar que se controla».
6. «Una mujer que actúa como si no le importaras puede acobardarte. Ellas pueden aplastarnos sin saberlo. Una chica que no da su brazo a torcer y se va, puede destruir a un hombre...»
7. «Si te enamoras de una mujer tratarás de disimularlo. Muy pocos se vencen y lloran por una frente a ella».
8. «Por supuesto que hacemos como si no pasara nada... para que ellas se interesen en nosotros. Queremos gustarles y no que nos crean impacientes. Si de buenas a primeras muestras demasiado interés, te creerán desesperado».
9. «A veces finjo ignorar a una mujer o le llamo poco para mantenerla interesada. A nadie le gusta parecer voraz».
10. «Los hombres tenemos más urgencia sexual. Ellas pueden controlar su libido, pero a nosotros nos controla la nuestra».
11. «Mostramos indiferencia para atraerlas. Pensamos que los buenos salen perdiendo, y que en cierto modo ellas prefieren a los malos».

12. «Si pareces débil, la gente se aprovechará de ti. Algunos somos de la opinión de que, si te abres demasiado, una mujer lo usará en tu contra».
13. «Si le dices que llevas tiempo de no estar con una mujer, pensará que estás desesperado o que lo único que quieres es acostarte con ella».
14. «Las mujeres tienen el control, porque controlan el sexo. De hecho, tienen mucho más control del que creen. Muchos pensamos que esto nos pone en desventaja».
15. «Cuando un varón finge indiferencia cree poder impresionar a una chica con su fuerza o poder. Quiere parecer que es de mucho mundo, un conecedor. A nadie le agrada que lo tomen por hijo de mamá o un pelele».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 69

**Los hombres tratan a las mujeres como se tratan entre sí. Fingen indiferencia porque no quieren parecer débiles ni desesperados.**

---

### ***Las quince principales opiniones de los hombres sobre cómo mantener la llama del amor***

Varios de mis entreuntados hablaron de cómo mantener viva la pasión, en particular los casados, o que lo habían estado. En estos casos, siempre sentí que había un juego de palabras. Yo decía «romance» y ellos pensaban **sexo**. Decía «pasión» y ellos pensaban **sexo**. Decía «nuevas experiencias» y ellos pensaban **sexo**. Decía «variedad» y ellos me hacían una pregunta: «Te refieres al **sexo**, ¿verdad?». Dado esto, la conclusión más obvia a la que ellos quisieran que las mujeres llegáramos en una conversación sobre cómo mantener vivo el deseo tiene que ver con... ¡adivinaste!... **sexo**. Aunque ellos son poco inclinados a hablar de sentimientos, necesitan saberse en sintonía con la persona de la que se enamoran, y creen importante conservar la «chispa» mágica. Cuando un hombre no tiene relaciones sexuales comienza a

dudar de su masculinidad, y su deseabilidad se pone en tela de juicio. No todo se reduce al acto físico.

1. «Un hombre siempre necesita sentirse deseable para su esposa o novia. Necesitamos esa reacción».
2. «Es importante que las mujeres hagan cosas distintas en la cama. Lo que sea, con tal de que sea diferente a lo que acostumbran. El factor sorpresa es muy excitante. Si siempre te pones arriba, háganlo de lado».
3. «Uno llega muy fatigado a la noche. La faena diaria puede aniquilar el ardor de una relación. Una pareja debe darse su tiempo; salir a cenar, aunque tenga que conseguir una niñera».
4. «La gente usa el pretexto del dinero, el tiempo o los hijos para justificar la pérdida de su intimidad. Mantener la pasión es de gran importancia».
5. «Nos agrada que las mujeres sean creativas, para que la novedad no se pierda. Si una chica es demasiado predecible porque habla todo el tiempo de la relación en vez de salir y tenerla, nos aburrimos pronto».
6. «Desde hace poco, una vez al mes mi esposa y yo dejamos a los niños con parientes y salimos la noche del viernes o el sábado. Esto mantiene vivo nuestro amor, porque nos permite sostener una conversación adulta de persona a persona».
7. «Es fácil decir: “No podemos darnos el lujo de salir a comer o de salir el fin de semana”. Las cuentas pueden acumularse, o uno cree que debería gastar su dinero en los hijos. Pero lo cierto es que no te puedes permitir renunciar al amor ni a tu vida sexual. Esto también es importante».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 70  
**El factor sorpresa dentro y fuera de la recámara es  
esencial para los hombres y los excita más.**

---

8. «Nos atrae lo que nos sorprende. Nos permite tener nuevas experiencias con alguien».
9. «Si un hombre es rechazado sexualmente una y otra vez, la pasión se extinguirá. Nos gusta tener relaciones al menos un par de veces a la semana, así como una mujer a la que no tengamos que pedírselo».
10. «Sólo una vez me presté a que una chica me tomara de la mano y me llevara a la recámara. Los hombres debemos ser **siempre** los agresores, seducir a la mujer. Aunque a veces quisiéramos no tener que trabajar tanto».
11. «Me gusta que una chava tome la iniciativa de cuando en cuando. Quizá no la primera vez, pero sí durante la relación. Me hace sentir deseado».
12. «Creo que reservar tiempo para estar sin tu pareja, aun si vives con ella, es lo que hace que el amor subsista. Es fundamental poder hacer cosas solos, y que ella no te eche en cara tu inercia. Cuando voy a pescar, extraño a mi esposa. Eso es **bueno**, ¿no?»
13. «A veces, una mujer puede hacer sentir importante a un hombre haciéndole preguntas o interesándose en lo que te gusta. Juntos pueden probar cosas distintas de las que hacen normalmente. Sugiero planear un fin de semana fuera, que ilusione a ambos».
14. «Los fines de semana pueden estar llenos de ocupaciones, como llevar a pasear a los niños o limpiar la casa. Creo que para mantener el amor es útil librar al otro de cosas rutinarias. A veces yo me ocupo en la mañana de los niños mientras ella hace el quehacer, y luego ella los saca a pasear mientras yo me quedo en casa haciendo algunos deberes. Así, en las noches podemos divertirnos juntos. No tengo por qué ver a mi esposa con un delantal limpiando pisos».
15. «Es muy cómodo, si llevas un buen rato en una relación, poder hacer en la cama las mismas tres suertes que sabes que le gustan a tu pareja. Pero esto se vuelve rutina pasado un tiempo. Aprende a lanzar una volea o una curva. No tiene que ser algo fenomenal, sólo algo que normalmente no harías».

**No hagas siempre lo mismo en la cama.  
Varía para que no se convierta en rutina.**

---

## ***Las quince cosas principales que los dejan fríos***

Varios de mis entrevistados hablaron de cosas que los desalientan. Esta sección puede ser fácil de entender para algunas mujeres, y difícil para otras. Como sea, y ya que los hombres no hablan claro de estos asuntos, quizá debas tomar nota de lo siguiente:

1. «Una dama siempre debe mantener cerrada la puerta cuando está en el inodoro. Es de muy mal gusto ver a una mujer en la taza. Y también debe guardar sus toallas femeninas y cosas por el estilo. A los hombres no nos gustan siquiera los anuncios de duchas vaginales en la tele».
2. «Una mujer demasiado materialista aminora mi interés. Si se fija en qué zapatos me pongo, qué reloj uso o qué auto manejo, prefiero alejarme».
3. «Una mujer celosa me quita las ganas. Una vez iba en el coche con mi pareja y junto a nosotros se detuvo una rubia muy llamativa. ¡Ella me acusó de voltear a verla! ¡Y resultó que era hombre!»
4. «El misterio cuenta mucho. En nuestra primera conversación telefónica, una mujer me dijo que iba a bajar de peso para que hiciéramos el amor. ¿Qué hombre necesita que lo convenzan de tener sexo?»
5. «No me gustan las mujeres sin vida propia y sin trabajo. O con tarjetas sobregiradas o un exnovio chiflado. Me gusta que sean responsables».
6. «Me satisface una chica con la que puedo estar sin presiones. Si un hombre está bajo mucha presión y ella no hace más que aumentarla, se desconectará de inmediato».

7. «No me gusta que una mujer me haga quedar mal frente a la gente. Si cometo un error, debe hacérmelo notar en casa».
8. «Cuando un hombre llega a su casa después de un largo día de trabajo, la mujer debe dejarlo en paz al menos media hora. Recibirlo, darle un beso y no mencionar enseguida lo que necesita de él».
9. «Una chica no debe decirte que eres el centro de su mundo. Una me dijo que había pasado tres horas arreglándose para nuestra primera cita. ¡Es demasiado!»
10. «Uno teme que, después de la boda, la mujer se corte el pelo, suba de peso y deje de esforzarse».
11. «Si una mujer quiere relacionarse con un tipo medianamente decente, jamás debe embriagarse con él. Una cosa es que beba en casa y se ponga contenta y otra muy distinta que haga el ridículo en un bar. A nadie le gusta estar con una borracha».
12. «Nunca le digas a tu galán que te la pasas sentada esperando a que te llame, o que él es tu vida entera. Le agradecerá saber que les atraes a otros hombres, siempre y cuando no te acuestes con ellos».
13. «No es grato que la mujer te persiga. Cuando las jóvenes universitarias iban a las fraternidades, yo sentía, por así decirlo, que las vacas venían a pastar a nuestros campos. Era demasiado fácil».
14. «Que una mujer te haga sentir que debes reportarte es como tener que checar tarjeta; al instante se te quitan las ganas de estar con ella».
15. «Una dama jamás se debe presentar sin anunciarse, en casa de él o en su trabajo. El hombre pensará al instante que ella es del tipo “atracción fatal”».

## ***Las quince principales razones de que los hombres prefieran una mujer de armas tomar***

A las mujeres casi nos lavan el cerebro desde el kínder para convencernos de ser **buenas**. De que «la que no es agradecida, no es **bien** nacida». La cultura popular no nos alienta a ser valientes, así que nos hacemos a la idea de que, si somos bondadosas y serviciales, llevaremos las de ganar. Es correcto ser buena. El problema es creer que tenemos que serlo independientemente de como nos traten. Esto suele significar ser buenas a fuerza de ser abnegadas.

Como ya vimos, un hombre pierde interés en una mujer que **no** sabe ser firme. Este círculo se cerrará en las citas siguientes, en las que oirás ese mismo mensaje dicho expresamente por los hombres: que, aunque les cueste reconocerlo, les atraen las cabronas, o sea, las mujeres que se defienden solas. Así llegaremos en esta sección al meollo de los trucos del bando contrario. Los hombres revelarán, con sus propias palabras, por qué les gustan las cabronas, uno de sus secretos mejor guardados.

1. «Una mujer capaz de responder a mis bromas me vuelve loco».
2. «Me gusta que una dama pueda ponerme en mi lugar. Si hago una idiotez y ella me lo señala, se ganará mi respeto».
3. «Lo infantil en nosotros nos lleva a querer abusar. Es bueno saber que la mujer que amas no va a permitírtelo».
4. «Lo admito: a veces le busco pelea a mi esposa. No es que me proponga hacerle pasar un mal rato, sólo que en ocasiones tengo un día difícil, y la desgracia adora la compañía. Pero que ella me ponga en mi lugar me hace respetarla más».
5. «Me gusta una mujer que no se anda con rodeos. Su seguridad indica que sabe algo que yo no. Entonces me digo: “Creo que más **me vale** conservarla”».
6. «Una mujer siempre dulce y buena termina por aburrir».
7. «Si crees que una chica es tonta, nunca te hará caso, porque no respetas su opinión. A mí me halaga que una mujer lista y que hace las cosas como se debe quiera estar conmigo. Me hace sentir valioso».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 72

**Los hombres no respetan a una mujer demasiado dócil.**

---

8. «Cuando intentas salirte con la tuya y ella te dice: “No tengo tiempo para eso”, su atractivo aumenta. Aunque depende de la situación, me agrada que una mujer tenga integridad suficiente para apegarse a sus convicciones».
9. «Ella me parece sexy cuando respinga. No teme desentonar ni decirme qué piensa. Como no es mi incondicional, debo estar alerta».
10. «Ella repelaba de todo. Yo me quejaba de momento, pero admito que eso me atraía».

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 73**

**No temas hacer valer tus derechos ni decir lo que piensas.**

**Le merecerás más respeto y le gustarás más.**

---

11. «Aprecio que una mujer me ponga en mi sitio si es necesario. Una mujer que asume su poder, o que no es tímida ni teme hacer olas, resulta sensual».
12. «Un hombre respeta a una dama que no tolera que la traten mal».
13. «Trato a las mujeres como mis iguales, así que me gusta competir con ellas con mi ingenio. Me agrada que me reten con su sentido del humor. La competencia es divertida».
14. «La verdad es que me gustan las chicas con un poco de mal genio, porque sé que no me dejarán abusar de ellas. El orgullo es afrodisiaco».
15. «Una mujer de armas tomar es sexualmente estimulante. Supones que será más salvaje. En cambio, de una niña buena temes que salga

corriendo a casa a decirle a su mamá lo que le hiciste».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 74

**Los hombres creen automáticamente que una  
cabrona será agresiva en la cama, y que una niña  
buena será tímida.**

---

### ***Las diez principales maneras de saber si un hombre está enamorado***

Como son tan buenos para esconder sus sentimientos, una mujer suele preguntarse cómo saber si un hombre está enamorado o sólo le está dando por su lado. Cuando te hagas esa pregunta, lo más importante es que consideres esto: si llevan juntos mucho tiempo y aún dudas de que te quiere, te estás conformando con menos de lo que mereces.

Mis entrevistados me dijeron que las pequeñas cosas que hacen por una mujer suelen ser las más reveladoras.

1. «Un hombre está enamorado cuando es lunes en la noche y su novia le dice: “¿Por qué no hacemos tal cosa?” y él lo hace. O cuando empieza a preferirla regularmente sobre sus amigos».
2. «La señal de que un hombre está enamorado es una alegría desbordante. De pronto está muy contento y parece diferente. Sus familiares y amigos no lo habían visto nunca tan animado».
3. «Sabes que un tipo está “clavado” cuando permite que su novia deje cosas femeninas por toda la casa. De repente está orgulloso de que la decoración sea femenina. Compra los muebles que le gustan a ella. Y permite que tenga sus tampones bajo el lavabo. La quiere presente en su vida en todas las formas posibles».
4. «Un hombre enamorado se cuida más y comienza a pensar a largo plazo, en términos financieros, físicos y otros».

5. «Estás loco de amor cuando no escatimas esfuerzos. Tomas un avión para ir a verla. Si a ella se le antoja una dona, te levantarás a medianoche a conseguírsela»
6. «A los hombres nos gusta la variedad hasta que nos enamoramos. Si de veras queremos a una mujer, desearemos estar con *ella*, por muchas más que podamos tener. Las otras dejan de ser una amenaza cuando nos encariñamos. Las tentaciones desaparecen».
7. «Un hombre está enamorado cuando no puede dejar de pensar en ella, cuando tiene detalles con ella o cuando sólo piensa en cómo complacerla».
8. «Si de repente ya no buscas a otra a la vuelta de la esquina, estás enamorado».
9. «La señal de que un hombre está prendado de una mujer es que haga algo inusual para complacerla. Nunca creyó tener hijos ni casarse, pero está dispuesto a hacerlo con esta mujer en particular».
10. «Ella no tiene necesidad de preguntar, porque se lo dice su corazón».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 75  
**Cuando un hombre se enamora, no le importa  
pasar molestias.  
Hará por *ella* lo que por nadie.**

---

Muchos de los consejos de este libro se basan en las confesiones que me hicieron los hombres. Un día le pregunté a George, que es médico, por qué no compartía esta información secreta con su pareja. Contestó: «Porque contigo no habrá consecuencias, pero con ella sí». Las consecuencias a las que se refería se reducen al hecho de que los hombres pierden poder. En otras palabras, ***no les gusta que las mujeres aguerridas o cabronas se enteren de que les atraen.***

Supe que la información que ellos me revelaban era cierta y peligrosa porque la consideraban «supersecreta». Muchos me pidieron citarlos bajo seudónimo, porque otros se sentirían traicionados por sus declaraciones.

Obviamente, es muy útil saber cómo piensan los hombres. Pero la información de este capítulo no debe servir para que te empeñes **todavía más** en tener contento a un hombre. La niña buena ya lo hace, en exceso. De dos huevos en una sartén, tomará el de la yema rota. Entre dos galletas horneadas por ella misma, se quedará con la desmenuzada. La niña buena ignora por qué es contraproducente dar de más cuando se hace todos los días. No se da cuenta de que se compromete tanto con él que se pierde a sí misma, y que justo por eso se arriesga a perder también a su pareja.

Consulta cuanto quieras las listas de este capítulo, pero no uses su información para **obstinarte** en complacer a tu hombre. Obsérnate más bien en complacerte a ti... porque, a fin de cuentas, eso es lo que realmente le complace.

# 8

## Conserva tu *factura*

Valerte económicamente te da poder

La elegancia no consiste en ponerse un vestido nuevo.

COCO CHANEL

## ***Independencia económica: ¿quién tiene derecho sobre ti?***

Hay un aspecto del hecho de darse a respetar en una relación que no puede pasarse por alto: el dinero. Muchas mujeres sueñan con un caballero de radiante armadura que pague todas sus cuentas. Lo que no te dicen es qué sucede una vez que el príncipe azul se enamora perdidamente de ti. Si paga todas las cuentas del castillo, él tiene la última palabra. Entonces la princesa deja de sentirse princesa y empieza a sentirse criada.

Este capítulo explora qué ocurre cuando no guardas tu factura ni preservas tu capacidad para hacerte cargo de tu manutención.

### **PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 76**

**Nunca te darás a respetar si no puedes valerte por ti misma en términos de dinero.**

---

Cuando tienes derecho pleno sobre un vehículo, eres su dueña legal y posees su factura o certificado de propiedad. Si tienes la factura, quiere decir que nadie te lo puede embargar. No le debes **nada a nadie**. No tienes cuentas por pagar. Esto significa que posees el vehículo **libre de gravámenes**, así que puedes hacer con él lo que quieras. De igual forma, cuando una mujer conserva la factura que la acredita como dueña de sí misma, adquiere poder en una relación.

Eso es lo que muchas madres les dicen a sus hijas: que si una mujer renuncia a su independencia y depende económicamente de un hombre, tendrá menos opciones en la vida. Acabará a la entera disposición de él. **Estará a su merced**. Y por eso una mujer debe preservar su independencia, su «factura» y la propiedad plena de **sí misma**.

**Trabajo = Dinero = Conservar tu factura = La posibilidad de elegir cómo ser tratada = Dignidad**

Lo que tal vez no explican las madres es qué siente un hombre cuando se ve obligado a mantener a una mujer. Sentirá que ella es un «deber» adicional más que un haber. Y entonces dejará de pensar que estar con ella es un privilegio.

Esto no se aplica a la mujer que cuida a sus hijos. Cuando está de por medio una familia, es indudable que ella hará su parte... y algo más. El esposo no la verá como peso muerto, porque sabe que el trabajo de ella puede ser a veces más pesado que el suyo. En este caso, él admite que prefiere su empleo al de ella, así que no puede menos que **respetarla** por lo que hace.

Mientras tengas los recursos necesarios para determinar tus condiciones, mantendrás tu factura y tu poder. Si decides marcharte, podrás tomar tu maleta e irte cuando quieras. Es esta misma independencia lo que hace que él **no desee que te vayas**.

Por belicosa, sensual o cabrona que seas, si no eres independiente jamás convencerás a un hombre de que puedes hacerte cargo de tu sustento.

Una vez que renuncias a tu factura, él se sentirá atrapado, porque te habrás convertido en una **responsabilidad** antes que un privilegio. Y él sentirá que eres algo de lo que no puede librarse. Él aporta comida para los dos y casa para los dos, y paga todas las demás cuentas de los dos. Pronto sentirá la presión adicional y doble responsabilidad de cargar no sólo consigo mismo, sino también con otra persona.

Una cabrona preserva su independencia y contribuye de algún modo a la relación porque su orgullo no le permite que se le perciba como una carga para nadie. Y no se pondrá en una posición que le impida hacer olas, las cuales **hará** si ve que no se le considera lo suficiente.

Es importante que hagas saber a tu pareja que tu dignidad está por encima de todo, aun si él es un hombre muy exitoso. Tiene que sentir que, si te maltrata, empacarás y dejarás su mansión por un cuarto sin dudar un instante. Que manejarás un sedán en vez de un Mercedes Benz si esto último significa tolerar que te falte el respeto. Que dejarás un estilo de vida confortable antes que aceptar que te maltrate o abuse de ti.

Por lo general, este mensaje puede transmitirse con actos, pero a veces también con palabras. Supongamos que estás viendo con tu pareja la película **The Burning Bed**, en la que Farrah Fawcett interpreta a una mujer maltratada que en casi todas las escenas luce un ojo morado. Podrías usar esto como pretexto para un «momento meloso» con tu novio mientras comen

palomitas. Vuélvete hacia él, velo a los ojos y di: «Si yo estuviera en su lugar, preferiría preparar hamburguesas en McDonald's».

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 77  
**Demuestra que no aceptarás malos tratos.  
Sólo así conservarás su respeto.**

---

Una mujer independiente satisface demasiado a un hombre para aburrirse. Pero si ella es dependiente, él cree que **aceptará su negligencia**. Aun si no es el tipo de quienes maltratan a una mujer, se aburrirá si tiene la sensación de que ella aceptará lo que le dé.

No se trata de que seas rica; basta con que puedas hacerte cargo de ti. El efecto directo de esto es que él será respetuoso siempre. No podrá obsequiarte una cena sólo porque tengas hambre. Tendrá que hacerte regalos que te quiera dar, y que tú quieras recibir. Y en lo sucesivo los regalos no cesarán de llegar.

Jeannette me contó cómo la había hecho sentir su exesposo cuando él era el único que trabajaba:

Él era cirujano y ganaba mucho dinero. Pero durante cuatro años yo no tuve abrigo que ponerme. Sentía que no podía gastar en un buen abrigo si no aportaba nada de dinero. Así que me ponía mis chamarras de la preparatorio tomaba prestados los abrigos de él. En cuanto conseguí un trabajo de medio tiempo, me sentí mucho mejor, y no sólo porque ya podía comprar cosas, sino también porque ya no tendría que pedirle a él para todo.

Si puedes hacerte cargo de ti, todo lo que él te dé será ganancia. Él no pone todo el pan. Toda la comida. Tu sustento.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 78  
**Conservas tu factura cuando te vales por ti misma,  
con o sin él.  
Él nunca deberá sentirte a su merced.**

---

Susan B. Anthony dijo: «Jamás pude renunciar a mi libertad para ser el ama de llaves de un hombre». Sin embargo, no importa si una mujer es el ama de llaves de un hombre o si ella contribuye «peso a peso». Tampoco si se queda en casa cuidando a los niños, porque este trabajo es más difícil que el de él. Lo importante es si una mujer **tiene los recursos o la posibilidad de marcharse cuando quiera hacerlo**.

Cuando un hombre mantiene a una mujer, pasará una de dos cosas:

1. Él se sentirá en un callejón sin salida.
2. Empezará a considerarla como una niña.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 79

**Cuando un hombre ve a una mujer como una «niña» o hermana que debe cuidar, su pasión se esfuma.**

**No querrá hacer el amor con su hermana.**

---

Un hombre quiere una mujer fuerte, no una niña indefensa. En lo sexual, esto influirá en el flote de su bote.

Conozco una pareja en la que Michael es el sostén del hogar. No tienen hijos, y él asume toda la carga económica. Cada vez que Nancy, su esposa, llega a casa con un par de zapatos nuevos, él le asesta el discurso de los «dos pies».

#### EL DISCURSO DE LOS DOS PIES

Sólo tienes dos pies. ¿Para qué necesitas tantos zapatos? Un año tiene trescientos sesenta y cinco días. Tú tienes cien pares de zapatos. Esto equivale a un par por cada 365 días. Yo tengo chanclas, tenis y dos pares de zapatos de trabajo. ¿Tú para qué necesitas tantos zapatos? ¿Ves los que traigo puestos? Los he usado a diario en los dos últimos años. Así que no entiendo para qué necesitas tantos zapatos.

Si ella trabajara, ¿él le propinaría este discurso? Tal vez no. Pero si un hombre paga todo, cuidará hasta el último centavo. Michael no diría nada si ella fuera mesera en Denny's un día a la semana. Nancy podría ponerse entonces sus zapatos nuevos, se pavonearía con ellos y no tendría que explicar nada a nadie.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 80

**Poder determinar cómo quieres vivir y ser tratada te dará más poder que cualquier objeto material.**

---

Cuando él te ve como una niña, hará cosas que indiquen que te ha perdido el respeto. Te asignará una mesada o te dirá cuánto puedes gastar. O bien te dirá qué puedes comprar y qué no. Todas estas restricciones son reflejo de tu pérdida de libertad y de tu incapacidad para tomar tus propias decisiones. He aquí por qué esto es relevante:

- Que tengas tu propio criterio es lo que mantiene interesada a tu pareja y lo que te permite seguir siendo un reto mental para ella.
- Que tomes tus propias decisiones en la vida es tu arma más importante, la fuente misma de tu poder.

No sólo te dirá lo que puedes tener, sino que, además, un hombre que paga todo también determinará lo que te gusta y no. No te pedirá tu opinión; te dirá cuál debe ser tu opinión. Esto te expone a que te trate como una muñeca Barbie a la que puede controlar. Entonces ocurrirá lo siguiente:

- Él empezará a creerse con derecho a tener la última palabra.
- Se comportará como el que manda.
- Controlará tu felicidad y tu tristeza.
- Te tratará como un jefe a una subordinada.
- Te ofrecerá ayuda bajo sus condiciones y te hará esperar para recibirla.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 81

**En cualquier relación, si uno siente que el otro no aporta nada, dejará de respetarlo.**

---

La cuestión no es que él pague casi todo, sino que a la hora de la verdad ti puedas valerte por ti misma. Entonces él no tendrá derecho sobre ti, sólo la opción de comprar. Está bien que él se sienta la «cabeza del hogar». Recuerda que debe sentirse un gran potentado en su hábitat y su dominio. Pero jamás: debe creer que tiene la llave de tu supervivencia.

Tu capacidad para hacerte cargo de ti asegura que permanezca intacto todo esto:

1. El reto mental.
2. El respeto.
3. La longevidad de la relación.
4. El deseo sexual.

Un buen ejemplo es Roxanne, a la que podríamos describir como «cazafortunas» y quien vivía con Kent en la residencia de éste en Malibu. Roxanne conducía un Mercedes Benz y solía ir de expedición a las tiendas de Rodeo Drive. Su sustento, modo de vida y existencia dependían de Kent, a quien no quería mucho que digamos. Pero aunque aparentemente ella lo tenía todo, había renunciado por completo a su factura. Un día fui a recogerla a su casa para ir a comer juntas. Antes de marcharnos, abrió un cajón, sacó algo de dinero y me dijo que tenía que hacer un rápido depósito en su cuenta. Acababan de rebotarle un cheque. Luego añadió: «Kent me permite proteger mi orgullo. Deja dinero en un cajón para que yo no tenga que pedírselo».

Pero en este caso no había orgullo por «proteger». Orgullo es tener tu propia cuenta de cheques. Lo único que le va a tu firma mejor que «Con todo cariño» es «Páguese a la orden de...».

No cabe duda de que el problema de Roxanne era económico. Kent le había sugerido incluso que consiguiera un empleo de medio tiempo. Le dijo: «Te respetaría más si tuvieras trabajo». Pero ella no hacía el menor esfuerzo de buscarlo. Dos semanas después, empacaba llorando sus maletas Gucci.

Ser cazafortunas no luce, como lo dejan ver claramente los titulares noticiosos. De hecho, las cazafortunas sufrieron recientemente un severo revés: el **Viagra**. Ahora tienen que trabajar el doble por el mismo salario. Y sin seguro de gastos dentales.

Todo lo que una mujer tiene que hacer para balancear una relación es pagar la luz con su dinero o llevar de vez en cuando a casa una bolsa de

comestibles. Cualquiera de estas cosas expresará su gratitud, y él pagará encantado todo lo demás. Un hombre no tiene que sentir equidad, sólo *reciprocidad*.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 82  
**La necesidad económica no se diferencia de la emocional: en ambos casos, él cree controlarte al cien por ciento.**

---

Otra conocida mía, Michelle, vivió cuatro años con un señor. Él pagaba todo sin quejarse, porque Michelle no tenía ingresos. Pero de repente ella heredó dinero, y puso ciento veinte mil dólares ociosos en una cuenta de ahorros. Él le pidió entonces que pagara algunas cuentas, pero ella se negó.

Él no le pidió que asumiera toda la carga, y ni siquiera la mitad; sólo que le echara una mano. Los intereses que ella recibía habrían sido más que suficientes para mostrar su disposición a cooperar. Aun así, Michelle insistió en que ese dinero era para «su retiro».

Poco después, él se «retiró» de la relación, y ella tuvo que irse. Solventar sus gastos la obligó a pagar más de lo que hubiera pagado con su expareja. Contribuir en la medida de sus posibilidades habría sido lo correcto y también lo más favorable para ella en términos económicos. Pero no todo se reducía a dinero. La relación habría tenido más posibilidades de funcionar si ella hubiera *equilibrado las cosas* con su cooperación.

Benji, millonario por mérito propio, describió así su punto de vista: «Un hombre de éxito sabe pronto que las mujeres reaccionan a su dinero. Que hacen fila frente a un hombre con los bolsillos llenos. Basta con que él les muestre que es rico, maneja un coche lujoso o tiene una casa muy grande para que ellas hagan cola como patos».

Claro que hay muchos hombres ricos a los que les gusta tener pertrechos y una muñeca Barbie en sus brazos candidata a las apreciables filas de las *Stepford Wives* (Las mujeres perfectas). Pero un hombre así no es un buen partido de calidad, ni ella durará mucho. Él cambiará a una mujer indefensa y deslucida por un nuevo modelo, porque, para comenzar, la ve como su juguete. Lo que un hombre de primera quiere «para siempre» es una mujer fuerte. Una pareja a la que respete y que valga la pena atrapar: su *igual*. Él podría aportar más dinero que ella, y ella ser ama de casa, pero contribuirá de

esta forma. En otras palabras, ella no está a la caza de sobornos, y puede sostenerse en pie por sí sola. Esto significa que está ahí por su propia **decisión**.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 83

**Por bella que sea, una mujer no se da a respetar por su mero aspecto. Tu apariencia le atrae, pero es tu independencia lo que le excita.**

---

Tu dignidad y orgullo no dependen de que saques dinero de un cajón, una bolsa o una cartera. Tampoco de que recibas una tarjeta de crédito o saques dinero de un cajero automático. Si, por modestos que sean, tienes ingresos, tú podrás:

1. Vivir conforme a tus reglas.
2. Avanzar a tu ritmo, en vez de bailar al son que te toquen.
3. Decidir cómo ser tratada.
4. Determinar lo que tolerarás y lo que no.
5. Marcharte si no obtienes lo que deseas.

Esta lista contiene justo lo que más valora una cabrona. Ella preserva su poder en **todos** sentidos. Y como dijo Henry Kissinger: «El poder es el mejor de los afrodisiacos».

## ***Dinero y sinrazón***

Mientras hacía mi investigación para este libro, me sorprendió descubrir que, en general, a los hombres no les importa correr con los gastos de una cita. Lo que les incomoda es la extendida sensación de que las mujeres actuamos como si tuviéramos derecho a ello, o como si lo diéramos por **supuesto**.

Cuando actúas como si dieras por supuesto algo, un hombre no se siente apreciado. Si él paga, hazle saber que notaste que se tomó la molestia de hacerlo y que estás agradecida.

Una y otra vez, mis sujetos se dijeron frustrados por mujeres ingratas que esperan automáticamente que ellos paguen. Hay algunas mujeres que, aun si es el cumpleaños de su pareja, suponen que él pagará la cuenta del restaurante al que lo llevaron a celebrarlo. Muchos de mis entrevistados me contaron casos en los que ellos tuvieron que correr con los gastos de su cumpleaños u otras celebraciones personales.

En uno de ellos, una chica invitó a amigos a una fiesta de cumpleaños e hizo que el festejado pagara por todos. Cuando llegó la cuenta, varios de los presentes se dispusieron a sacar la cartera. «¡Ay, no, muchachos! Marc va a pagar», dijo ella. Sobra decir que a Marc no le hizo mucha gracia esto. La expectativa automática fue lo que le hizo sentirse poco apreciado.

Lo mismo vale en lo relativo a flores o regalos. ¿Te emocionas y los agradeces, o apenas farfullas un «gracias» y pones las flores en agua? Si él te lleva un ramo de flores marchitas que compró por unos pesos en el supermercado, acéptalo. Da las gracias, sonríe y ponlo en un florero.

Si te regala algo, no salgas con que siempre que lo hace tienes que ir a cambiarlo, o dejará de darte pequeñas muestras de afecto. Si debes cambiarlo, hazlo por algo parecido, y luego dile que es lo mismo que te compró. Di: «Parece distinto, ¿verdad?». (Nunca notará la diferencia).

Si quieres que te regale joyas, jamás menciones las palabras «casa de empeño». Si empeñaste las alhajas que te regaló un ex, no se lo digas.

La gratitud es muy importante para los hombres. Un conocido mío, John, terminó con Kate porque ella no le agradeció debidamente un regalo. Un día Kate le pidió pasar una televisión vieja a otro cuarto de su casa; el televisor tenía valor sentimental para ella, porque se lo había regalado su papá. El aparato cayó por accidente y se rompió John describió así lo que pasó después: «Me sentí tan mal que al instante fui a comprarle un centro de entretenimiento carísimo, con una televisión y un estéreo increíbles. Una semana después llegaron unos amigos y dijeron: “¡Guau! ¡Qué bonita tele!”. Pero ella respondió con tono sarcástico: “John destruyó la otra”. Estuve a punto de caerme de la silla».

John dejó esa noche el departamento de Kate para no volver nunca.

Dado que a los hombres no se les condiciona a expresar sus emociones, a veces las mujeres suponemos que gastar su dinero no les significa nada o que no les cuesta nada ganarlo. Si un hombre te obsequia algo, muéstrale el respeto que se merece agradeciéndole el favor. Si quieres que te trate bien, tienes que inducirlo a ello haciéndolo sentir importante y especial cada vez

que es generoso y gentil. De lo contrario, no tendrá aliciente para volverlo a hacer.

Vinnie, un tipo generoso por naturaleza, me contó que Shawna ordenó langosta una vez que la llevó a un restaurante lujoso. «No me importa que haya ordenado langosta», me explicó; «pero nada más la picó y dijo: “La verdad es que no tenía mucha hambre”. Eso fue lo que me molestó».

Insisto: la cuestión es *si actúas como si esperaras o te debieran lo que te dan*, o si aprecias la generosidad y amabilidad de los hombres. A muchos de ellos les gusta sentirse el sostén del hogar, siempre y cuando perciban que se les *agradece lo que brindan*.

Si él te abre la puerta, hazle saber que aprecias eso también. Cada vez que ve que valoras su caballerosidad y su fuerza, se siente recompensado. De esta manera lo pondrás por las nubes.

El dinero también puede ser un termómetro revelador de lo que un hombre se propone, o de sus intenciones. Carla, una conocida mía, salía con Cuy pese a que él le había dejado muy en claro que no podía pagar sus citas. Siempre tenía una explicación complicada de por qué no podía hacerlo. Así, cada vez que salían, pagaban entre los dos. No obstante, él insistía en que lo hicieran de forma justa. Como se debía. Sin excepciones.

Una vez ella lo acompañó a un bar con sus amigos. Para su sorpresa, Cuy no tuyo empacho en pagarles a sus camaradas un trago tras otro. Pagó dos rondas en veinte minutos, sin pensarlo dos veces. «¡Mesera! Mi amigo Steve quiere otro té helado Long Island». Pero apenas esa mañana le había pedido a Carla que pagara los huevos revueltos con tocino que había desayunado con él.

Sobra decir que esto le mostró que Cuy no concedía suficiente valor a la relación, así que dejó de verlo. Cuando un hombre insiste en dividir la cuenta desde las primeras citas, te demuestra de antemano que no te valora o no valora la relación.

Claro que algunas mujeres se niegan a que un hombre les abra la puerta o corra con los gastos de sus encuentros. Se niegan a que «les paguen». Pero una cabrona no tiene problemas con que se le trate bien, así que deja que el hombre dé, y ella se permite recibir. En el fondo, la niña buena que no permite que se le invite a cenar no quiere sentirse obligada con un hombre y sabe que lo estará si él paga. La cabrona no tiene ese complejo. Da las gracias con gentileza y cortesía. Y en ningún momento se siente culpable, obligada ni comprometida.

Si tu novio es estudiante o de veras está en aprietos económicos, pero aun así quiere impresionarte, sugerirá hacer algo que cueste poco o nada.

Tomará un vino barato y un mantel y te llevará a un parque. O conseguirá boletos para el cine. O te invitará a una fiesta. Si está loco por ti, no te dejará pagar la cuenta ni sugerirá «irse a mitas».

Una conocida mía, Susie, médica, vivía con George, médico también. Ella acababa de graduarse y estaba haciendo su residencia, así que ganaba menos que una enfermera de medio tiempo. George, en cambio, era un cirujano establecido y obtenía un ingreso sustancial.

Vivían en la casa de él en Hollywood Hills, que él casi había terminado de pagar; aun así, insistió en que Susie le diera una suma considerable de «renta». De igual forma, dividían todo a la mitad: comestibles, luz, etcétera, salvo la arena y comida para el gato, que Susie pagaba (porque el gato era suyo).

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 84  
**Cuando a un hombre le obsesiona que no se  
aprovechen de él, es capaz de extorsionarte.**

---

Mientras que George ganaba medio millón de dólares al año, Susie destinaba casi todos sus ingresos a pagar sus préstamos de estudiante. Comparemos sus gastos domésticos en relación con el ingreso de ambos:

- Él tiene ingresos por quinientos mil dólares.
- Ella, por veinticinco mil.
- Cada cual paga veinticinco mil dólares.
- El gato no paga renta.

George gana veinte veces lo que Susie, pero ella paga la mitad de las cuentas. No sólo eso; él está terminando de pagar **su** casa con lo que Susie le deposita por concepto de renta. ¿Qué demuestra esto? Que hasta mujeres instruidas y brillantes como Susie pueden **pasarse de buenas**.

La parte económica de toda relación tiene que ser de toma y daca. A ninguno debe tocarle dar todo. Si tu novio te invita al teatro o al ballet y no van a tener tiempo para cenar porque él llegará tarde de la oficina, ordena

comida china y tenía preparada para cuando él llegue por ti. Si te va a llevar a cenar, de camino a casa después del gimnasio compra unos boletos para el cine y sorpréndelo.

Cuando te propone salir pero quiere que tú planees la velada, toma en cuenta *sus* preferencias tanto como las tuyas. Por ejemplo, Linda insistía en que Benny la llevara al teatro. Él es un hombre chapado a la antigua, y no soporta el ballet ni el teatro. Aun así, la complació, y me describió la noche de este modo: «Le di a Linda mi tarjeta de crédito para que comprara los boletos y rentara un esmoquin para mí. Y ahí me tienes, sosteniendo el bastón de unos binoculares de nena. ¡Fue una afrenta a mi virilidad! No podía creer que hubiera gastado una fortuna y estuviera contando los minutos para que terminara la obra. Ésa fue la última vez que dejé que Linda planeara algo con mi tarjeta de crédito».

Cuando un hombre te pide viajar con él, sé considerada. Si ofrece pagar y te solicita que hagas las reservaciones, infórmale del precio de varios hoteles y deja que él decida. A ellos les encanta sentirse «a cargo» y que su opinión cuenta. (Tú finge al menos). Si él cubrirá los gastos del viaje, sorpréndelo y paga por tu parte el servicio de desayuno en la habitación. O llévalo a cenar como muestra de gratitud. Cómprale una camisa de colores si van a ir al trópico^ un suéter abrigador si van a las montañas. Todo está en que muestres respeto por lo que él da. Lo mismo que a nosotras, tampoco a ellos les gusta sentir que no se les valora.

Algo similar puede decirse de los regalos. Si tu pareja te regala algo, muéstrate emocionada, aun si no es de tu agrado. «¡Me encanta!». Una amiga mía recibió como regalo de su esposo una camiseta. Parecía una cruz de diseño psicodélico y estampado de cachemira, y estaba tan fea que habría podido asustar a un niño. Pero aunque a ella no le gustó, se la ponía cuando estaban en casa, sólo para hacerlo sentir bien.

Las más de las veces, las mujeres que se pasan de buenas pecan de generosas. Dan en exceso. La mujer que se pasa de buena siente que su novio «la necesita», y corre en su ayuda como rescatista de la Cruz Roja. Además, da *ciegamente*.

Por ejemplo, Abby se casó con un italiano llamado Franco para ayudarlo a conseguir su permiso de residencia. En el curso de su matrimonio, él la convenció de que estaba locamente enamorado de ella. Descubrió que era vegetariana y dejó la pasta por las verduras. A ella le gustaba ir de excursión y él adoptó el excursionismo. Ella era «espiritual», y él decidió que lo era también. La entrevista de ambos con el Servicio de Inmigración y

Naturalización fue un éxito, y Franco obtuvo su permiso. Pero al día siguiente hizo sus maletas, dijo: «*Ciao, bella!*» y se perdió en el crepúsculo. Ella no tenía siquiera anillo de compromiso, pero terminó con una cuenta de divorcio enorme.

También he visto que mujeres que se pasan de buenas prestan dinero a hombres. Suelen ser las luchonas las que no lo piensan dos veces y dan un dinero arduamente ganado. Prestan dinero a su pareja para que compre un estéreo para su coche cuando al suyo le urge un buen mantenimiento básico. ¿La respuesta a «Préstame dinero»? **No**.

Cheryl, quien se ajusta al perfil de la cabrona, me contó esta historia. Había salido con Rick un par de veces, pero no lo veía mucho, porque él viajaba seguido. Tras la tercera cita, él le pidió un préstamo. Como contó ella misma, «me llamó desde Tahoe y me dijo que tenía una “emergencia”. Me pidió que le mandara mil dólares a la oficina de Western Union al otro lado del río, aunque después cambió varias veces de explicación de por qué necesitaba el dinero. Una fue que tenía que pagarle a una tal Babs la pensión alimenticia de un hijo que nunca me había contado que tenía. Me dijo que debía tomar un ferry a la oficina de Western Union al otro lado del río. El pasaje era de treinta y cinco dólares de ida, y otros tantos de vuelta. Yo le dije: “¡Claro! Ahora mismo te mando el dinero. Apúrate a tomar el ferry”».

Rick no advirtió el sarcasmo. Llamó esa noche luego de su viaje redondo en ferry y le dijo a Cheryl que no había recibido el dinero. Ella se fingió asombrada e insistió en que lo había mandado. «Qué lata con estos envíos. ¡Mañana mismo iré a investigar qué pasó!».

Al día siguiente Rick hizo un segundo viaje en ferry, pero, para su sorpresa, el dinero no había llegado aún.

Obviamente, Cheryl no tenía la intención de volverlo a ver, porque le pareció de mal gusto que alguien a quien apenas conocía le hubiera pedido un favor así. Sin embargo, no guarda tan mal recuerdo del incidente. «Creo que un poco de aire fresco no le habrá hecho nada mal a Rick. Y en todo caso, bien podría haber conseguido trabajo en el ferry».

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 85

**La gente te demostrará que se respeta por el simple acto de hacerse cargo de sí misma.**

---

La cabrona no es mala, sólo que no se presta a jueguitos. Si él quiere hacerlos y te invita, puedes negarte. Sí, trata a los demás como quieres que te traten. Pero el primero que debe tratarte así es tu novio.

La cabrona nunca le hará pensar a un hombre que está con él porque no tiene dónde ir. Por modesta que sea, su independencia económica es un recordatorio constante para él de que, si vuelve desagradable su «estancia», ella no se quedará mucho tiempo. Esto garantiza que la relación sea siempre respetuosa, recíproca y grata... ***para todos.***

# 9

## Cómo *renovar* el reto mental

Qué hacer para recuperar la chispa

Uno de los aspectos de la igualdad no es que te traten igual que a un hombre, sino que te trates a ti misma como tratas a un hombre.

MARLO THOMAS

## ***Paso 1. Dedícate tiempo en vez de pedírselo a él***

Lo que a un hombre le gusta de una mujer independiente es que sea independiente **de él**. Cuando está con una mujer así, siente que tiene una pareja de verdad. Si, en cambio, una chica abandona sus actividades cotidianas, él perderá poco a poco interés en ella. En vez de pensar que ha conseguido un premio fabuloso, empezará a verla como un peso extra.

Lo primero que una mujer tiene que hacer para recuperar la chispa sensual es ***volver a concentrar en ella su energía***. Debe desarrollar intereses más allá de su novio, como los tenía cuando él llegó a su vida. Los hombres suelen considerar muy atractiva a una mujer con pasiones propias. Éstas no tienen que ser necesariamente iguales a las de ellos, siempre y cuando sean ***propias de su pareja***.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 86

**Entre más independiente seas, más le interesarás.**

---

La historia que sigue me da la razón. Rob, un hombre exitoso y atractivo que podía escoger a la mujer que quisiera, se vio obsesionado de pronto por la chica menos esperada. Él mismo describe a Laura como una «infectada conservadora» que viste faldas largas tableadas. Luego de un par de citas, la invitó a un crucero. Rob no carecía de seguridad en sí mismo, y pensó que le enseñaría a Laura a divertirse. Creyó que «sacudiría su mundo». Pero ella le dijo que no podría acompañarlo. ¿La razón? Tenía una demostración de Tupperware, que había planeado desde tiempo atrás.

Rob contó lo que ocurrió después: «Pensé que Laura cambiaría de opinión, pero acabé yendo sólo al crucero y volando de vuelta a casa un día después para ver qué era lo que Laura se traía entre manos. ¿Una demostración de Tupperware? ¡No podía ser! Sencillamente no podía creer que ella hubiera dejado pasar unas vacaciones exóticas ***conmigo*** por una

demostración de Tupperware. Supuse que iba a reunirse más bien con otro hombre. Tenía que verlo por mí mismo».

Rob regresó a casa y se presentó la noche del sábado en que se suponía que tendría lugar la demostración de Laura. Y, en efecto, se quedó atónito al descubrir que realmente ella tenía una demostración de Tupperware.

Cuando él llegó, Laura se mostró encantada de verlo. Lo invitó a pasar y le ofreció un sandwichito. En ese momento Rob podría haber estado con *cualquier mujer* comiendo langosta o mariscos exóticos en ruta a las Bahamas. En cambio, mordisqueaba un sandwichito aguado de atún con un palillo ensartado. Podría haber estado viendo un espectáculo de talla mundial estilo Las Vegas, no la diversión estelar de recipientes de Tupperware en forma de galleta de jengibre de estrella y hasta de corazón.

Aún lo recuerda, incrédulo: «Ahí me tienes, oyendo a un montón de señoras parlanchinas y viéndolas delirar por unos tazones de plástico. Tomé café en una tacita muy mona con una cucharita minúscula. No lo podía creer. Pensé: “Esto es imposible. Me rebasa por entero”».

¿Laura había sido mala? En absoluto. Sencillamente no siguió el camino trillado de dejar sus intereses por algo que un hombre creía mejor. Lo que sacudió a Rob fue que la actividad de Laura significara para ella más que el crucero, o que estar con él. Me dijo: «Desde entonces, ella ha tenido toda mi atención». Y la pareja desapareja se volvió así uña y carne.

Rob había preparado su mejor rutina para que causara sensación, y a Laura *no le impresionó*. A diferencia de la cabrona, la niña buena parece deslumbrarse fácilmente. Hará demasiado obvio su deseo de lograr una relación, lo cual suele *inducir* malos tratos.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 87

**Si dejas ver claramente que te emociona obtener algo, algunos querrán tentarte con una zanahoria.**

---

«Tener una vida propia» dejará de hacerte parecer impetuosa e impaciente. Cuando te relajas, has sacado la «necesidad» de la ecuación. Ya no pareces rogona, lo que cambia de inmediato la dinámica de una relación estancada.

Si quieres renovar el reto, es imperativo que *prosigas con las actividades que tenías antes de que tu novio entrara en escena*. Él percibirá algo la

primera vez que le digas que no puedes verlo porque tienes planeada otra cosa. Esto lo tomará por sorpresa y lo punzará.

A los hombres les confunde mucho que esa otra actividad parezca trivial. En el ejemplo anterior se trató de una demostración de Tupperware, pero cualquier cosa semejante al tejido, la jardinería o la cerámica ejercerá el mismo efecto. Ten la seguridad de que su ego no se dejará ganar por un suéter, una maceta o un poco de arcilla.

Cualquiera que sea la pasión que elijas **más allá de tu novio**, eso lo volverá a atraer. Te lo aseguro. Se preguntará lo mismo que en las primeras semanas de salir contigo: «¿Cómo puede gustarle hacer eso cuando podría estar conmigo?».

Cuando no dejas todo por estar con él, parecerás tener más cosas a tu favor. Esto le recordará lo que vales, e invariablemente te buscará.

## ***Paso 2. Cambia la rutina***

Para renovar el reto mental, es esencial cambiar la rutina a la que él ya se acostumbró. Cuando el reto mental ha desaparecido, la rutina se vuelve previsible, y tu pareja se pone en «piloto automático». Divagará, porque no lo estimulas lo suficiente. Así que iniciemos de una vez la estimulación, ¿te parece?

Como dijo Harry S. Truman: «Si no puedes convencerlos, confúndelos». ¿Cómo? Alterando completamente el patrón. No asumas una actitud hostil ni te quejes. En vez de ver a tu novio con regularidad, vuelve **casual** el programa. Casual significa que él no pueda predecir como relojito cuándo volverán a verse o cuándo sabrá otra vez de ti.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 88

**Cuando cambias la rutina, no estar a veces ahí le  
hará buscarte.**

**Los hombres no reaccionan a las palabras, sino a la  
falta de contacto.**

---

Esto se aplica indistintamente al noviazgo y al matrimonio. Si debes renovar el reto mental, altera el patrón. Cada vez que tu pareja se muestre displicente, altera el patrón. Las solteras suelen hacer planes con base en las llamadas de su novio. Las casadas suelen esperar a que el esposo llegue de trabajar. Y unas y otras esperan por igual junto al teléfono a que les llamen.

Tracy se benefició del hecho de alterar el patrón de su matrimonio. Sentía que Alien, su esposo, no la tomaba en cuenta cuando hacía viajes de negocios. Cada noche, ella esperaba la llamada de larga distancia de Alien, aun si esto significaba dejar de lado sus propios planes. Como era de esperar, Alien empezó a sentir que llamarle era una obligación, que debía «reportarse» o checar tarjeta. Llamaba alrededor de las siete y media de la noche y despachaba pronto a su esposa, para poder salir a tomar una copa con sus colegas.

Esta chica decidió hacer olas. ¿Cómo? Permaneciendo fuera del alcance de su marido. En su siguiente viaje de negocios, ella lo llevó al aeropuerto, pero no le dijo: «Llámame cuando llegues». Durante ese periodo, ella estuvo en casa la mitad de las veces en que él llamó; en la otra mitad, no la encontró. Ella había ido a visitar a unas amigas a las que tenía tiempo de no ver, y no corría a casa para esperar su llamada.

La primera noche en que Tracy no estuvo a la espera de su llamada, Alien se volvió loco. Su actitud cambió en el acto. Llamó a las siete y media de la noche, y después cada media hora hasta las diez y media. Salió, tomó *la mitad* de una copa y regresó a su cuarto para volver a llamar. Tracy llegó a las 10:59 y el teléfono sonó a las 11:01.

Lo que antes había sido un deber fue ahora un motivo de felicidad para él. También Tracy se mostró feliz, sobre todo cuando vio que en la contestadora parpadeaba un número **9** grande y rojo. (Seis mensajes de él y tres llamadas en las que colgó sin decir nada). Y ambos fueron a acostarse muy contentos.

De repente, Alien había extrañado a Tracy. ¿Por qué? Porque ella ya tenía una vida propia fuera de su relación.

Nunca dejes de lado tu vida. Toma un curso de algo. Adopta un pasatiempo. Haz nuevos conocidos. Eres tan interesante como profundos sean *tus* intereses.

El mero hecho de que te sientas satisfecha con tu vida te hace interesante. Si eres feliz con o sin él, siempre estarás fuera de su alcance.

Un ejemplo representativo es Ellen, que no se sentía valorada en su matrimonio. Todas las noches les hacía de cenar a Sydney (su esposo) y sus dos hijos. Ella no trabajaba, y Sydney solía salir tarde de la oficina, así que

casi nunca llegaba a cenar. Pero lo que más disgustaba a Ellen era que Sydney no la pusiera al tanto de si iba a llegar a cenar o no, y que no llamara si iba a llegar muy tarde. A veces ella recalentaba tres veces su platillo antes de que él llegara a casa.

Ellen había establecido el patrón de decir: «Los niños necesitan verte cenar con ellos, Sydney». Pero noche tras noche, ella recalentaba su cena mucho después de que sus hijos se habían ido a acostar.

Como tantas otras niñas buenas, Ellen era demasiado tolerante. Una cabrona, en cambio, reacomoda la agenda de la cena. **Cambia la rutina**. En un momento tranquilo, mira a su esposo y le dice, como por casualidad: «Mi amor, veo que no podrás venir a cenar esta semana, así que no voy a prepararte la cena. Si quedan sobras de los niños, te las dejaré en el refri. Aunque tal vez sería mejor que consiguieras algo de camino a casa».

Durante algunas noches, él conseguirá algo de comer camino a casa. La primera noche comprará algo en Kentucky Fried Chicken, quizá. La segunda, preferirá una salchichonería. Y después del sándwich frío de pastrami que obtuvo ahí, tendrá que tomar un Alka-Seltzer contra las agruras. No pasará mucho tiempo antes de que llegue **gustosamente** a consumir una cena hecha en casa. Y llegará justo a tiempo.

Sandy me contó que no se sintió valorada una noche en que limpiaba a gatas el piso de la cocina después de haberle hecho de cenar a su esposo, Wade. Él acababa de empezar su cena cuando se acercó a ella y le dijo: «¡Qué desconsideración la tuya ponerte a limpiar el piso justo en este momento! Esa cosa apesta. ¿Podrías esperar a que termine de cenar?». Ella contuvo las ganas de estrangularlo.

Durante el resto de la semana, Sandy se retrajo. Casi no habló con él y parecía distante. Wade tuvo que preguntarle una decena de veces qué sucedía antes de que ella se lo dijera. Pasó de «abeja obrera» a «reina» en un par de días.

¿Primera escala en la agenda de Sandy? Una empleada doméstica. Insistió mucho en esto. Luego procedió a los modales en la mesa. Wade solía empezar a cenar sin ella y se paraba antes siquiera de que ella se hubiera sentado. Sandy dijo que como no cocinaba para los dos, en adelante podría cenar sola. También sugirió que salieran a comer a veces, así fuera a lugares baratos. Y no dio marcha atrás. Ahora no sólo tiene ayuda en casa, sino también «citas» con Wade una vez a la semana.

En estos dos casos, cambiar «la agenda de la cena» permitió a las mujeres hacer saber sin palabras a su marido que ellos también tenían algo que perder.

Dijeron con sus actos: «O cedemos los dos o no habrá acuerdo». (Y tú te quedarás sin cenar).

## PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 89

### **No premies una mala conducta.**

---

Las mujeres solemos persistir en nuestras atenciones a un hombre aun si no nos sentimos tomadas en cuenta por él. Un ejemplo perfecto es el de Laurie, quien llamó en fecha reciente a mi programa de radio. Laurie es madre soltera y no tiene mucho dinero, pero se pasó dos días enteros buscando un molde en forma de corazón para hacerle a su novio un pastel de San Valentín.

Trivia: ¿crees que a un hombre le va a importar que un pastel tenga forma de corazón?

Quizá prefiera uno en forma de llave inglesa o control remoto. De hecho, en los días próximos a San Valentín y posteriores al Super Bowl, se pueden conseguir pasteles en forma de balón de fútbol americano. Todo lo que tienes que hacer es quitar los pequeños futbolistas y poner en su lugar un asimétrico «Feliz día de San Valentín». Reducirás así tu consumo de tiempo de dos días a doce minutos.

Toda mujer que no se siente valorada debería facilitarse las cosas con base en los empeños de Betty Crocker. Cierto que ellos mismos dicen: «A los hombres se les conquista por la boca». Pero esto no implica que debas cocinar la comida que ellos ingieren por ese medio. Cabe preguntar entonces: ¿quién debería cocinarla? ¡Hay tantas opciones y tan poco tiempo!

La galleta de la suerte dice que puede pedirse a domicilio. O que tú puedes ir a recogerla. O que él puede llevar a casa comida preparada. O cocinar en el asador de dos metros que él «tiene que tener». Piensa en lo divertido que esto podría ser para tu pareja. Poner ambas hamburguesas en la parrilla una junto a otra, a sesenta centímetros de distancia entre sí. Y cuanto más grande sea la parrilla, más varonil se sentirá él usándola.

Si él sugiere usar la parrilla, aliéntalo y ofrécete a lavar los platos. Mientras él cocina, tú pon la mesa como la dama elegante que eres. Pon dos platos de cartón, dos vasos desechables y cubiertos de plástico. No necesitan mantel; tiende un par de toallas de papel.

Nunca es demasiado pronto para invitar a tu novio a participar en las actividades de la cocina. De hecho, te sugiero involucrarlo en eso desde la primera vez que vaya a tu casa. Para entonces ya habrán salido varias veces, y existirá entre ustedes una relación de confianza.

Llévalo a la cocina y date un grato y rápido *Tour de France*. Dile: «Aquí están los vasos... aquí las tazas... y aquí los platos. Las bebidas están allá. Si necesitas algo más, por favor no dudes en buscarlo. ***Estás en tu casa***».

Mientras le indicas dónde están las bebidas, añade como por casualidad: «Una pequeña petición: tengo un pequeño problema de hormigas y, ¡ay!, todos los platos tienen que ir directamente al lavatrastes». No entenderá que acabas de decirle que no lo esperarás, y que no hay mozo en casa. Si quiere una copa, le has hecho saber que puede servírsela cuando quiera. Y si desea un bocadillo, sabe dónde encontrarlo.

No pretendas ser la «ayudante feliz». Él no valorará tus esfuerzos si asumes automáticamente el papel de empleada doméstica. Si, en cambio, estás correspondiendo las amabilidades que él ha tenido contigo, considerará todo lo que le des como algo especial.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 90  
**Él no respetará a una mujer que automáticamente  
se ponga a complacerlo a todo vapor.**

---

A veces cambiar la rutina es cuestión de alterar la agenda de la cena; otras, de cambiar las horas o fechas de sus pequeños encuentros.

Anita es estudiante universitaria y me contó un caso clásico de lo que ocurre cuando una mujer no presta atención al modo en que se fija el patrón desde un inicio. El primer síntoma será casi siempre que te sientas dejada «en suspenso».

Anita describe cómo se fijó el patrón en su noviazgo: «Veía a Dave varias veces a la semana. Él me llamaba a mi celular al salir de clases, alrededor de las cuatro de la tarde, y hacíamos planes. Pero de repente empezó a llamar cada vez más tarde. Yo me la pasaba en ascuas toda la tarde sin saber si tendríamos plan esa noche. Tenía que dejar de hacer muchas cosas porque él siempre me tenía atorada».

Mujeres como Anita terminan «atoradas» por la sencilla razón de estar dispuestas a esperar. Tan pronto como él sepa que lo aguardaste hará esperar

para siempre. Es momento entonces de **cambiar la rutina**.

En la circunstancia de Anita, la solución es simple. Ella debería estar menos disponible, y fijar un día antes al menos la hora en que él pasará a recogerla (ella no debe ofrecer ir a verlo). Todo lo que tiene que hacer es preguntarle: «¿A qué hora crees que podremos vernos mañana?». Dave responderá, tal vez: «Te llamaré al salir del trabajo». El truco es no dejar las cosas así. Ella debe añadir: «Bueno, pero quizá no me encuentres, y no me gustaría dejar de verte. Sólo para estar segura, dime una hora de una vez».

Sea temprana o tardía, acuerda una hora un día antes de la fecha prevista para su encuentro. Si él insiste en avisarte «después», dile que tu celular no funciona, que no está encendido o no puedes recibir llamadas personales en el trabajo.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 91 **Si él no te da una hora, no hay cita.**

---

A veces los hombres culpan a un amigo. Si tu novio te dice algo como: «Va a venir un amigo mañana en la noche. Tengo mucho de no verlo y no sé cuánto tiempo va a estar aquí. No puedo ser grosero con él y despacharlo», responde simplemente: «No hay problema. Pásatela bien mañana». Luego, sin adoptar una actitud hostil, dile que se verán **otra** noche. Como hemos dicho ya repetidamente, a lo que los hombres reaccionan es a la **falta de contacto**.

La alternativa es que pierdas dos horas esperando una llamada. Esas dos horas podrías dedicarlas a ir al gimnasio, o a cualquier otra cosa importante para ti. La mayoría de las profesionales, madres o estudiantes con una agenda muy apretada no disponen de dos horas para **sí mismas**, pero dedican sin chistar ese tiempo a esperar una llamada telefónica.

Cambiar la rutina significa revolver las cosas. Si le llamas dos veces al día y no parece feliz de oírte, llama más esporádicamente. Si acostumbran verse los fines de semana, dile que esta vez podrán verse entre semana, martes y viernes. ¿La semana próxima? Jueves y sábado.

Una conocida mía felizmente casada, Margaret, me contó uno de sus secretos: «Cada vez que siento un poco distante a mi esposo, me tomo el fin de semana para visitar a amigos o familiares. El jueves le aviso que saldré el viernes y regresaré tarde el domingo. Podría llamar una vez mientras estoy

fuera, para avisarle dónde me encuentre. Y nunca falla... él siempre está muy cariñoso otra vez cuando vuelvo a casa».

He aquí otras sugerencias para cambiar la rutina:

- Si siempre le llamas a su oficina para saber a qué hora llegará a casa, no estés a veces cuando llegue.
- No le informes dónde estás cada momento del día.
- Si te llama a tu celular, no siempre te apresures a contestarle.
- Si te manda un mensaje, no respondas en menos de treinta segundos. O no respondas en absoluto. Que dé contigo cuando estás en casa, no estando afuera.
- Si te llama por teléfono, no siempre te tomes la molestia de contestar. Que deje un mensaje. O si quieres ser considerada con él, avísale que no vas a estar.
- Si eres de las que se sientan junto al teléfono a revisar el identificador de llamadas o el buzón de voz como si su siguiente inhalación dependiera de ello, apaga el timbre del aparato. Lee un libro. Renta una película.
- Si viven juntos, sal a divertirte en ocasiones. Y vuelve a casa un par de horas más tarde de lo que él supone. Si siempre espera que estés en casa a determinada hora, llega un poco después.

Tan pronto como no sepa dónde está *su mujer*, irá a buscarte. Es un cazador. Te perseguirá. Tiene un impulso territorial innato... sobre *ti*. Pero si te empeñas en complacerlo, no sacarás provecho de esa ansia. Se sentirá saciado, y esto significa que no lo dejarás inquieto.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 92

**A menudo la mejor manera de resolver el problema es no informándole a él que lo estás resolviendo.**

**Cuando alteras tu disponibilidad o cambias una rutina, él se sentirá atraído de nuevo.**

---

### ***Paso 3. Recobra tu sentido del humor***

Usualmente perdemos nuestro sentido del humor en una relación cuando estamos «agazapadas», listas para atacar. Esto quiere decir que «cada paso» de nuestra pareja nos obsesiona. Y es probable que nos disguste fácilmente lo que **no** obtenemos de la relación.

El sentido del humor es una cualidad sexy. Los hombres tal vez no lo digan, pero se dan cuenta cuando perdemos nuestra ironía. Tal vez al comienzo bromeabas más con tu pareja y tenías un ingenio más rápido. Cuando el reto mental se evapora, lo mismo le pasa al sentido del humor.

El humor es una manera muy efectiva de controlar o poner en su sitio a un hombre. Puedes hacerle saber en forma divertida y juguetona que tu seguridad como mujer **no depende de él**.

Tener sentido del humor es más que sólo hallar algo gracioso que decir; tiene que ver con el talante de una persona. Les hace saber a los demás que te sientes bien contigo misma. Y a él, que no estás agazapada. Pero no se trata de que montes sketches cómicos para él; esto no sería eficaz, porque daría la impresión de que te esfuerzas demasiado.

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 93 **Cuando empiezas a reír, comienzas a sanar.**

---

Es sexy poder bromear, porque el humor sugiere que tienes tu propio criterio. No sólo eso, sino que además puedes reír de lo que sucede a tu alrededor. Si verbalmente juegas y forcejeas un poco con él, es improbable que te juzgue rogona.

Cuando él te toma el pelo, es como si te preguntara: «¿Aún conservas tu ingenio?». Tu sentido del humor le responde, dejándole saber que no siempre él tiene la última palabra.

He aquí un ejemplo: una amiga mía había tenido ya un par de citas con su novio cuando éste criticó el color de su barniz de uñas. Ella le dijo: «El departamento de sugerencias cierra de noche. Pero faxea mañana tu idea y se pondrá en el buzón». (Señaló entonces el bote de basura de la cocina). Siguen siendo pareja, y él está loco por ella. Mi amiga continúa usando hasta la fecha el mismo color de barniz.

El humor no sólo distiende una situación, sino que también te permite salir de ella oliendo a rosas. Tom Hanks dio muestra de ello en una entrevista con Barbara Walters. Ella dijo, poco más o menos: «No es mi intención herir

tus sentimientos, Tom, pero no se te considera un símbolo sexual». Él respondió: «Sí, lo sé. Y creo que eso me vuelve algo sexy». Hanks pudo haberse puesto a la defensiva, pero, en cambio, la desarmó.

Si no te pones a la defensiva y te ríes de vez en cuando de las cosas, tu novio te respetará más, porque le mostrarás que crees en ti misma. Por ejemplo, él podría burlarse de cómo estacionaste el coche. Este tipo de bromas lo hacen sentirse varonil. El aura relajada de una mujer capaz de reírse de sí misma le agradará, porque la cree capaz de ser entretenida y graciosa.

No importa si te pones un costal de papas. Tu ingenio hará más por él que el negligé negro de una mujer que se comporta como si estuviera desesperada por su aprobación. (Sí, incluso si te pones las botas altas que te cortan la circulación y casi te amputan una pierna).

A los políticos de éxito se les enseña a usar el humor para conquistar a la gente y mostrar seguridad. Cuando Ronald Reagan contendió por la presidencia de Estados Unidos, en un debate se le preguntó sobre la desventaja de que fuera el candidato más viejo postulado jamás a la primera magistratura de ese país. Su respuesta fue: «Me niego a explotar en mi beneficio político la *juventud e inexperiencia* de mi adversario».

En una relación con un hombre, cada vez que quieras mantenerlo alerta, hazle bromas. Si dice algo un poco fuera de lugar, dile: «Dejemos de lado ese desliz», o «¿Acaso debo soportar esto?». O pregúntale si desea una pierna fracturada o dos...

Darla, una conocida mía, tenía un novio que dejaba un tiradero horrible cada vez que iba a verla. Pero también tenían una vida sexual satisfactoria. Él se le insinuaba a Darla y ella lo desairaba picaramente. Luego ella se acercaba al fregadero y se ponía a lavar los trastes. Le decía en broma: «Entre más tiempo dedico a lavar los platos, tenemos menos tiempo para aquel lito». De repente, el ayudante feliz empezó a cooperar.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 94  
**Lograrás mucho más diciendo las cosas con humor  
que con cara seria.**

---

Tu pareja está muy al pendiente de ti. Quiere ver cómo proteges tu territorio. Cómo reaccionas a sus bromas, y a sus críticas y las de otras

personas. Tanteará el terreno, porque quiere saber cómo te defiendes. Quiere ver si puedes ***darle a respetar***.

Y ya que estamos en el tema del humor, si llega el fatídico día en que él te diga que eres una cabrona, haz una pausa, respira hondo y disfruta el momento. Ríete por dentro mientras te dices: «Bueno. Ahora sé que ***de veras*** me quiere».

# 10

## *Controla tus emociones*

Preguntas y respuestas: cartas de lectoras

Nunca permitas que nadie sea tu prioridad si tú eres sólo una de  
sus opciones.

NINA POTTS-JEFFERIES

## ***Locamente enamorada***

Los hombres suelen decir que todas las mujeres estamos locas o somos emocionalmente inestables. Algunos hasta nos dividen en categorías. En su opinión, vamos de ***medianamente*** irracionales a completamente psicóticas. Es de sobra sabido que cuando ellos se juntan a jugar golf o a tomar unas cervezas intercambian comentarios sobre la salud mental de sus más recientes conocidas. «Acabo de conocer a una mujer, y parece que controla sus hormonas». Quizá tú hayas notado que siempre tienen una exnovia de la cual hablar. Ya sabes, la ex que de pronto explotó y fue poseída por los demonios, lo que dio al traste con la relación. Claro que ellos no tuvieron nada que ver en el asunto. Fueron unos perfectos ángeles que, quién lo iba a decir, un día despertaron junto al demonio.

Tal vez por eso nosotras tendemos a culparnos de todo. Yo ya perdí la cuenta de las veces en que he oído decir a una mujer: «Siempre echo a perder mis relaciones, algo me pasa». Ella recibe el análisis mental del novio (erigido en terapeuta) y al rato ya está dudando de sí: «Él dice que actúo como una loca, que no soy normal. Siento que estoy un poco chiflada». No deja de atormentarse con esto una y otra vez.

Las mujeres seguras de sí mismas se ríen cuando se les hacen comentarios ridículos. Si un hombre le dice a una cabrona que está «un poco loca», ella te dirá que lo agradezca. «Cierto, y tienes suerte de que así sea. Las cosas podrían ser peores, porque la mayoría de las cabronas son totalmente psicóticas, así que nada más imagina lo que podría hacerte una de ellas...».

Cuando una mujer se ríe de sí misma, no se toma personalmente lo que le dicen y controla sus emociones, parece más «estable», inofensiva y digna de confianza. Un hombre piensa entonces que hay más posibilidades de que las cosas salgan bien.

Este capítulo busca ayudar a la mujer que es buena con todos... menos consigo misma. Ella cree que todo lo malo que le pasa ***es culpa suya***. Para que puedas controlar tus emociones (o, como dicen los hombres, «hacerte

cargo de tus hormonas»), podría ser útil que leyeras lo que experimentan otras mujeres. El escenario siguiente quizá te resulte familiar...

*Querida Sherry:*

*En los primeros meses de mi relación, creí estar en el cielo. Mi novio era romántico y maravilloso. Me llamaba todos los días, hablábamos por teléfono horas enteras y ambos decíamos que nos imaginábamos juntos para siempre. Yo no le pedí la luna; él me la ofreció. Y por eso ahora estoy tan confundida. Después de que nos acostamos, noté un cambio. Él ya no quería que nos viéramos tan seguido. Tenía tiempo para sus amigos, su familia y su trabajo, pero cada vez menos para mí. Yo no dejaba de llamarle y de mandarle correos, pero casi siempre me sentía rechazada. ¿Qué me pasa?*

*—Niña buena anónima*

Retrocedamos a ese comienzo «romántico y maravilloso», porque fue entonces cuando empezó la mala comunicación. La mayoría de los hombres ven a una mujer como juguete sexual. No es que no acaben enamorándose, pero esto ocurre **después**. Por más que veas a un hombre casado, con una minivan y con un portabebés y un recién nacido en la espalda, eso no fue lo que él quería. Al principio, el plan es desvestirse a una mujer. Él es un hombre de pelo en pecho, con testosterona en abundancia. Y debido a sus **hormonas**, sólo tiene tres emociones:

- Enojo.
- Hambre.
- Calentura.

Por tanto, todo lo que te dice al principio persigue muy probablemente el objetivo de obtener el resultado deseado: llevarte a la cama. Es mero escarceo verbal. Tú te pones perfume... él te abre la puerta del coche... tú le dices (muy seria) que sólo has tenido tres amantes en la vida... y él te dice que

quiere una relación y que tú tienes todas las cualidades que no ha encontrado en ninguna otra. Es un discurso de ventas.

He aquí una analogía: imagínalo como un animal amaestrado haciendo suertes en un circo. Una foca o nutria de mar en Sea World. Cuando una foca sostiene una pelota en la punta de la nariz, no quiere exhibir su excelente coordinación ni impresionar al público. Hace eso por una sola razón: conseguir un salmón. Lo mismo puede decirse de los hombres: cuando te llevan a cenar y te mandan flores, sostienen la pelota en su nariz. Algunos lo hacen mejor que otros... e incluso hay focas capaces de aplaudir tres veces mientras sostienen la pelotita. Pero todo esto se hace por la misma razón: obtener una recompensa. Si él quiere la «golosina» tiene que hacer el «truco».

Las mujeres decimos: «Me niego a acostarme con un tipo que no está interesado en una relación seria». Pero esto es munición que él usará contra ti. Si vio alguno de los episodios de *Sex and the City*, sabe que usar frases clave sobre «el amor y el compromiso» es un boleto directo a la recámara. Los hombres ven series como ésta para saber qué es lo que las mujeres queremos oír, a fin de prometer tales cosas. Bradley me explicó: «Los hombres decimos lo que sea y las mujeres de inmediato lo toman en serio. Dices algo nada más por decir, y resulta que ella cree que sus sueños se están volviendo realidad». Los hombres creen que nos engañamos a nosotras mismas. Ponen ideas en tu cabeza, y tú haces el resto. Como dijo Bradley: «Se enamoran antes siquiera de conocer al hombre». Esto no quiere decir que no le gustes a él, que no te adore o no crea que eres la mujer más sensual del mundo. Significa simplemente que, para tener sexo, los hombres te engañarán acerca del grado en que quieren involucrarse a largo plazo.

## ***Atrápalo con un poco de indiferencia***

Hay formas de lograr una relación, pero acostarte enseguida con un hombre y decir que quieres una «relación», o permitirle que te ponga al cuello un collar para perro, no es una de ellas. Tienes que hacerle perder el paso. ¿Cómo? Controlando tus emociones. ¿Por qué? Porque **no** está acostumbrado a eso.

Al principio, todo lo que hace falta es **un poco de indiferencia**. Si un hombre no sabe (en absoluto) qué te propones ni tiene certeza alguna de lo que quieres, te respetará más y te tratará mejor. Se sentirá atrapado por ti,

porque no tendrá sobre tu persona la fuerza de atracción que está acostumbrado a tener.

He aquí cómo hacerlo. Bésalo y abrázalo y mantente a su lado... pero, al mismo tiempo, ***mantente emocionalmente a tres metros de distancia***. Aun si te sientas ***en*** sus piernas, deja tu corazón en la cajuela, junto a la llanta de refacción. Sé cordial y afectuosa, pero deja de decirte: «¡Él es el elegido!». Y deja de racionalizar: «Es diferente. Me hace sentir lo que no he sentido en años». Piensa en cambio: «Voy a experimentar para saber más, y a divertirme: pero si esto no sale bien, hay otros patos en el estanque».

La mayoría de las mujeres empiezan mal porque dejan ver ***demasiado pronto*** que él les interesa ***demasiado***. Al rato, sin embargo, terminan (solas) en caída libre, cuando él les hace esta observación: «No controlas tus emociones». O como explicó Connor: «Luego de salir varias veces con una mujer yo me pregunto: “¿Quién tiene el control? ¿Ella o sus emociones?”». Si las que tienen el control son tus emociones, estarás a merced de él. Así son los hombres. Aprenden muy pronto que exhibir sus emociones equivale a mostrar debilidad. Por eso respetan a las mujeres fuertes. Y por eso tú tienes que cuidar no exponer tanto tus emociones.

En consecuencia:

#### FÓRMULA DEL FRACASO:

Ningún control emocional = Desesperación por conservarlo = Comida gratis para él

#### FÓRMULA DEL ÉXITO:

Autocontrol emocional = Control sobre cómo te trata y si te respeta

Los hombres creen que si te encariñas al instante y pierdes el control de tus emociones, ***tolerarás casi todo*** (para lamentarlo después). Y hasta buscarás pretextos: «Realmente él está muy ocupado en su trabajo» o «Acaba de salir de una relación». Un hombre tenderá a tratar a una mujer como juguete o trofeo sexual si ella carece de autocontrol emocional y acepta todo lo que él le dice. Entonces él se sube al caballito sin haber depositado una moneda.

En otras palabras, él seguirá viéndola, pero sólo cuando le convenga. Cuando una mujer se encariña mucho, y demasiado pronto, ***debido a sus emociones...*** o cuando muestra que pierde el control después del sexo ***debido a sus emociones...*** o cuando espera un final de cuento de hadas ***debido a sus emociones...*** no hace otra cosa que servirle la mesa a su pareja.

Y a la inversa: cuando ella es poco tolerante y se mantiene alerta, le llamará la atención a él cuando pretenda «condicionarla» a aceptar menos. La primera vez que él intenta llegar a altas horas de la noche, ella lo intercepta en la puerta: «No me llames cinco minutos antes de que quieras verme. Me conmueve mucho que hayas decidido hacerme un espacio en tu apretada agenda, pero la próxima vez avísame con mayor anticipación, por favor». Sus bonos suben entonces.

Un hombre cala y cantea a una mujer. Quiere saber si vives en un cuento de hadas, con la ilusión de convertirte en «princesa», o si eres sensata e independiente y tienes mecenas propias. Si no siempre puede saber qué te propones ni lo que harás, te respetará más y te tratará mejor. Y esto deja abierta la posibilidad de que se encariñe y se enamore de ti.

Una comparación lado a lado:

### **INTENSIDAD EMOCIONAL**

Si él te siente cien por ciento atrapada en menos de un mes...

... creará que te controla por completo, así que perderá interés y te verá menos...

... y querrá saber si puede salirse con la suya. Si se comporta en forma poco caballerosa, supone que lo perdonarás.

### **UN POCO DE INDIFERENCIA**

Si él siente que actúas por curiosidad y deseo de saber más, y que no sigues el patrón de la mayoría...

... se preguntará: «¿Por qué no lo acepta?»...

... y te verá como individuo y como persona, no como juguete sexual. Saber que «hay más en ti de lo que parece» mantendrá su interés.

Lo más importante es romper el patrón de lo que él está acostumbrado a ver. Cuando un hombre ve que guardas distancia y estás fuera de su alcance —no le das «pase gratis»—, cae en tus redes y se mantiene interesado en ti. Cae en tus redes cuando no posee la «fuerza de atracción» mental que está acostumbrado a tener, porque no ha ganado todavía. Es entonces cuando te conviertes en un reto mental para él. «Tengo que ser mejor para poder

conseguir y conservar a esca mujer». Es así como obtienes un cortejo apropiado.

Algunas mujeres intentan comunicar su estrategia y tocan verbalmente esos temas. La carta siguiente ilustra esto.

*Querida Sherry:*

*Tengo una carrera y una vida, y los hombres lo ven. Yo les digo que no toleraré mentiras de ninguna especie. Y expreso que quiero poder ser como soy. Quiero poder mostrar qué me hace feliz y qué me entristece. Quiero poder hablar de todo. ¿Acaso el hombre indicado no querrá que sea yo misma? Soy una mujer fuerte. Pero esto parece intimidar a los hombres.*

*—Niña buena anónima.*

Los hombres no temen a las mujeres fuertes. Michael me explicó: «No les tenemos miedo a las mujeres fuertes, sino a una mujer con músculos fuertes en la mandíbula y cuerdas vocales hiperactivas». Y luego me contó esto:

Muchas mujeres no se dan cuenta de que su boca es su peor enemigo. Si se quejan y lloriquean demasiado, no importa si son las mujeres más bellas del mundo. [Es decir, el problema es que no tengan ningún control emocional]. Una vez tuve una cita a ciegas en la que fui a recoger a la mujer en cuestión y después enfilé hacia un restaurante a cuarenta minutos de ahí, donde nos reuniríamos con otras dos parejas. Durante todo el camino, ella no paró de decir: «Tengo hambre. Me muero de hambre. Tengo hambre. Me muero de hambre. ¿Cuánto falta para que lleguemos?». Ella sabía dónde estaba el restaurante, y el tiempo necesario para llegar. Pero repeló todo el camino y no paró de hacer ver su incomodidad. Antes de llegar al restaurante, decidí no volver a verla más.

Mientras menos anuncies o verbalices, mejor. Mientras más hables, menos podrás saber lo que él está haciendo realmente y qué se propone. Para

un hombre, la peor pareja es aquella para la cual él nunca será suficiente, por más que dé y dé.

Lograrás mucho más si «vuelas fuera del radar» y exageras tu lado femenino. Este lado tuyo desarma a los hombres porque no tienen defensa contra él. No temen a las mujeres fuertes... los desconciertan las que han **perdido su feminidad**. Dolly Parton, exitosa empresaria y una de las compositoras más respetadas de Nashville, dijo algo interesante en una entrevista en **60 Minutes**: «Muchos hombres me creían tan tonta como parecía. Por fuera soy mujer, pero pienso como hombre. Y esto me ha ayudado mucho en el mundo de los negocios. Porque para cuando ellos creen que yo no sé qué pasa, yo ya conseguí mi dinero y me fui». Su misma feminidad la vuelve indetectable. Ella va siempre a la cabeza gracias a que vuela fuera del radar.

Por regla general, no anuncies lo que quieres. Si lo haces, no sólo comunicarás tu estrategia, sino que además reducirás el misterio en tu relación. Si no te gusta lo que ves, dilo cuando el tema salga a relucir. Si él te da una respuesta inaceptable, déjalo. Pero no le avises a un tipo al que apenas conoces qué es lo que te hace feliz o lo que te disgusta. Si lo haces, es muy probable que use esa información para manipularte. Te complacerá lo suficiente para conseguir lo que desea. O para que lo perdones por haber hecho algo malo.

Veamos esto en acción...

*Querida Sherry:*

*Llevo dos años rompiendo y regresando con mi novio. Parece un círculo vicioso, un torbellino de locura. En la cama somos muy apasionados, pero después él es emocionalmente inaccesible y la relación no avanza. Lo he dejado un millón de veces, pero entonces él me persigue con correos, llamadas, apareciendo en mi casa o mi trabajo. Me dice que «esta vez será diferente» y que «va a cambiar». Me ruega que no lo deje y dice que me necesita. Yo vuelvo a aceptarlo y él se porta bien uno o dos días, pero después regresa a sus manías egoístas de siempre. Lo que quiero mucho, pero este torbellino emocional me está volviendo loca.*

Si hay hombres leyendo esta carta, han de estar muertos de envidia: «¡Vaya!, todo ese sexo... ¿gratis?».

Si una relación termina y recomienza durante el primer año, ésta es señal inmediata de que estás perdiendo el tiempo. Él no es «caliente y frío» porque sea indeciso; lo es porque te manipula. Definamos:

**LA RELACIÓN «CALIENTE Y FRÍA».**  
**Cuando él está «caliente», te manipula.**  
**Cuando está «frío», se muestra tal como es.**

Si crees que con volver a entenderse y acostarse su relación prosperará, le estás ayudando a manipularte. Cuando un hombre al que ya tienes tiempo de conocer te llama una vez a la semana, podrías pensar: «Por fin está funcionando mi plan». Pero lo que él se dice a sí mismo es: «¡Bien! Ya tengo con quién acostarme cada quince días», y buscará otra con la que pueda acostarse entre tanto. Oigo decir a muchas mujeres: «¡Pero si lo quiero tanto! Antes había mucha química entre nosotros. ¿Cómo podría matar su interés?». No están dispuestas a aceptar que él las manipula, o que **él es así y punto**.

Muchas preguntan: «¿Qué puedo hacer para dejar de pensar en él? ¿Para que esto deje de importarme?». Si estás a dieta, no puedes estar pensando todo el tiempo en un pastel de chocolate, ¿no es así? Lo mismo se aplica a las relaciones. Muchas mujeres tienen tanto miedo de perder a un hombre que no dejan de pensar en él. Poner fin a esa obsesión insana resuelve noventa por ciento del problema y permite dejar de sufrir. Y cuando dejas de obsesionarte, un hombre lo siente. Así que a menudo logras lo que quieres. Y esto te devuelve tu poder.

Si quieres controlar tus emociones, tienes que controlar tus ideas. Como dijo Eleanor Roosevelt: «Debes hacer lo que crees que no puedes». Tus mayores posibilidades de éxito se presentan cuando aún no estás muy encariñada. Ya sea que estés comenzando una relación y quieras mantener los pies sobre la tierra o que estés terminando una y debas distanciarte, el siguiente ejercicio te será útil. La clave es dejar de pensar en él por completo, en forma tajante.

## **CÓMO DEJAR DE PENSAR EN ÉL**

- Cada vez que pienses en él, DETENTE.
- Reemplaza conscientemente ese pensamiento por otra idea o actividad.
- Ésta debe ser una idea o actividad que te haga sentir bien.
- La clave es distraerte de inmediato.
- Hazlo tantas veces cuantas él brote en tu cabeza.
- Sé creativa: ve tu programa favorito, come lo que más te gusta, ve al gimnasio o sal a dar una vuelta.
- Todas y cada una de las veces que pienses en él, sin excepción, deja de preocuparte y sufrir, y fuéstrate a experimentar lo opuesto. Haz algo que te haga *sentir bien*.

Si estás en el trabajo, toma tu café preferido. Si estás en el coche, pon un CD de tu agrado. Cuando un niño llora, lo distraes con un juguete, ¿no? Interrumpe la espiral descendente del negativismo y oblígate a concentrarte en cosas positivas que no tengan **nada que ver con él**. Si haces esto diez veces diarias durante varios días, abandonarás el hábito de obsesionarte con él. Entonces dejarás de sufrir y volverás a salir adelante.

Escribió John Milton en *El Paraíso perdido*: «La mente es un lugar en sí misma, y puede hacer un cielo del infierno, un infierno del cielo». En el capítulo 2 dijimos que no es conveniente ver a un nuevo novio varias noches seguidas, y las lectoras ya siguen este consejo. El error es que, cuando están solas, no dejan de pensar en él, con lo que desarrollan una dependencia nociva. Si piensas en él las veinticuatro horas del día, bien podrías terminar yéndote a vivir a su casa en menos de una semana.

Mientras te desprendes de la relación, no ceses de evaluar una y otra vez el «premio» que has obtenido. Si él sigue sin darte lo que necesitas, lo que debes preguntarte es si realmente lo quieres. Tal vez él sea un niño mimado en un cuerpo adulto, nunca haya pasado por los ritos de transición de «niño» a «hombre»... y su mamá le siga lavando la ropa, lo que le da una falsa sensación de importancia. Cuando te topes con un hombre así, no supongas que ya no eres deseable. Ponte de pie, sacúdete el polvo y di: «Él no es la persona que pensé. Tengo que desempolvarme e invertir mi energía en otra cosa». Como dijo Maya Angelou: «Cuando la gente te muestra quién es, créele... a la **primera**».

Un buen hombre no piensa: «¿Qué provecho puedo sacar?», sino «¿Qué puedo dar?». Un hombre que vale la pena quiere que su esposa o novia siempre esté emocionalmente feliz. Es su ego: «¡Soy lo **bastante hombre** para complacer a mi mujer!». Esto lo hace sentir fuerte. Ahora definamos «feliz»:

felicidad es no permitir sobras. No lo tomes como algo personal. Muy poco de esto tiene que ver contigo. Hay muchas personas que carecen del equipo básico para sostener una relación, y no puedes hacer nada para cambiar esto. Podrías tomar un zorrillo y meterlo en perfume con la esperanza de que se convierta en un cachorro. Pero, con el paso del tiempo, el perfume se desvanecerá, y tú seguirás teniendo un zorrillo en tus manos.

***Fíjate siempre con quién tratas;*** lo que ves es lo que obtienes. Él no cambiará de carácter. Podrá cambiar de carrera, de forma de vestir, de prioridades, de casa. Pero su carácter será siempre el mismo.

Los hombres que creen correcto darte sobras carecen del equipo básico para una buena relación.

### **¿CUÁL ES EL EQUIPO EMOCIONAL BÁSICO?**

- Carácter y decencia
- Rectitud
- Consideración por los demás
- Aprecio por la bondad
- Proporción entre lo que se toma y se da
- Lealtad con los leales

Una maestra mía dijo una vez: «Haz sentir importante a quien te hace sentir importante a **ti**». Esto no es tan difícil si cada quien hace un esfuerzo. Y si se vuelve difícil y te sientes una esclava en tu relación, deja de castigarte. No mereces ser infeliz. De ti depende cómo permites que se te haga sentir. Puedes sentirte atada y esposada, pero tú tienes la llave de esas esposas, y te las puedes quitar.

Si llevas varios meses con un hombre y le permites estar contigo una vez a la semana —para tener relaciones sexuales—, y aun así quieres que siga la relación, le estás diciendo que puede aprovecharse de ti. El sexo no es para recompensar a alguien o asegurar una relación. Es algo que haces con un hombre al que ya le importas. Si ya han pasado algunos meses y no se hablan al menos cada tercer día, lo que tienen no es una relación. Es entonces cuando la niña buena opera a toda máquina. He aquí la secuencia lógica:

«Al principio él era maravilloso».

«Yo eché todo a perder».

«Tengo que... hacer más... esforzarme más... saltar más alto...».

«... y atormentarme, y hacerme reproches, y decirme que no valgo nada».

La vida es difícil de por sí como para que permitas que alguien te la ensombrezca aún más. No siempre la culpa es tuya. Tal vez sencillamente no estén hechos el uno para el otro. O él no tenga el equipo básico (ni vaya a tenerlo jamás con **ninguna** mujer).

Así que recuerda: adopta una actitud de «a ver qué pasa», y mientras conoces a ese hombre, guarda un paracaídas en tu corazón. Si él es una buena persona, al tiempo que regulas o retardas lo que das al principio, podrás ver con quién estás tratando. Él terminará por mostrar su verdadero rostro. Cuando das poco y esperas a ver qué obtienes a cambio, un hombre que vale la pena también te dará. Si se enfría, un poco de indiferencia servirá como detonador, y tus sentimientos volverán a importarle. Una mujer sabe que un hombre está interesado en ella si él recuerda lo que le gusta y hace cosas para hacerla feliz.

Lo que verdaderamente importa es tu felicidad. Y tu salud. Nunca te preocupes de lo que un hombre piensa de ti, **hasta que te demuestre que le interesa hacerte feliz**. Si ni siquiera lo intenta, mándalo por donde llegó, porque conquistarlo no te beneficiará en nada. A fin de cuentas, tu felicidad, tu alegría y... sí... tu «estabilidad emocional» son el único termómetro que en verdad necesitas.

# 11

## La cabrona *nueva* y mejorada

Guía de supervivencia para las mujeres que se pasan de buenas

Dales el ardor de costumbre, aun si te sientes un trozo de hielo  
aplastado.

ETHEL MERMAN

## ***La cabrona se mantiene firme***

La cabrona «nueva y mejorada» no es nada malo. Es una versión pulida de la cabrona proverbial. No es brusca ni malhumorada, ni rezonga para obtener lo que quiere. Habla con sus actos, y sólo es cabrona cuando **tiene que serlo**. Una de las señales más elocuentes de que una mujer «ya llegó» es que no le obsesiona complacer a un hombre, ni a nadie, sino a ella misma. ¿Cómo es esta cabrona «nueva y mejorada»?

Véase la definición siguiente:

**Cabrona** (sustantivo): Mujer que no se da de topes contra la pared obsesionada por la opinión que de ella tenga alguno de sus allegados, sea un hombre u otra persona. Comprende que si alguien no la aprueba, es sólo la opinión de un individuo, y no tiene importancia. No se ajusta a reglas ajenas, sólo a las propias. Por esta causa, la relación que establece con un hombre es muy diferente a la de otras mujeres.

La cabrona también se percibe a **sí misma** de otra manera. Sube al cuadrilátero, por así decirlo, convencida de que es igual a su adversario. Frente a una niña buena, un hombre se concibe automáticamente como el «peso pesado», y a ella como el «peso pluma» (es decir, inferior). Una mujer segura de sí misma que sube al cuadrilátero y no baja sin dar la batalla se gana el respeto de un hombre, aun si pierde. ¿Por qué? Porque entonces él sabe que es una mujer **valiente**. Si pierde, perderá peleando. Y cuando ambos bajan del ring, él no puede sino respetarla más.

La cabrona se comporta en una forma que un hombre puede entender. Habla con él como lo hace con sus amigos, lo que le indica que ella está en un campo de juego parejo. Puede comunicarse sin vaguedades, y es franca. ¿No crees que esto importe? Echa un vistazo a esta comparación:

## LA NIÑA BUENA

Intentará engatusar a un hombre para que le dé lo que ella quiere con regularidad. Si no lo obtiene, llorará, se disgustará o hará mohines.

Jugará la carta de la culpa o hablará de su «niña interna»; parece infantil.

Si él la lastima de algún modo, ella llorará. Luego hará que él se disculpe y prometa no volverlo a hacer.

Se dice: «Él no lo hizo adrede», o busca pretextos si él se porta mal.

Se fuerza a hacer algo que no le gusta con tal de complacer a su novio. Pone cara alegre y se finge contenta.

**UNA = MUJER DÓCIL  
= PÉRDIDA DE  
RESPETO**

## LA CABRONA

No dorará la píldora ni empleará eufemismos. Es clara acerca de sus preferencias, y le señala a él las normas de trato.

Es una adulta, así que no tiene nada de infantil. Su filosofía es seria.

Se retira para que su silencio hable por ella. Se comunicará cuando crea estar lista, y dejará en claro que aquello no volverá a suceder, o si no ella se marchará.

Nota al instante si él le falta al respeto, y no duda en reclamárselo.

No hará nada que no le agrade, y no vacilará en hacérselo saber. Se enfrenta a él en un terreno de juego parejo.

**LA OTRA = MUJER  
DESEABLE = MÁS  
RESPETO**

Sería raro, si no es que imposible, que dos hombres adultos tuvieran una larga conversación en la que terminaran diciéndose: «¡Heriste mis sentimientos!». Lo más parecido a esto que ellos se dirán es «Me hiciste enfurecer».

Si, por ejemplo, un hombre le pide prestado dinero a un amigo y no le paga, no sostendrán una larga conversación sentimental. Si acaso se dicen algo, será breve y terminará con un «¡Vete al diablo, idiota!». Dejarán de tratarse y punto.

Dado que la cabrona dice las cosas como son, un hombre respetará su manera de comunicarse. Para un hombre, el enfado no es debilidad. Pensará que ella tiene más **autocontrol** que una mujer emocional. En relación con esta última, racionalizará que sufre un desequilibrio hormonal a causa de su ciclo

mensual. O la creará débil. De una cabrona pensará, en cambio, que sabe lo que hace y lo que no quiere. Qué le gusta y qué le desagrada. Tiene «ánimo». (Y no me refiero al de las porristas).

Cuando digas **CABRONA** en voz alta, no lo digas como si fuera una *mala* palabra. Según algunos, la sílaba **CA** de este término es una sigla que significa «control *absoluto*». El único título u *honor* superior a ése es ser llamada «cabrona de alta duración». Ésta es una señal de éxito, que indica que un hombre *acabará por quedarse con una mujer de este calibre*. La conservará al menos por la muy práctica razón de que ha invertido tanto en ella que no puede dejarla ir. Y sigue tratando de conquistarla.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 95

**Un hombre siente que ha conquistado a una mujer cuando la tiene a sus pies, momento en el cual comienza a aburrirse.**

---

### ***A la cabrona nunca se le conquista del todo***

¿Por qué los hombres aman a las cabronas? Nunca sienten haberlas conquistado por completo, así que siguen intentándolo. Algunos lo intentan toda la vida.

El hecho de que una mujer esté dispuesta a hacer hasta lo imposible por un hombre casi se presta a malos tratos. Charlotte trataba de complacer a Tom, su novio, *todo el tiempo*, así que él empezó a perder interés.

Ella creyó que lo recuperaría haciéndole una fiesta en la playa. Planeó una velada espectacular, a la que invitó a todos los amigos de él. Decidió gastar más de tres mil dólares en un servicio de publicidad aérea para el acontecimiento. Dos aviones trazaron un corazón enorme en el cielo seguido de las palabras «Siempre te amaré». En cuanto llegaron a lo alto, tardaron casi media hora en hacer su trabajo. Cuando terminaron, todos quedaron impresionados. Era imponente, y a todos les pareció así, menos a Tom, quien desafortunadamente llamó una hora antes para decir que no podría asistir. Para ese momento, sin embargo, ya era demasiado tarde para que a Charlotte

se le reembolsara la fortuna que había gastado. Trató de cancelar, pero fue en vano; los aviones ya habían despegado e iban en dirección a la fiesta.

Casos como éste no son raros. Esto es lo que acontece cuando una mujer *se pasa de buena* y hace circo, maroma y teatro, porque esto *induce una mala conducta*.

Mientras que la niña buena pierde la cabeza, la cabrona hace que el hombre pierda la suya. Una mujer que mantiene su cordura intriga sobremanera a un hombre. Pensará en ella sin cesar, nunca obtendrá de ella lo suficiente y terminará por decidir que no puede vivir sin ella.

Entre hombres y mujeres existe una diferencia básica: ellas prefieren lo seguro y predecible, y a ellos les gusta la emoción, el peligro y lo impredecible. De chica, la niña buena jugaba con Barbie y Ken; creció con la imagen mental de que también ella sería «feliz para siempre». Los niños, en cambio, no quieren tener nada que ver con Ken; se identifican con figuras *emocionantes* que viven peligrosamente, como Batman, Superman y Spiderman.

Pregúntale a una madre quiénes son más inquietos: los niños o las niñas. La mayoría de las mamás confiesan que los niños, sobre todo si tienen más de uno. ¿Por qué? Porque para casi todos los hombres, seguro = aburrido. Así que buscan maneras de acentuar la emoción y el peligro, y hacen lo que sea por perseguir cosas difíciles. Justo este elemento de peligro es lo que les atrae de una cabrona.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 96

**La tensión que surge con una cabrona da a un hombre una sensación de peligro. Se siente inseguro, porque no la tiene nunca en la palma de su mano.**

---

Piensa en qué coleccionan o fascina a los hombres: armas, municiones, tarjetas deportivas, revistas de ciencia ficción, navajas de bolsillo, cochecitos de metal, herramientas eléctricas y tas lámparas de mano «recargables». (Tu deber es fingirte impresionada: «¡Guau!, ¿recargables?»). Ah, y no olvidemos su «invaluable» colección de soldaditos (realmente increíble) y todo lo que tiene que ver con la velocidad: autos, motos acuáticas, motocicletas y aviones.

La niña buena comete el error de cuidar a un hombre y hacerlo sentir demasiado «seguro». Los hombres se aburren fácilmente, y por eso todo lo predecible y seguro, cuando ocurre en exceso, hace que una relación les parezca monótona. Pero con la cabrona no les pasa esto.

La niña buena esconde la cabeza en la tierra cuando ignora la necesidad de estimulación, peligro o desafío de un hombre, en perjuicio de ella misma. Es como el avestruz. En vez de atacar al tigre de frente, el avestruz esconderá la cabeza, y por eso termina hecha papilla.

La cabrona sigue el método frontal, pero la niña buena esconde la cabeza. Aquélla ve las cosas como son. ***Ésta ve lo que quiere ver.***

Tan sólo en el primer mes, he aquí lo que la «niña buena» hará... Le dará a él un masaje en los pies. Le preparará huevos con seis ingredientes y crepas al lado. Irá a su casa a lavar su ropa y planchar sus camisas. Luego le leerá poemas y querrá apapacharlo todo el día. Cuando él la deje, ella dirá: «¡No puedo creer que me haya hecho esto!».

Muchas mujeres creen que a los hombres les gusta que una mujer haga lo que ellos dicen, ***sea lo que fuere.*** En teoría, así es. Pero en la práctica se cansan de eso ***casi tan pronto como lo obtienen.***

En cuanto un hombre crea que nunca te parecerá mal nada de lo que hace y que aceptarás lo que te dé, habrás agitado una bandera blanca respecto a que se vuelva loco por ti. Su deseo parará en seco.

Tampoco aceptes aquello de que lo que él quiere es una «señorita en apuros». Como me dijo un chico: «Cuando rescatas a una dama en apuros, lo único que te ganas es una dama en apuros que no te podrás quitar de encima».

La noción de que una mujer tiene que «abrir su corazón» para estar verdaderamente enamorada no es una señal de amor, sino de cómo ella se convierte en papilla. Un hombre ve a una mujer dócil y se dice: «Ay, no: un pegote. ¿Voy a tener que cargar para siempre con esta caja de gelatina?». En adelante, llamará menos seguido o dejará de hacerlo en absoluto... ***tras haber tenido sexo con ella.***

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 97

**Una mujer complaciente que da demasiado causa la impresión de creer en el hombre más que en sí misma.**

**Él ve esto como debilidad, no como bondad.**

Cuando la niña buena necesita demasiado a un hombre y lo pone en un pedestal, lo ve mejor de lo que él se ve a **sí mismo**. Y esto lo hace sentir muy incómodo, porque él sabe mejor que nadie que no es ninguna «blanca palomita». Pero como se trata de una fantasía de ella, él le da una oportunidad. Intenta ser romántico, pero no tarda en preguntarse si acaso ella no será tan falsa como él. Piensa para sí: «**Hmm...** ¿cómo será ella en realidad? No es posible que sea **tan** buena». Como en el caso de una tarjeta de crédito de bajos intereses que sólo es buena para el primer mes, él empezará a creer que ha obtenido el paquete promocional, no el producto legítimo.

Con la cabrona, en cambio, las cosas son francas y legítimas. Ninguna de las partes teme que la otra haga trampa. Él la somete a prueba una o dos veces, y ella lo pone en su lugar en cada ocasión. Entonces suceden dos cosas. Primero, él se dice: «Ésta no es ninguna tonta. No aceptaré mis embustes». Segundo, siente que ella lo ha visto tal como es. Ha visto «lo peor», pero él le gusta de todas maneras. De igual forma, él ha visto «lo peor» de ella, así que no siente que una sorpresa aceche en su interior. Con una cabrona se fastidiará de vez en cuando, pero está convencido de que lo que comparten es **real**.

## ***La cabrona se define a sí misma***

Eddie Murphy dijo en una entrevista: «El mejor consejo que me han dado es no seguir el consejo de nadie». Esta idea debe su eficacia a que te pone en el asiento del conductor, justo en «los controles» de tu vida. Esto no significa que debas dejar de buscar información o aportaciones del exterior, sino que eres tú quien está al mando. Tú decides tu propio destino.

Esta actitud tiene un efecto directo en que un hombre te considere independiente. Tan pronto como dejes de pensar por ti misma y él tenga que hacerlo por ti, saldrás disparada del asiento del conductor e irás a dar directamente al de esclava. ***En cuanto alguien puede dictar lo que piensas o cómo sentirte contigo misma, estás a su merced.***

Esta actitud también influye en el éxito de muchas otras áreas. Mientras permitas que alguien tome decisiones sobre tu carrera, sueños o aspiraciones, te limitarás drásticamente. ***Serás brillante sólo en la medida en que esa persona te lo permita.***

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 98  
**Piensa por ti misma en todo momento, e ignora a  
quien quiera definirte de manera restrictiva.**

---

Así se trate de tu gusto para vestir, tus necesidades en una relación o la forma en que te ganas la vida, no permitas que nadie tenga el control. Defínete a ti misma.

En cuanto ejerzas tu propio criterio, sucederán dos cosas. Primero, atraerás como un imán cosas y personas positivas. Segundo, disuadirás a las personas negativas de pretender distraerte de tus metas. Siempre habrá quienes quieran sembrar semillas negativas en tu huerto, **si te prestas a ello**.

Dar la cara por ti no siempre implica un enfrentamiento verbal. A veces se reduce a no gastar energía en personas negativas.

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 99  
**Las personas de veras fuertes no explican por qué  
exigen respeto.  
Simplemente no tratan con quien no se lo tiene.**

---

Esto puede parecer simple y obvio para quien tiene autoestima, pero suele ser justo lo que la niña buena no hace. Ella firmará en la línea punteada junto a un hombre de pésimo crédito. Se acostará con él antes de saber cómo se apellida. Sobre todo, le dejará decidir su valor como mujer, en vez de decidirlo ella misma.

La bondad es siempre la primera opción. Pero no puedes ser buena con alguien que no piensa en tu beneficio. Dada esta conducta, es correcto que seas buena contigo oponiéndote a ella, ya sea mediante el hecho de corregir la situación o de no permitir que la persona involucrada tenga acceso a ti.

La cabrona puede ser una mujer delicada —y muy femenina—, pero no por eso deja de tener dignidad. Hace saber decorosamente a los demás que no será fácil que la manipulen. No hará circo, maroma y teatro. Ni se definirá según lo que otros piensen de ella.

Un magnífico ejemplo de ello es mi afable amiga japonesa Masae, quien lleva viviendo menos de un año en Estados Unidos y habla un inglés

deficiente con acento japonés. No obstante, ella ejemplifica a la perfección la elegancia y callada fuerza que estoy describiendo.

Masae llevaba ya algo de tiempo con Steven, así que decidió prepararle un festín japonés en su cumpleaños. Hizo sopa de miso, varios tipos de sushi y dos platos fuertes calientes. Fue igualmente una anfitriona ejemplar. Pero lo único que Steven le dijo fue que la salsa de soya estaba muy salada. «La próxima vez compra la de la tapa verde, que tiene menos sodio».

Masae se quedó fría, pero no perdió la calma. Con sus limitadas habilidades lingüísticas, repuso: «Cocino para ti. ¿Pero te quejas? No lo haré más». Desde entonces, no ha recibido más que elogios.

Como dijo Eleanor Roosevelt: «Nadie puede hacerte sentir inferior sin tu consentimiento». Una persona positiva te dirá cosas positivas, en especial si no te sientes bien. Cuando te separas de ella, sientes como si hubiera recargado tus baterías. Cuando conoces a alguien verdaderamente formidable, te hace sentir que tú también puedes serlo. Éste es el tipo de relación que necesitas, y la única que vale la pena tener.

Entre más ejerzas tu propio criterio, más atractiva serás. Hechizarás a un hombre. Le aplicarás un conjuro infalible. Despertarás sintiéndote más feliz que nunca. Recuperarás poco a poco tu aura y fuerza vital.

Los medios de comunicación no promueven esto; por el contrario, estimulan una mentalidad de galletera, según la cual las mujeres debemos ajustarnos a una casilla. «Ponte esto porque está de moda». (Cambia de canal). «Debes conseguir esta apariencia». (Cambia de canal). «Di estas afirmaciones: “Reclámalo y después humíllalo. Admite y perdona”». (Cambia de canal). «Este tinte orgánico de cabello hará que se fijen en ti».

Cuando una mujer se siente segura de sí misma, no teme definirse y desafiar la opinión pública. Posee una apariencia propia. Un estilo propio. Un carisma propio. Una clase de encanto propia. A un hombre le gusta lo que no ve todos los días. No en términos de pelirroja contra rubia. Le gusta la rara mujer **capaz de pensar por sí misma**.

Cuando se trata de un compromiso o relación con la mayoría de las mujeres, muchos hombres se sienten como domadores de leones. Es como si tuvieran que usar una silla para hacerlas retroceder. «¡Atrás... atrás!». Así, cuando conocen a una mujer con la seguridad suficiente para darse a respetar —o para hacer que sean ellos quienes se aproximen a ella—, el efecto es distinto. No están acostumbrados a algo así, de modo que les intriga.

La cabrona no tiene miedo a ser diferente, y por eso no aceptará «llamadas urgidas» ni ser una perla en un largo collar. No será la comodidad

de un hombre a altas horas de la noche. No hará la danza del vientre. No temerá cumplir treinta o cuarenta años. En cualquier edad se sentirá un «trofeo». No se dejará definir por la percepción que los medios tienen sobre la edad; no se le hará sentir ganado defectuoso por ya no ser una adolescente. Casada, soltera o divorciada, se sentirá bien consigo misma.

La cabrona «nueva y mejorada» de la que hablo no es una mujer de aspecto severo. La brusquedad no es el objetivo. En Italia suele decirse: «**É furto fumo e niente arrosto**», lo que significa «Mucho humo y poco asado». Cuando una mujer es demasiado brusca o cabrona, o pretende ser demasiado de cualquier cosa, por lo general no tiene nada que la respalde. La «cabrona nueva y mejorada» es fuerte de verdad, porque es buena. Pero exige esa misma bondad a cambio.

## ***La cabrona tiene voluntad de acero y fe en sí misma***

Cuando comencé a hablar con los caballeros acerca de este libro, no sabía qué esperar. Pensé que algunos reaccionarían al título ***Por qué los hombres aman a las cabronas*** diciendo: «¡Los hombres no amamos a las cabronas!». Pero ocurrió exactamente lo contrario. Todos ellos confirmaron —una y otra vez— que les gustan mucho más las mujeres fuertes. A veces explicaban por qué aman a las cabronas. Otras, se preguntaban: «Sí, ¿por qué las amamos?». Pero en más de noventa por ciento de los casos, no negaron que las mujeres fuertes les atraen.

Ponerte primero a ti misma no molesta a los hombres. Al contrario, lo respetan. Un hombre siente que se le quita un peso de encima cuando eres independiente y no tiene que hacerte feliz todo el tiempo. Entonces te considerará una mujer segura, no una chica despistada o veleidosa que no sabe qué quiere.

Ponerte primero significa dar marcha atrás y volver a aprender a contar. En matemáticas, el número uno viene después del dos (1... 2...; otra vez: 1... 2...). Tú eres el número uno y —¿estás sentada?— ***¡él es el número dos!*** Hasta ahora, has cometido el error de empezar a contar por el «número dos». El uno no contaba siquiera. Te lo saltabas porque no creías importar.

La vida es una prolongación de la escuela primaria. Un alumno de tercer año se acerca a otro y lo hostiga. Le pega, le arrebató el dinero para su lunch y corre. Pero a aquél no se le volverá a hostigar si le pega a su vez al abusador y

recupera el dinero para su lunch. (Con un golpecito extra, sólo por haber creído que podía salirse con la suya).

La ***cabrona nueva y mejorada*** comprende este principio en la vida adulta de todos los días. La gente hará lo mismo a diario. Pretenderá pegarte y correr, así se trate de un compañero de trabajo, un miembro de tu familia, un amigo o, sí... incluso tu pareja. La única diferencia es que ninguna de estas personas querrá robarte el dinero de tu lunch. En cambio, conscientemente o no, deseará robarte tu seguridad en ti misma.

En lo que atañe a creer en ti, fija la vista en el blanco y no parpadees. Si tienes una meta, sueño o aspiración... cree en ti de camino a tu destino, y llegarás.

A todo lo largo de la vida, la gente tratará de debilitar tu fe en ti misma. Cuando esto ocurra, recuérdate que sólo lo conseguirá si tú se lo permites. Al recorrer la calle de la vida, mantén la frente en alto y sigue adelante. Jamás permitas que alguien debilite tu fe en ti, porque eso es lo único que tienes.

#### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 100

**La cualidad más atractiva de todas es la dignidad.**

---

# Apéndice

## Los principios de atracción de Sherry

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 1

**Aquello que acosas huirá de ti.**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 2

**Las mujeres por las que los hombres trepan paredes no son excepcionales, sino levemente indiferentes.**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 3

**Una mujer brinda un reto mental si un hombre no siente que la controla al cien por ciento.**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 4

**Los hombres no llaman a propósito, para ver cómo reaccionas.**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 5

**Si dependes de él de inmediato, perderá interés en ti. Pero si no puede tenerte, será un reto conquistarte.**

### PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 6

**Un hombre adopta justo la actitud que tú tienes contigo misma.**

**Un hombre adopta justo la actitud que tú tienes contigo misma.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 7

**Considérate un trofeo y él querrá ganarte.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 8

**La mayor diferencia entre una cabrona y una mujer que se pasa de buena es el miedo: la primera no teme quedarse sola.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 9

**Si debe decidir entre su dignidad y una relación, la cabrona preferirá su dignidad.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 10

**Conquistar a una mujer que no se rinde fácilmente ni parece dócil ni sumisa es muy estimulante para un hombre.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 11

**Estar a punto de alcanzar algo aumenta un deseo que es imperioso satisfacer.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 12

**Un hombre sabe qué mujer cederá a peticiones de última hora.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 13

**Que pongas límites indica que tienes opciones. De antemano te presentas como arrastrada o mujer ideal.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 14

**Si lo asfixias, se pondrá a la defensiva y buscará una salida para proteger su libertad.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 15**

**Un hombre resiente que una mujer le exija demasiado.**

**Déjalo dar libremente lo que quiera y conócelo mejor por ello mismo.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 16**

**Una cabrona concede amplio espacio a un hombre para que no tema sentirse atrapado en una jaula.**

**Él intenta entonces atraparla en la suya.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 17**

**Si le dices que no te interesa una relación, tratará de hacerte cambiar de parecer.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 18**

**Da siempre la impresión de que hay espacio de sobra. Esto lo hará bajar la guardia.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 19**

**Si a algo le teme, es a que dependas emocionalmente de él más de la cuenta.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 20**

**Él debe sentir que lo quieres, no que lo necesitas.**

**Sólo entonces te verá como su pareja.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 21**

**Si a un hombre se le hace esperar para acostarse con una mujer, no sólo le parecerá más hermosa, sino que además tendrá tiempo para apreciarla.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 22

**Sexo y chispa no son lo mismo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 23

**Antes del sexo, el hombre no piensa con claridad y  
la mujer sí.**

**Después del sexo es al revés.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 24

**Lo primero que un hombre quiere es sexo; que ella  
sea su novia o no, viene después.**

**Al no darle de antemano lo que quiere, te haces su  
novia sin que él lo sepa.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 25

**Un hombre intuye si la sexualidad descansa en la  
seguridad o en la necesidad.**

**Sabe cuándo una mujer se acuesta con él para  
apaciguarlo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 26

**Los malos hábitos son más fáciles de formar que  
los buenos, porque éstos implican un esfuerzo  
consciente.**

**La espera alienta este esfuerzo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN #27

**Si interrumpes el sexo a última hora, creerá que  
juegas con él.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 28

**Si él te hace sentir insegura, deja que tu  
inseguridad te guíe.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 29

**Un hombre de primera sueña con una mujer que realmente disfruta del sexo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 30

**Tan pronto como una mujer compite con otra, se rebaja.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 31

**Cuando la chispa es innegable, están hechos el uno para el otro.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 32

**Déjalo creer que tiene el control. Hará entonces lo que quieras, porque siempre querrá ser un «rey» para ti.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 33

**Cuando alimentas dulcemente su ego, no intentará obtener poder en forma agresiva.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 34

**Cuando eres femenina y delicada, apelas a su instinto de protección. Cuando eres agresiva, a su instinto de competencia.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 35

**Él permitirá que una arrastrada pague la cuenta en las primeras citas, pero no se *atreverá* a hacerlo con la *mujer ideal*.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 36

**El trono aparente es para presumir, y el verdadero para verse en privado. Éste es el que importa.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 37

**Si le haces sentir poder, querrá protegerte y darte el mundo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 38

**Cuando una mujer se cree capaz de todo, se pasará la vida haciéndolo todo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 39

**Los hombres no reaccionan a palabras. Reaccionan a la falta de contacto.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 40

**Hablar demasiado de la «relación» suprime el elemento de lo «desconocido», y por tanto el misterio.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 41

**Los hombres respetan a las mujeres que se comunican en forma breve, porque así es como hablan entre ellos.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 42

**Cuando eres feliz y él es libre de marcharse cuando quiera, se siente afortunado.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 43

**Si permites un alto a tu ritmo, crearás un vacío. Para reemplazar lo que dejaste, esperarás y necesitarás más de tu pareja.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 44

**La mayoría de las mujeres ansían recibir de un hombre algo que deben darse a sí mismas.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 45

**Una mujer luce más segura cuando el hombre no puede arrancarla de su vida, porque está satisfecha con ella.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 46

**En cuanto una mujer se empeña en ajustarse a los criterios de él, baja el nivel de la relación.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 47

**Haces circo, maroma y teatro cada vez que subrayas que lo das «todo».**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 48

**Que no te traguen las arenas movedizas. Si no conservas el control de ti misma, tu relación está condenada al fracaso.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 49

**Hacer circo, maroma y teatro suele tener un efecto negativo: él cree tener la oportunidad de quedarse con todo.**

**Si estás fuera de su alcance, se portará de maravilla.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 50

**La niña buena da de más cuando complacerlo se vuelve más importante que complacerse.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 51

**Si tienes que hacer malabares, tal vez la relación no sea buena para ti.**

**Lo bueno debe ser fácil y natural.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 52

**Cuando te quejas, él no te oye.  
Pero cuando hablas con actos, pone atención.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 53

**Pese a que ya no la valore, él sigue buscando una confirmación de que ella «está ahí».**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 54

**Cuando la rutina se vuelve predecible, él te amará como a su madre y dejará de valorarte.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 55

**La atención negativa no deja de ser atención.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 56

**Si lo tratas con indiferencia, como a un amigo, él te buscará, porque quiere romanticismo, pero también ser el perseguidor.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 57

**Un poco de distancia combinada con muestras de autocontrol harán que él tema perderte.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 58

**Un hombre deja de valorar a una mujer cuando todavía le interesa, pero ya no se esfuerza por ella.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 59

**Cuando te quejas, te vuelves el problema, y él lo enfrenta no oyéndote.  
Pero cuando no te quejas, él tiene que enfrentar el problema.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 60  
**Si lo dejas sin quehacer y elogias a otro por asumirlo, querrá que se lo devuelvas.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 61  
**Cuando te quejas, él ve debilidad.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 62  
**Para él, una mujer sentimental es una dejada.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 63  
**Así como lo que se tiene no se aprecia, una conducta algo distante suele renovar el respeto de él por ti.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 64  
**Olvidará qué le atrae de ti... a menos que tú se lo recuerdes.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 65  
**Muchas mujeres hablan demasiado por nerviosismo, algo que los hombres suelen percibir como inseguridad.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 66  
**Hablar de sentimientos con un hombre parece deber, y cuando está contigo lo que quiere es *placer*.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 67  
**Forzarlo a decir lo que siente no sólo te hará parecer rogona, sino que reducirá su respeto por ti. Y entonces pondrá menos atención en tus sentimientos.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 68**

**Al principio basta con que confirmes que él sigue ahí, porque a la larga dejará de ocultar sus emociones.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 69**

**Los hombres tratan a las mujeres como se tratan entre sí. Fingen indiferencia porque no quieren parecer débiles ni desesperados.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 70**

**El factor sorpresa dentro y fuera de la recámara es esencial para los hombres y los excita más.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 71**

**No hagas siempre lo mismo en la cama. Varía para que no se convierta en rutina.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 72**

**Los hombres no respetan a una mujer demasiado dócil.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 73**

**No temas hacer valer tus derechos ni decir lo que piensas.**

**Le merecerás más respeto y le gustarás más.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 74**

**Los hombres creen automáticamente que una cabrona será agresiva en la cama, y que una niña buena será tímida.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 75**

**Cuando un hombre se enamora, no le importa  
pasar molestias.  
Hará por *ella* lo que por nadie.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 76  
**Nunca te darás a respetar si no puedes valerte por  
ti misma en términos de dinero.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 77  
**Demuestra que no aceptarás malos tratos.  
Sólo así conservarás su respeto.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 78  
**Conservas tu factura cuando te vales por ti misma,  
con o sin él.  
Él nunca deberá sentirte a su merced.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 79  
**Cuando un hombre ve a una mujer como una  
«niña» o hermana que debe cuidar, su pasión se  
esfuma.  
No querrá hacer el amor con su hermana.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 80  
**Poder determinar cómo quieres vivir y ser tratada  
te dará más poder que cualquier objeto material.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 81  
**En cualquier relación, si uno siente que el otro no  
aporta nada, dejará de respetarlo.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 82  
**La necesidad económica no se diferencia de la  
emocional: en ambos casos, él cree controlarte al**

**cien por ciento.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 83**

**Por bella que sea, una mujer no se da a respetar por su mero aspecto. Tu apariencia le atrae, pero es tu independencia lo que le excita.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 84**

**Cuando a un hombre le obsesiona que no se aprovechen de él, es capaz de extorsionarte.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 85**

**La gente te demostrará que se respeta por el simple acto de hacerse cargo de sí misma.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 86**

**Entre más independiente seas, más le interesarás.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 87**

**Si dejas ver claramente que te emociona obtener algo, algunos querrán tentarte con una zanahoria.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 88**

**Cuando cambias la rutina, no estar a veces ahí le hará buscarte.  
Los hombres no reaccionan a las palabras, sino a la falta de contacto.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 89**

**No premies una mala conducta.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 90**

**Él no respetará a una mujer que automáticamente se ponga a complacerlo a todo vapor.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 91**  
**Si él no te da una hora, no hay cita.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 92**  
**A menudo la mejor manera de resolver el problema es no informándole a él que lo estás resolviendo.**  
**Cuando alteras tu disponibilidad o cambias una rutina, él se sentirá atraído de nuevo.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 93**  
**Cuando empiezas a reír, comienzas a sanar.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 94**  
**Lograrás mucho más diciendo las cosas con humor que con cara seria.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 95**  
**Un hombre siente que ha conquistado a una mujer cuando la tiene a sus pies, momento en el cual comienza a aburrirse.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 96**  
**La tensión que surge con una cabrona da a un hombre una sensación de peligro. Se siente inseguro, porque no la tiene nunca en la palma de su mano.**

**PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 97**  
**Una mujer complaciente que da demasiado causa la impresión de creer en el hombre más que en sí misma.**  
**Él ve esto como debilidad, no como bondad.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 98

**Piensa por ti misma en todo momento, e ignora a quien quiera definirte de manera restrictiva.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 99

**Las personas de veras fuertes no explican por qué exigen respeto.**

**Simplemente no tratan con quien no se lo tiene.**

PRINCIPIO DE ATRACCIÓN # 100

**La cualidad más atractiva de todas es la dignidad.**



SHERRY ARGOV (Francia, 1977). Es estadounidense e hija de padres europeos. Nació en Nueva York, pero se crió en California. Su libro *Por qué los hombres aman a las cabronas* se convirtió en un fenómeno editorial de grandes proporciones y la catapultó al éxito. Colabora regularmente en más de cincuenta revistas, entre ellas *Vanity Fair*, *People*, *Elle*, *Glamour*, *Esquire* y *Cosmopolitan*. Sus apariciones en televisión y radio son frecuentes. Ha sido invitada especial en *The Today Show*, *The View*, MSNBC, Fox News Channel y MTV.