



**100
SECRETOS
DE UNA
DAMA DE
COMPAÑIA**

VANESSA DE OLIVERA



L≡LIBROS

Libro proporcionado por el equipo

Le Libros

Visite nuestro sitio y descarga esto y otros miles de libros

<http://LeLibros.org/>

[Descargar Libros Gratis, Libros PDF, Libros Online](#)

Vanessa de Oliveira sabe de hombres. Su antigua ocupación la llevo a conocer a más de 5000, y aunque trató a la mayoría por poco tiempo, cada uno le enseñó algo nuevo; no solo acerca del sexo y el oficio, sino también sobre el amor, el matrimonio y la vida.

100 secretos de una dama de compañía reúne todo lo que Vanessa aprendió durante sus cinco años en la profesión. Por una parte manual para la vida en pareja, y otra experto tratado sobre sexo, este libro abre además las puertas de un mundo desconocido para muchos, pero más parecido al nuestro de lo que creemos.

L≡LIBROS

Vanessa de Oliveira

100 secretos de una dama de compañía

Toda mujer puede ser perversa, maliciosa y sexy,
solo basta que se lo permita.

MIS AGRADECIMIENTOS

A todos los hombres y mujeres que pasaron por mi vida, pero en especial a mis ex clientes.

A la mujer que soy como resultado, también, de sus presencias en mi vida.

Feliz soy por ser quien soy y saber lo que sé...

En primer lugar, este libro es más que una guía para que las mujeres y sus parejas alcancen la satisfacción sexual. Mi propuesta es más ambiciosa.

Mi libro contiene 100 datos importantes acerca de los hombres, el sexo y la profesión del sexo. En él desmitifico a la dama de compañía y revelo a la sociedad sus principales secretos.

Si así lo quieres, puedes usar este manual como un estudio de la sexualidad, o como una guía de curiosidades; porque también revela algunos secretos masculinos y contiene técnicas sexuales, la mayoría desconocidas por buena parte de las personas.

Además, puede servir como una guía para las mujeres que deseen, por ejemplo, realizar la fantasía sexual de ser damas de compañía para sus parejas, por una noche o de vez en cuando. Este libro es capaz de transformar a una mujer común en una experta en sexo.

Su contenido es rico e imposible de encontrar en publicaciones convencionales, pues no se basa en estudios de sexología o psicología, sino en las observaciones y constataciones que realicé mientras ejercía la profesión del sexo. Son, por lo tanto, datos en su gran mayoría singulares, de naturaleza única. Mi formación en enfermería, además, me permitió relacionar lo aprendido en el área de la salud con lo aprendido en la práctica de mi oficio.

No pretendo, sin embargo, competir con los sexólogos y los psicólogos. Lo que pretendo es complementar sus investigaciones, a las que les es prácticamente imposible acceder a todo lo que ocurre entre las profesionales del sexo y sus clientes, a fin de poder estudiarlo. Lo que espero es aportar algo para todos.

Fui dama de compañía por casi cinco años, y trabajé bajo el nombre de Marise en burdeles, casas de *swing*, agencias, saunas, hoteles y moteles; a veces usando anuncios en el periódico y a veces no. Escribí el *Diario de Marise: La vida real de una dama de compañía*, donde relaté en detalle mis rutinas y las peculiaridades de mi vida.

Serví a más de cinco mil clientes durante mi tiempo de profesión y, consecuentemente, gané mucha experiencia. Oí muchas confesiones y quejas de los hombres y, gracias a su franqueza y a sus astucias, empecé a conocerlos como nadie. Entre cuatro paredes y después del servicio se conversa mucho, y fue en esas horas que oí sus desahogos más profundos e increíbles. Aunque confieso que muchas veces me sorprendieron, acabé por comprender cómo funciona la mente de un hombre y aprendí a pensar como ellos.

Voy a compartir contigo lo que hoy sé sobre los hombres, el sexo y el arte de la profesión.

Quiero dejar en claro que la posición no debe ser la base estructural de una relación sexual. Lo más importante debe ser siempre el diálogo, el respeto, la compatibilidad y la tolerancia. Una vida sexual satisfactoria complementa y mejora mucho la vida en pareja y refuerza todavía más los lazos que existen entre dos personas que luchan por ser felices juntas.

Mi deseo es que las personas se sientan realizadas y felices entre las cuatro paredes de la alcoba, independientemente de su opción sexual, y que este manual sirva para avivar la vida de a dos —o de a tres— y para satisfacer la curiosidad que puedan tener algunos acerca de la vida diaria de una dama de compañía. Voy a ser muy franca con usted: prometo que a partir de ahora seremos amigas y yo seré muy sincera. Y ya que nos comunicaremos muy abiertamente, confieso que a veces voy a ser objetiva e incluso explícita, por lo que la más mínima palabra que usted leerá es « pene » . ¿Todo bien? Si es así, continúe con la lectura.

A fin de cuentas, todo el mundo ha querido saber siempre, *¿por qué ellas tienen tanto éxito con los hombres?* Especialmente las mujeres.

¡Todo está aquí!

Estas son las respuestas y secretos que nadie reveló hasta hoy, y que solo quien fue dama de compañía conoce...

P.S.: Este libro no debe ser leído por mujeres cardíacas.

Pido perdón a las mujeres por deshacer su cuento de hadas, y a los hombres por revelar un poco más de ellos.

Antes de comenzar con las primeras revelaciones, quiero dejar en claro de antemano que los hombres, al contrario de lo que muchas mujeres imaginan, son muy fáciles de comprender. Es que son seres completamente previsible.

Imprevisibles somos las mujeres. Y complejas, además.

Una amiga mía, todavía dama de compañía, suele decirme:

—De ellos no tengo miedo, porque los conozco muy bien. Tengo miedo de mí misma, porque no sé de qué soy capaz.

Si los hombres y las mujeres fuéramos fórmulas matemáticas, seríamos algo así:

$$\text{Hombres} = 2 + 2$$

$$\text{Mujeres} = (x - y)^{\circ} - z + 1000/10.5 (2 - x + z) - 4\dots$$

En realidad son ellos quienes más dificultades tienen para entendernos, y no nosotras. Sus recetas son muy básicas. Vamos a desmitificar a los hombres, de modo que aquel cliché de que nadie los entiende desaparezca de una vez.

1. ¿Por qué acuden los hombres a las damas de compañía?

Esta es sin duda una de las cosas que causan más curiosidad entre las mujeres.

Los motivos son de lo más variados. Yo me figuro que alrededor de un 50% de los hombres las contratan por una cuestión cultural. No creo en los argumentos científicos que afirman que la mayoría de los mamíferos es polígama y que los hombres no son la excepción.

A diferencia de todos los demás mamíferos y animales, los hombres son capaces de dominar sus instintos. Siendo la infidelidad socialmente inaceptable, ellos deberían ser perfectamente capaces de controlarse, conteniendo sus voluntades en nombre de la moral. La cuestión es: ¿no pueden controlarse, o no quieren?

Lo que ocurre es que muchos hombres han sido criados bajo la mentalidad machista de tener tantas mujeres como se pueda, con el propósito de probar su virilidad y, de ese modo, conquistar la admiración dentro de su grupo social.

Así, son muchos los hombres que terminan por incorporar el alquiler de una

dama de compañía como un elemento rutinario de sus vidas, como ir al dentista cada 6 meses, al supermercado cada 30 días y al barbero todas las semanas. Los hay también más dependientes, créanme, que contratan una profesional todos los días, como si fuese una de las comidas del día o un vicio. Y eso pasa: *la dama de compañía envicia*.

Contratar una dama de compañía se ha vuelto costumbre para muchos hombres, al igual que el chocolate para muchas mujeres. Si nunca lo hubiesen probado, no lo echarían en falta —al igual que las mujeres podrían vivir perfectamente bien sin el chocolate si no lo conociesen—. No es una necesidad fisiológica masculina contratar muchachas, sino nada más que un hábito muy arraigado.

Una vez conocí a un cliente que contrataba muchachas casi todos los días. Era una rutina establecida: él tenía una casa principal y unas tres más de tipo «satélite» —que usaba solo de vez en cuando—, y lo normal para él era encontrarse con unas tres mujeres distintas en el mismo día. Esto se había convertido en un hábito a lo largo de más de diez años.

Pasemos ahora al segundo grupo, de cerca de un 20%. Estos son del tipo que trabaja lejos de casa, representantes comerciales las más de las veces. Fines de semana en casa y el resto del tiempo viajando. Estos hombres también tienen necesidades fisiológicas, y los desanima tener que masturbarse con frecuencia para continuar siendo fieles. Para ellos y para el resto de los hombres la siguiente máxima es verdadera: «Ojos que no ven, corazón que no siente».

De modo que lo que hacen es acudir a una dama de compañía, generalmente por medio de los recepcionistas de los hoteles en que se hospedan durante sus viajes. Prácticamente todas las recepciones de los hoteles de Brasil tienen *books* de acompañantes para ofrecer a los huéspedes. Esta práctica se extiende desde Oiapoque hasta Chui.

Sin embargo, al contrario de lo que se piensa, esta no es una práctica que involucre a los propietarios de los hoteles. Este es un servicio «terciario» y sigiloso que los recepcionistas prestan a los huéspedes a cambio de una propina o de una comisión de la dama de compañía convocada. Normalmente las chicas pagan el 20% del valor del precio acordado en recepción, o el cliente da una propina conforme desee.

El tercer grupo de clientes, de un 10%, lo conforman los que siguen «la onda de los amigos»; amigos que, a su vez, suelen ser parte de ese 50% que conoce bien a las profesionales del sexo. Una vez atendí a un cliente que a los 42 años de edad nunca había recurrido a una dama de compañía, aun siendo, de hecho, representante comercial. Estaba hospedado en un hotel junto con otros cinco colegas y hacía 15 días que todos estaban viajando. Siendo su cumpleaños, sus amigos hicieron una colecta y me contrataron como su regalo. Aunque él nunca habría acudido a mí por sus propios pies, ellos le dieron un empujoncito.

Hay además un porcentaje que, al contrario de lo que la mayoría piensa, está lejos de conformar la mayor parte del montón. Son aquellos cuyo matrimonio está al borde de la ruina. Yo diría que también conforman aproximadamente un 10% de la clientela total. Llegan nerviosos, buscan poco sexo y mucha conversación, preguntan qué cree una acerca de lo que les sucede y cómo pueden resolver el problema, buscan cariño, lloran y, cuando se van, no regresan más, porque solo buscaban un apoyo durante un momento difícil.

El último 10% lo conforman los curiosos, que por lo menos una vez en la vida buscan experimentar, básicamente para no morir sin saber cómo es el asunto. Aquí se incluyen los vírgenes que van para debutar, los homosexuales que van a resolver su última duda respecto a su opción sexual, las parejas que buscan expandir su vida sexual mediante la exploración de nuevas maneras de practicar el sexo, los «ninfomaniacos» que buscan dar un descanso a sus compañeras, los solteros que no quieren ilusionar a nadie solo por un polvo, los impotentes que quieren corroborar la efectividad del milagroso Viagra, los hombres mayores que cuidan su salud y continúan siendo sexualmente activos mientras sus esposas ya cerraron esa etapa... y una gama infinita de muchos clientes interesantes, como los pastores evangélicos que vienen de otra ciudad para aliviar la tensión, o aquellos que mueren por probar un vibrador pero no cuentan con nadie que los inicie.

Lo más curioso, sin embargo, es que no todos son plenamente conscientes de por qué buscan a las profesionales.

Muchas veces, en el dormitorio, he oído el mismo cuestionamiento:

—No sé por qué vengo con una prostituta, si lo tengo todo en casa y mi mujer es maravillosa...

2. ¿Por qué prefieren los hombres contratar a una dama de compañía en lugar de tener una aventura?

Los hombres se figuran que así evitan problemas. Las damas de compañía no tienen crisis de celos en relación a las esposas, mientras que las amantes sí las tienen. Las damas de compañía no llaman por teléfono a sus clientes, mientras que las amantes sí lo hacen, y a las horas menos adecuadas. Las damas de compañía no se pavonean ante la ciudad entera por haber «conquistado» a un nuevo cliente, mientras que las amantes adoran fanfarronear su «éxito». Mientras que las amantes causan problemas, las damas de compañía suelen ser vistas como una solución.

Al contratar a una profesional, tendrán sexo rápido, sin pérdida de tiempo. Serán atendidos de manera objetiva y no precisarán preocuparse del placer ajeno. Las más de las veces, además, acudir a una profesional del sexo sale más a cuenta en tanto no hay que pagar una comida previa y el hotel no tiene que ser

el mejor de la ciudad.

No hace falta que rindan cuentas acerca de su vida amorosa, que se queden conversando, ni que pierdan el tiempo esforzándose en seducir a la mujer y conseguir que acceda a tener sexo: con una dama de compañía se tiene la certeza de que aquello sucederá de todos modos, lo que deja al hombre muy tranquilo. Un hombre calenturiento es un hombre tenso.

Existen hombres que no tienen paciencia para los juegos de la seducción, y no todos tienen la disponibilidad para sentarse en bares con el objetivo de conquistar a una mujer (el 90% de los clientes no tiene esta disponibilidad porque son casados). Para ellos, la comodidad y la practicidad están en primer lugar.

Entre una dama de compañía y su cliente no se crean vínculos afectivos. Si esta rareza llegara a acontecer sería porque ella ha salido de su condición de profesional y se ha convertido en amante.

Si la traición del esposo fuera descubierta y la otra fuera una dama de compañía (visto que esto raramente sucede), probablemente habrá discusión pero la traición será perdonada. Socialmente es menos condenable acudir a una profesional que salir con una amante.

Amante significa vínculo afectivo y también significa, en la visión de la mujer, comparación y preferencia, es decir, es un ataque directo al ego femenino. Ir contra el ego femenino es meter la mano en un nido de cobras. Cuando una mujer descubre que su pareja recurrió a una dama de compañía, lo primero que piensa es que solo fue sexo. Lo segundo que piensa es: « No voy a deshacer mi relación solo por esto. Si fuese una amante, por supuesto, ¿pero por una prostituta?» .

De modo que, por lo general, los hombres no ven el alquiler de una muchacha como infidelidad, pero sí sentirían que engañan si buscasen una amante.

3. ¿Q ué hace que los hombres sientan fascinación por las damas de compañía?

El fetiche de la profesional del sexo se basa en que ellas representan para los hombres el misterio, lo prohibido y la dominación sexual.

Si ellas fuesen desmitificadas, socialmente aceptadas y no « dominaran» la situación en el dormitorio, no tendrían mayor gracia. Lo que pasa es que todavía permanecen muchas dudas y tabúes con respecto a la profesión, y por eso tanto los hombres como las mujeres se encuentran atraídos por el asunto.

4. ¿Por qué engañan los hombres?

Los motivos por los cuales los hombres traicionan son de lo más variados, pero

podemos dividir la explicación de forma elemental entre dos grupos bien diferenciados: los que se encuentran « muy bien, gracias » en sus relaciones y aquellos cuyas relaciones no van tan bien realmente.

A fin de cuentas, ¿por qué engañan los que están « bien casados » ?

Engañan porque esa es la cultura en que crecieron. O se les enseñó a actuar así o cambian para actuar igual que los demás. Aprenden con los amigos y al integrarse a la sociedad, como si fuera una comprobación de su masculinidad, Pueden tener la mejor mujer del mundo e igual la van a engañar, y eso nada tiene que ver con el hecho de amarla o de tener afinidad sexual con ella o no tenerla.

Muchas veces, los clientes me han dicho en la alcoba que eran sexualmente felices con sus esposas y que las amaban, pero que simplemente disfrutaban contratar damas de compañía. Es mentira la creencia de que solo engaña quien se encuentra en una relación que no funciona. Aún después de casados o involucrados en una relación estable, resulta difícil cambiar la crianza (aunque hay quien lo consigue), de modo que ellos continúan con sus « peripecias » .

La cultura, después de adquirida, es muy difícil transformarla, pero existe una posibilidad. No será, sin embargo, una mujer la que cambie la cultura del hombre. Tienes que entender que nunca vas a cambiar nada en un hombre. El cambio se dará solo si él quiere cambiar.

Muchas mujeres creen que al estar con un hombre pueden cambiarlo y hacerlo mejor. Si eres mujer, olvídale. El no va a cambiar porque alguna mujer vaya a enseñarle nada. Si él cambia una manera de pensar por otra es porque así lo prefiere. La presión psicológica no afecta a los hombres; lo más que puede suceder es que sigan haciendo lo que quieren, solo que con más cuidado.

Y si fuera una cuestión de carácter y no de cultura, de todas maneras olvídale, porque la esencia de las personas no cambia.

¿Y los que no están tan bien en sus matrimonios? ¿Cuáles son los principales motivos que los llevan a traicionar?

La causa principal: *la rutina del matrimonio.*

Es la queja que más oído de mis clientes.

Otras causas:

- *Necesidad de reafirmar su masculinidad porque han dejado de sentirse deseados por su compañera:* Ellos no se sienten deseados y, buscando mejorar su autoestima, intentan pegarla de Don Juan. A menudo acaban por volverse infieles compulsivos.
- *Falta de afinidad sexual con su compañera y ausencia de diálogo que pueda*

mejorar la relación: Es por esto que siempre digo que hay que conversar y buscar saber del otro y de sus expectativas, y discutir qué está bien y qué no está bien dentro de la relación. De este modo, las posibilidades de resolver el problema de forma directa mejoran mucho. Hay que tener en cuenta que la infidelidad de ninguna manera resuelve los problemas de la relación. En un primer momento, la relación puede mejorar, pues la culpa del infiel lo llevará a compensar en atenciones, gastos y disposición sexual. Pero esa fase no dura para siempre.

- *Deseo de realizar fantasías y no conseguir la colaboración de la otra parte:* Sea porque él mismo es machista y no se admite en determinadas situaciones frente a su esposa (muchos de ellos desean usar accesorios, pero les preocupa la posibilidad de que sus parejas cuestionen su masculinidad), sea porque ella no da a su marido la libertad de hablar sobre lo que realmente le gusta.

- *Búsqueda de la pareja ideal:* Por increíble que parezca, algunos hombres no tienen la madurez suficiente como para convivir con una mujer en la cual descubren unos pocos defectos. Nosotras las mujeres, a pesar de nuestra esencia romántica, convivimos sin problema con «príncipes» que con el tiempo se transforman en «sapos». Una barriguita, la caída del pelo o la pérdida de un diente no son razones para la infidelidad o la pérdida del interés afectivo. Pero hay hombres definitivamente incapaces de vivir con la imagen de una «princesa» que con el pasar de los años pierde algunos de sus atributos. De modo que pasan años en la búsqueda de una imagen que será eternamente vista como un ideal, aunque todos sabemos que el ideal es una utopía. Esos son los hombres que necesitan terapia.

Ahora, ¿sabes por qué engañamos las mujeres?

Por increíble que parezca, lo hacemos por dos motivos distintos a los de los hombres.

Las mujeres somos infieles porque no recibimos afecto suficiente o porque queremos venganza. Eso mismo: una mujer engañada tendrá necesidad de vengarse.

Muchas veces he conocido mujeres que conseguían un amante luego de haber sido engañadas, y me contrataban con el objeto de hacer todavía más grande su venganza. Digo y repito: atentar contra el ego femenino es meter la mano en un nido de víboras.

5. Sé su mujer, no su madre

Una de las alertas que siempre doy cuando una mujer conoce a un hombre y desea saber quién es verdaderamente y a fondo es la siguiente: nunca demuestres una postura rígida en relación a la moral. En otras palabras, la «pose de santa» puede ser un gran error.

Me baso en el siguiente razonamiento: todo el mundo quiere ser aceptado en la sociedad y ser reconocido en algún grupo.

Las personas necesitan sentirse incluidas y por lo tanto rechazan las críticas contra su imagen, por recelo de que estas críticas los alejen de los demás. Lo siguiente que voy a decir es triste pero también es muy cierto: a menudo, las personas acabamos por adoptar determinadas actitudes solo para agradar a los que tenemos a nuestro alrededor, aun si estas son contrarias a nuestras actitudes naturales y suponen camuflar nuestra verdadera identidad.

Hoy en día muchas personas encuentran difícil ser auténticas. Ser abierto, decir lo que se piensa, se desea y se prefiere, manifestar las verdaderas intenciones, miedos y fantasías es algo que todos medimos mucho, ya que puede comprometer nuestra aceptación en determinados grupos. Y el simular ser lo que no se es acaba por ser también una herramienta de conquista. Es la venta de una idea: el producto ofrecido es moldeado de acuerdo a lo que al otro le gustaría que fuese. Los hombres se aprovechan mucho de esto, inclusive más que las mujeres. Ellos intentan vender una imagen que agrade a la mujer que intentan conquistar.

Cuando una mujer tiene una postura muy rígida acorde a las normas de la moral común de la sociedad, existe una gran posibilidad de que el hombre que la acaba de conocer no demuestre ser quien es realmente; de modo que se camuflará para ser aceptado por ella.

Esto lo vi mucho en el tiempo en que fui dama de compañía. Mis clientes tenían esposas serias, y el miedo a su reacción los hacía no comportarse naturalmente al hablar de ciertos temas, especialmente el sexo. Ellos tenían miedo de causar peleas en casa por causa de opiniones que ellas podían no aprobar.

Por ejemplo, la reacción normal de la mayoría de las mujeres al ver que su esposo está viendo a una mujer bailar seductoramente en la televisión es soltar un discurso moralista y amenazar con apagar el aparato a menos que él cambie de canal. La mayoría de las mujeres cree estar educando a sus esposos de esta manera, cuando en realidad solo los están llevando a hacerlo todo a escondidas. De una forma u otra, ellos van a ver la televisión, así sea a espaldas de sus esposas. Eso es lo que sucede.

¿Y por qué hacen esto las mujeres? Porque fueron educadas para ser las «madres» de sus esposos, y no sus mujeres. Y es todavía un hecho que las mujeres educan a sus hijos de la manera en que fueron educadas; existen variantes, pero la raíz es por lo general la misma. Ellas fueron educadas para

obedecer y ellos definitivamente no. Las mujeres deben dejar de pensar que los hombres piensan o reaccionan de la misma forma que ellas.

Lo que pasaba en el dormitorio era que mis clientes llegaban y me hablaban abiertamente de lo que les gustaba, de lo que habían hecho recientemente, describían sus preferencias sexuales, me contaban sus fantasías y su pasado también.

¿Y por qué hacían aquello estos hombres? Porque no tenían recelo de que yo los criticara, les soltara un discurso, dejara de atenderlos ni les impusiera una pauta moral. Sencillamente, ellos eran conmigo lo que no podían ser con sus esposas. No porque no quisiesen, sino porque ellas no los dejaban. Así, muchas veces no es el machismo lo que hace a los hombres ocultar cosas de sus parejas, sino el moralismo femenino.

Los bandidos no se confiesan con la policía, sino con otros bandidos. Por lo tanto, una mujer debe ser la cómplice de su marido en vez de tener actitudes de investigador. Dentro de la misma policía existe el recurso de disfrazarse de bandidos en prisión de vez en cuando para extraer información útil de los presos.

Esa es una estrategia que las mujeres deberían adoptar: dar espacio para que los hombres hablen, se expresen y muestren quienes verdaderamente son. ¿Has conocido a un hombre interesante hoy? Entonces sé y demuestra ser una mujer de mente abierta, capaz de discutir diversos asuntos sin oponer peros morales. ¿Sabes algo? Los hombres huyen de la moralidad.

De hecho, un hombre se puede casar con una mujer «moralmente correcta» pero ella será de seguro la última en conocerlo de verdad. Después suceden esas cosas sorprendentes de las relaciones, tales como: « ¡Descubrí que mi marido salía con un travesti!», « ¡Tiene una colección de pornografía escondida en su escritorio!», o « ¡Mi marido andaba con prostitutas!». Y nadie se entiende. Lo que sucede en estos casos es fácil de explicar: faltó diálogo y sobró moralismo.

Las mujeres necesitan despertar con urgencia y darse cuenta de que hoy en día los hombres ya no quieren casarse con sus mamás. Sí, es cierto que antiguamente querían eso, pero la situación ha cambiado.

Esto lo oí mucho en la intimidad de las cuatro paredes; por lo general, la conversación comenzaba un rato después de que el sexo terminase. Yo preguntaba:

—¿Y el matrimonio?

Y ellos hablaban abiertamente de su situación, precisamente porque la mayoría de los hombres no tienen una persona con la cual pueden hablar, desahogarse y llorar. (Llegan a tener amigos, pero la conversación avanza en « ritmo diplomático masculino» y las palabras son medidas, a no ser que el sujeto esté completamente desesperado. A esa hora pierde el « sentido de hombre», se desboca, confiesa que ama a esa mujer y llora en el hombro del

amigo. Y este con certeza extenderá el brazo hasta que le parezca que el abrazo está durando más de lo apropiado y que el gesto empieza a parecer gay).

La respuesta que más comúnmente oía era: « Mi esposa cree que es mi madre ». Por más increíble que pueda resultar la frase, es la más pura verdad: ellos y a no quieren esposas que laven, se ocupen de la ropa, la casa, los hijos y el perro.

« El problema del matrimonio es que toda mujer es, en lo íntimo, una madre » .

E. V. Lucas.

Ellos quieren una mujer que sea su cómplice. No tienen interés en casarse con un ama de casa, sino que quieren una mujer de mundo. Créelo: los hombres han cambiado.

Si la casa ordenada, la comida bien hecha y la ropa lavada fueran cosas primordiales, no habría empleadas domésticas solteras. Los hombres correrían tras ellas y no tras las damas de compañía.

Otra respuesta que oía era: « A mi esposa el sexo no le gusta tanto como a mí ». Las razones por las cuales a algunas mujeres el sexo puede no gustarles tanto como a sus hombres son muchas, pero con la que más me encuentro es el « bendito tabú ». Ellas no se involucran de verdad con el sexo. Tengo la certeza de que las más de las mujeres acaban por morir sin descubrir cuán placentera puede ser una relación sexual. Ya hace mucho es hora de que acabe esa vieja cultura de mantener la imagen de moralidad.

Fin de los tiempos para quien cree que entregarse sexualmente es lo mismo que perder el carácter y no tener valor. La gran verdad es que, en condiciones normales de vida, tanto los hombres como las mujeres tenemos deseos, solo que por lo general las mujeres los reprimen. A fin de cuentas, ¿qué irá a pensar su « hijo » si ella expresara su voluntad de, por ejemplo, salir con dos hombres a la vez? ¿O si propusiera una posición sexual un poco más osada que le agradase?

Todo el mundo tiene dentro de sí deseos y fantasías que, de ser explorados, siempre acabarían por sobrepasar o rozar el límite de lo que la sociedad impone como normal. Y, en el fondo, todo el mundo es un poco sinvergüenza; algunos más, pero en realidad nadie se escapa. Ni siquiera los líderes religiosos.

Entonces, si es normal que todo el mundo los tenga, ¿por qué hacemos del sexo y de las fantasías sexuales bichos de siete cabezas? Pasa que a pesar de que practicamos el sexo, a pesar de que sabemos que todos lo practican, a pesar de que los brasileños somos un pueblo erotizado, desde nuestras danzas hasta nuestra manera de caminar, a pesar de que vemos revistas con hombres y mujeres desnudos, acabamos por no hablar de todo eso. De modo que EL SEXO SE

MISTIFICA, las personas no cuentan con mucha información y construyen en sus cabezas cosas que no existen. El sexo es complejo, pero no es complicado. Es simple de practicar, muy placentero y tiene un secreto básico: NO TENER MIEDO DE ENTREGARSE.

Y a los hombres les gustan las mujeres que se entregan.

6. Sé el objeto de caza, no la cazadora

« *The Chase is better than the Catch* » .

Motorhead.

Es decir, la cacería es mejor que la atrapada. Para muchos hombres esta es una filosofía.

¿Quieres que un hombre comience a correr tras de ti? Entonces empieza por huir de él. A ellos no les gusta ser perseguidos. De hecho, es cierto que puedes aprovechar la oportunidad y facilitar la caza para él, pero si actúas así difícilmente pasará de eso.

A los hombres no les gustan las mujeres fáciles. Entiende bien lo que estoy diciendo. Digo que no les gustan las mujeres fáciles, pero no que les gusten las santas.

Definitivamente no les gustan las santas. Fingen que les gustan, y a menudo se casan con una por miedo a encontrar alguna otra que consideren capaz de engañarlos. Pero la verdad es que cuando se casan con una santa acaban por tener una relación doble o contratan damas de compañía para poder satisfacerse sexualmente.

7. Nunca te vayas a la cama con un hombre la primera vez que salgas con él

Ese es un gran error. No hablo de ello por una cuestión de valoración de la mujer; por el contrario, creo que poner en práctica los propios deseos está directamente relacionado al hecho de amarse y valorarse. Del otro lado y lamentablemente, los hombres no suelen ser lo suficientemente maduros como para lidiar con una mujer que es honesta respecto de sus sentimientos y su voluntad.

Siempre creí que las personas debían ser abiertas y hablar sin tabúes sobre sus intenciones, pero durante las conversaciones que se suelen tener con los clientes durante el servicio, aprendí que eso no es posible al comienzo de una relación. Puede inclusive haber personas que logren escapar de esta regla general, pero créeme si te digo que no vale la pena arriesgarse, porque es prácticamente una lotería. « Presa fácil es carne descartada » .

¿Y sabes por qué? Porque al contrario de nosotras, los hombres se demoran mucho más en llegar a gustar realmente de una mujer. Cuando logran un objetivo rápidamente, pasan al siguiente.

Por esa razón, además, una mujer nunca debe declarársele a un hombre antes de que él diga cuán importante es ella en su vida. De hecho, una vez que lo haga, ella debe esperar un tiempo antes de responder de forma recíproca.

¿Y esto quién me lo dice? Los hombres, precisamente.

8. Echándolo de la casa

Al discutir con la pareja a mitad de la madrugada, la mujer nunca debe echarlo de la casa. El hecho es que la mayoría de los hombres buscará una mujer para pasar la noche. Por lo general, acaban por contratar una dama de compañía. A diferencia de las mujeres, quienes en primer lugar irán a llamar a su mejor amiga.

Cuando mi teléfono sonaba hacia las dos de la mañana y el número del identificador de llamadas era de uno de los moteles en que atendía, me imaginaba lo que me esperaba: un hombre que había sido echado de su casa a mitad de la noche.

En la noche, ellos no van a tocar la puerta de un amigo, sino que van a reclamar que les escuche de una dama de compañía.

Y lo peor es que esta cantinela no cambia nunca: la pareja pelea a mitad de la noche, él sale y busca a una chica de alquiler, ella mientras tanto enfría las tensiones en casa, al día siguiente despiertan, se reconcilian y la vida continúa de la misma manera, hasta la próxima discusión de madrugada.

De modo que, por favor, si fueras a echarlo de tu casa, hazlo durante el día. Así por lo menos sabes que irá a trabajar mientras tú enfrías la cabeza y piensas mejor qué hacer.

9. Hombres que llaman a mitad de la madrugada

Si un hombre que acabas de conocer te llama a mitad de la madrugada, ten por seguro que no es porque esté loco por ti, ni porque se sintió solo, ni porque de pronto descubrió que te amaba a las 3 de la mañana. Lo que en realidad sucedió es que se encontraba en un momento en que tuvo ganas de tener relaciones con alguien y a esa hora nadie más estaba disponible; entonces te llamó, en el intento de conseguir alguna cosa. Lamento destruir la ilusión, pero el hecho es ese. A no ser, claro, que él y tú ya tengan mucha intimidad.

Cuando a un hombre le gusta mucho una mujer, ten la certeza de que no irá a llamarla a mitad de la noche —a no ser que tenga ya un vínculo afectivo

establecido con esa mujer y haya desarrollado la intimidad suficiente para eso. Un hombre al que realmente le importa la otra parte lo pensará mucho antes de llamar a una hora inadecuada en la que tal vez será reprendido por la inconveniencia. Quien llama a las 3 de la madrugada para decir que tuvo ganas de verte siente poca preocupación por la posibilidad de no gustarte, pues para él solo existe la posibilidad de un encuentro. Si no se da, todo bien para él.

Ahora me preguntas cómo sé eso.

Porque muchas veces que fui a atender clientes a mitad de la madrugada, me decían:

—Intenté buscar a unas tres amigas, pero no resultó con ninguna. Así que decidí llamar a una profesional.

Experto él, y boba la mujer que creyó que él tenía una crisis de amor en la madrugada.

Los hombres saben que las mujeres creemos en los castillos de arena. Y las mujeres lo hacen por las ganas de vivir un cuento, pues íntimamente ese es el gran deseo de muchas de ellas: encontrar un príncipe que las ame. Sabiendo eso, los hombres usan tácticas de conquista que se apoyan en el sueño del castillo.

No quiero ser pesimista. Solo soy realista.

Otra táctica que los hombres usan mucho al engañar a sus esposas es la de decir a la otra que son casados pero infelices y que ya se están separando. (La verdad la cuentan a las damas de compañía, pues al no existir entre ellas y sus clientes juegos de conquista, ellas no los van a recriminar). Lo peor es que hay mucha mujer tradicional que cree en eso.

Los hombres son comodones, y solo se separarán si la situación llega realmente a la categoría de infierno doméstico. En el caso contrario, se quedarán y acabarán aprovechando el argumento para justificar sus infidelidades. Y como conozco la otra parte, la del desahogo, entiéndase que tienen motivos para ello. Ellos saben que las mujeres somos desunidas y que probablemente iremos a culpar a la esposa por el matrimonio arruinado, que de seguro no trató bien a su esposo.

¿Qué hacer, entonces, si un hombre casado e interesante aparece en tu vida y dice querer entablar una relación contigo? Le dices que primero resuelva su relación matrimonial y que, según lo haga, conversarán en el futuro. De otro modo corres el riesgo de salir herida de esa historia.

Ah, un detalle: nunca creas en los hombres que digan « Te amo » fácilmente. De seguro será mentira. Ellos demoran mucho tiempo en decirlo, y aun así lo sientan, lo ocultarán.

Y cuando un hombre diga estar confundido, puedes estar segura que no sufre un conflicto amoroso interno, sino que le gustaría el valor para decir una de las siguientes frases:

—No estoy listo para ningún compromiso.

O:

—Estoy interesado en otra mujer.

Si lo que sucede en realidad fuera lo segundo, lo cierto es que ya decidió por ella.

Por último, los hombres nunca aman a una mujer sin antes haberse acostado con ella.

10. ¿Tener sexo o hacer el amor?

Los hombres pasan más del 90% de sus vidas practicando el sexo sin amor. Quienes actúan de forma distinta son las mujeres. Ellos consiguen desvincular el sexo del amor fácilmente.

En la vida de un hombre, el sexo es algo primordial

«Solo existen dos cosas importantes en la vida. La primera es el sexo y de la segunda no me acuerdo» .

Woody Allen

Y entre hacer el amor y tener sexo, ellos han de preferir, las más de las veces, la segunda opción.

Sí, he aquí la vieja historia de que las mujeres hacen el amor mientras los hombres tienen sexo: ¿qué hacer si ambos tienen deseos diferentes? Lo que se hace es variar: un día la relación sexual será un intercambio de caricias, besos y palabras dulces, y el otro la relación será más camal, sin mucho romanticismo.

11. Cómo saber si realmente le gustas

Eso solo lo sabrás cuando le llegue el momento del orgasmo.

Si realmente le gustas, ten la seguridad de que se quedará a tu lado. Si fue solo deseo, no demorará en encontrar una razón para irse de inmediato.

¿Por qué crees que un encuentro pagado dura, en promedio, una hora? Porque ese es todo el tiempo que un hombre tiene ganas de quedarse en el cuarto. No porque la muchacha tenga que salir corriendo a atender a otro cliente, sino también porque luego de terminar el cliente no tiene mayor interés en quedarse por ahí; después de todo, no hay sentimiento alguno involucrado en la situación. Realizado el servicio, calabaza, calabaza.

Los hombres no se enamoran a primera vista: lo que sienten a la primera mirada es deseo. Esa fantasía corre por cuenta de las mujeres, que somos capaces de amar a la primera mirada.

Los hombres demoran mucho más en amar a una mujer de lo que una mujer demora en amar a un hombre. Excitación pueden sentir de inmediato, y pueden pasar inclusive los primeros seis meses de relación sin que les guste realmente la persona con quien mantienen relaciones sexuales satisfactorias. Los sentimientos profundos solo se desarrollan con el tiempo.

Cuando un hombre encuentra a una mujer en la calle y se le declara de manera precipitada, puedes tener por seguro que solo vio en ella a un objeto del deseo o apenas un blanco fácil. Nunca se trata de amor a primera vista.

Al saber que las mujeres tienden a creer en el romanticismo, lo aprovechan como estrategia de conquista. Muchas mujeres caen y terminan por frustrarse, preguntándose cómo pudo tanto amor desmoronarse en tan poco tiempo. En verdad, ese sentimiento que les fue «demostrado» nunca existió. Entonces la mujer se queda ahí, atónita, tratando de entender lo que pasó sin respuestas satisfactorias. En realidad la respuesta es simple: FUE USADA.

Y hay algo que hace falta enfatizar: no todos los hombres tienen, en realidad, intención de usar a las mujeres, pero muchos acaban por hacerlo. Lo que ocurre es que ellos tienen sentimientos más volubles y por lo tanto se les enfrían con mayor rapidez. Tampoco es que tengan intención de que el «sentimiento» se acabe tan rápido, pero el hecho es que así ocurre. Por lo tanto, nada de entregarse fácilmente a un hombre. Con el tiempo, me lo agradecerás.

12. Fantasías sexuales de los hombres

Lo que más desean es tener dos mujeres juntas en la cama, verlas tocarse mutuamente y, sobre todo, que ambas le practiquen sexo oral en simultáneo, es decir, juntas, como si se pelearan por su pene.

Cuando trabajaba como profesional del sexo, yo tenía varios tipos de anuncios, cada uno con una finalidad diferente. Uno de ellos era bastante solicitado: el anuncio que ofrecía sexo con dos mujeres y escenas lésbicas. Era precisamente eso lo que los clientes más querían y pedían: un oral de ambas en simultáneo.

Es saludable tener fantasías sexuales, siempre y cuando aquello no interfiera con la rutina diaria de la pareja o de la persona que las tiene. La fantasía sexual no es una enfermedad, pero si uno llega a obsesionarse con la idea y llegara a pasar las 24 horas del día pensando en ella, entonces sí hace falta buscar tratamiento.

Hemos sido criados dentro de una cultura de raigambre judeocristiana, llena de tabúes y prejuicios respecto del sexo. A pesar de que el hecho de tener fantasías es común a la mayoría de las personas, son pocas las que tienen el coraje para hablar de ello y de aceptarlas naturalmente.

La fantasía sexual es a menudo un secreto tan bien guardado que, dentro del

matrimonio, uno no sabe la del otro. De modo que cada miembro se queda con la suya escondida, cada cual avergonzado y convencido de que la suya es más bizarra que la del otro.

La verdad es que LOS HOMBRES ADORAN HABLAR SOBRE SUS FANTASÍAS SEXUALES, pero ya que no hay un espacio para hacerlo dentro de la mayoría de las relaciones, se callan o van a hablar con quienes pueden entenderlos: las damas de compañía.

Te doy un consejo: a la hora de tener una relación sexual con tu compañero, preguntale cuál es su fantasía sexual. Es durante el momento de mayor excitación que ellos tienden a hablar y a mostrar sus deseos sin miedo ni represión. La libido habla más alto que el buen sentido.

Si estuvieran, digamos, almorzando, él pensaría: «Mejor no digo nada, porque se va a poner a pelear conmigo y yo solo quiero comer en paz. Probablemente solo me está probando». A la hora de la relación, sin embargo, estará tan ocupado con el placer que hablar de ello se volverá parte del encuentro. Ahora, por favor, no tengas un ataque en cuanto te hable de su deseo; por más socialmente inaceptable que sea, no cierres la puerta del mundo interior que tu compañero acaba de abrir para ti, porque puede que nunca más se abra.

Si lo que te cuenta es compatible con tus propios deseos, vale la pena intentarlo. Si no lo es, piénsalo dos veces. No lo hagas solo para complacerlo. A no ser que él vaya a satisfacer alguna fantasía tuya a cambio; entonces considera si el intercambio es razonable.

Quiero aprovechar este momento para revelar un secretito: los hombres fantasean mucho con la cuñada y con la mujer del hermano. ¿Te quedó la boca abierta? Ciérrala. No sientas rabia de tu pareja, no tengas celos de tus hermanas y no te sientas mentalmente violada si tuvieras cuñados. Una fantasía es solo una fantasía, lo que quiere decir que no intentarán ponerlo en práctica. Recuerdo que me aprovechaba de eso para ponerlos locos a la hora de las relaciones conmigo. Los hacía imaginar que estaban con ellas y no conmigo al punto de que los había quienes me llamaban por los nombres de sus deseadas al momento del orgasmo.

La cuñada y la mujer del hermano difícilmente los tentarán. Por lo general, los hombres tienen un sentido de la ética en lo que respecta a la mujer ajena. En algún punto de la vida, sin embargo, sí intentarán poner en práctica las fantasías de estar con una mulata, con una oriental y con una embarazada en gestación avanzada. Esas tres forman parte del «currículum» de sus deseos sexuales. ¡Y de qué manera!

13. Cómo saber si él ha salido con otra mujer

No es tan difícil saber si él ha salido con alguien o no. Voy a contar aquí las tácticas más usadas por mis clientes para camuflar un encuentro extramarital.

La mayoría de los hombres que saben que sus mujeres no confían en ellos y se imaginan que harán alguna cosa incorrecta usa la táctica del « ataque como la mejor defensa ». Por ejemplo, él sabe que se pasó de su horario, que su esposa lo ha reprendido por eso muchas veces y que él no ha hecho caso. Por lo tanto, ella debe vivir en desconfianza.

¿Qué hace él, entonces? Llega a casa buscando pelea por algún otro motivo, ya sea algo que ella haya dejado de hacer o alguna prenda que ella esté usando y que él no apruebe. Es decir, él crea un problema y pasa a discutir sobre él.

Invierte los papeles y convierte a su esposa en la acusada. De este modo logrará que ella calle su desconfianza para no prolongar la pelea. Y la historia acaba siendo pasada por alto.

Muchos me confesaron que hacían eso, o que usaban esta táctica para poder salir con otra mujer a una hora en la que debían estar en casa. Lo más común es llegar a casa calmadamente, inventar una pelea por causa de algo como la ropa sin planchar, dar cuerda para que la discusión aumente y de esa forma lograr una justificación para salir de la casa y encima con razón, muchas veces azotando la puerta y sin hora de regresar, visto que necesita enfriar la cabeza.

Los hay quienes traicionan y mientras más traicionan más acusan a su compañera de « indecente » y cosas por el estilo. De este modo el hombre dirige la atención sobre ella y la vuelve objeto de cualquier sospecha. El foco de sospecha en la relación pasa de ser él a ser ella. ¿Se la pasa tu marido, novio o compañero hablando de tu comportamiento? Bien, existe el proverbio que dice que piensan el santo y el ladrón que todos son de su condición...

Te voy a contar otro secretito de los hombres: cuando tienen una relación extramarital con vínculos afectivos más estrechos, acostumbran pasar por aquello que yo llamaría una fase de compensación doméstica. Me explico. Un hombre tendrá poco cargo de culpa si sale a relacionarse con otra mujer que no es aquella con la que tiene un compromiso, pues para él se trata solo de una relación sexual, que nada tiene que ver con sus sentimientos. Pero cuando se da cuenta que está traicionando sentimentalmente a su compañera, la consciencia le pesa, ¿y sabes qué hace entonces? Trata de compensar en casa, sea por el lado financiero o por el lado sexual. Se vuelve más generoso, procura compensar su desempeño en la cama, busca agradar a su compañera y, como consecuencia, ella lo acaba tratando mejor también. Es por eso que muchas veces los he oído decir:

—Tengo una amante, y mi matrimonio está mejor que nunca por eso.

La verdad es que solo mejora en un primer momento, durante el cual él pasa a esforzarse más en casa como forma de compensar la traición, pero esta situación no durará para siempre. Es apenas una primera fase: si los vínculos afectivos se estrecharan más todavía entre él y su amante, su siguiente paso será volverse irritable y agresivo en casa. Es como si inconscientemente estuviera

tratando de salir de la relación y de quitarse el cargo de culpa que le causaría saber que fue porque él se interesó en otra mujer, convenciéndose así de que fue porque la relación había dejado de ser satisfactoria. De modo que empieza a causar cada vez más conflictos domésticos, aun si las más de las veces no tiene plena consciencia de estar haciéndolo.

¿Sabes qué hacen muchas veces cuando es la hora de decidir si quedarse con la amante o quedarse con la esposa? Buscan una prostituta para desahogarse.

Otro secretito que es muy importante saber acerca de la rutina sexual de un hombre: siempre me he fijado en el semen que quedaba en los preservativos de mis clientes, y de ese modo sabía si tenían una vida sexual activa, poco activa o prácticamente inexistente.

El semen denso y espeso quiere decir que él eyacula poco, y el semen traslúcido y ralo quiere decir que él eyacula a menudo. Trata de fijarte en la cualidad del semen de tu compañero y verás que cuando más relaciones tengan más líquido será y mientras menos eyaculen será más viscoso. Pero cuidado, que la masturbación no cuenta como infidelidad, y es perfectamente posible que él esté recurriendo a ella como recurso para satisfacerse. De modo que si no tienes una rutina sexual con él y su semen es de cualidad menos densa de lo que debería ser normalmente, ten por seguro que no está sexualmente satisfecho y que, de una forma u otra, está resolviendo sus problemas con sus propias manos o con la mano de otra.

14. Ataques femeninos

Existen mujeres que creen que tener ataques como de película es lo más efectivo cuando quieren demostrar que no están satisfechas con alguna cosa que hacen sus compañeros.

El estar furiosa no es algo que necesariamente deba demostrarse con actitudes y palabras ofensivas. Es cierto que ellos a veces cruzan el límite, que toda mujer tiene derecho de estar furiosa en algún momento y que ese momento debe ser respetado. Lo que digo aquí no tiene el objetivo de que se lo traguen todo, se queden calmaditas o finjan no estar molestas, sino de que no vean en los ataques de furia la solución para que los hombres vean cuánto reprueban ellas determinadas actitudes y palabras, ni crean que por eso ellos van a pensárselo dos veces antes de hacer otra vez lo que molestó a sus parejas.

Un ataque de furia puede resolver algunas cosas, sí, pero solo las primeras tres veces y no más que esa. Los hombres no prestan mucha importancia a los ataques de furia femeninos. En un inicio podrán impresionarlos y hacerlos detenerse a pensar si lo que están haciendo es tan terrible o no. Pero si los ataques se vuelven constantes, el hombre pasará a menospreciar los ataques de su compañera —aun si pretende que todavía le importan, cosa que probablemente

hará con el único fin de que la discusión termine.

Las mujeres que tienen por hábito armar constantemente escenas de celos, insultar vehementemente a su compañero y mezclar a la familia en peleas conyugales solo lograrán que la relación se agote. Eso no resuelve nada. Imagina la siguiente situación: encuentras a una amiga llorando. Lo que harás será detenerte a prestar atención a lo que tenga que decir y a cuáles son los motivos de su tristeza. Es decir, prestarás atención porque su actitud resulta atípica.

Si al segundo día la encuentras llorando nuevamente, se entiende que irás con ella y conversarán, le prestarás más atención y la consolarás. Si al tercer día sigue llorando, la consolarás otra vez. Para el cuarto día prácticamente no le darás importancia a su llanto, pues se ha vuelto una constante y por consiguiente una parte normal de su vida. Quizás simplemente le guste vivir llorando.

Los hombres acaban por pensar lo mismo. Presenciar un ataque deja de ser una situación atípica y por lo tanto deja de ser necesario prestar atención a la mujer atacada. Aguantan, para no empeorar la situación, y continúan con sus vidas tranquilamente, sin dar mayor importancia al ataque. Innumerables veces he vivido la misma escena: él contratando mis servicios o los de alguna amiga y el teléfono sonando incesantemente —hasta más de diez veces—, con la esposa teniendo ataques de furia al otro lado de la línea, sus gritos exigiendo saber dónde estaba él y qué estaba haciendo.

¿Y sabes qué hacían ellos? No prestaban la más mínima atención. Cuántas veces los oí decir:

—Déjala que hable. Allá se queda ella con sus ataques y nunca hace nada, no se separa. Llego a casa, escucho un poco, veo una escena y luego me voy a dormir. Al día siguiente ya se enfrió. Está loca, no le doy importancia.

¿Sabes de qué tienen miedo los hombres? De las conversaciones cortas, maduras, sin amenazas, en tono calmado, con explicaciones coherentes y comportamiento maduro. Da tus razones, pero sin dar pie a una discusión que se arrastre por mucho tiempo, pues muchas veces los hombres se quedan discutiendo y haciendo de cuenta que no entienden lo que la mujer dice, a fin de desgastar la conversación y hacerla desistir del asunto.

« Si no puedes convencerlas, confúndelas » .

Harry Truman

Son muchos los hombres que se hacen los desentendidos para salir bien parados.

Una mujer nunca debe entrar en el hábito de amenazar constantemente a un hombre, porque es una completa pérdida de tiempo. Las amenazas deben

hacerse una única vez, y una vez hechas deben ser cumplidas. Si alguna vez en la vida una mujer fuera a tener un ataque, que sea el único y por un buen motivo que lo justifique, pues si fuera injustificado perderá la credibilidad de su compañero.

Los hombres respetan a las mujeres que tienen actitud de hacerse respetar.

15. Q ué hacer cuando otra mujer se interesa en tu hombre

No hagas nada que pueda hacer ver a esa otra mujer que has descubierto su interés en tu pareja. No demuestres celos ni sospecha alguna. Métete eso en la cabeza.

No caigas en la trampa de armar una competencia femenina para demostrar que tú puedes más; esto lo digo porque muchas mujeres tenemos un sentido de la competencia muy desarrollado y es muy posible que una quiera competir con otra por el puro placer de decir que pudo más. La competencia involucra el ego de las mujeres, y solemos entender el que un hombre prefiera a una sobre la otra como que una es mejor que la otra.

¿Quieres hacer que una mujer pierda el interés por un hombre? Estar dispuesta a disputárselo es admitir que él ya no está precisamente a tu lado. De modo que no debes buscar la guerra. Deja de lado tu ego y no intentes demostrar que la otra no puede, precisamente porque si demuestras interés en su existencia estarás demostrando indirectamente que ella representa alguna cosa en tu vida afectiva.

Las mujeres inteligentes no se pelean con las posibles amantes, sino que se superan a sí mismas. La otra no es alguien a quien haya que superar. Lo mismo para las personas que culpan haber perdido una relación por culpa de otras personas. Eso es una mentira; cuando uno pierde una relación en realidad lo pierde para sí mismo y no para los otros. Pero no nos vamos a olvidar también de las personas que descubren que su relación, aunque satisfactoria, no es realmente lo que quieren para sí mismas. Entonces parten en busca de algo que las haga más felices, aun si la otra parte se ha esforzado para que la relación resulte, pues esa es una decisión unilateral, es decir, de uno de los dos compañeros.

Me entristece ver que un pensamiento prolifera en la sociedad: que cuando un matrimonio se separa y el hombre se va de casa para vivir con otra mujer, se cree que el motivo fue la ineficiencia sexual de la mujer. Por el contrario, como ya he dicho, la infidelidad masculina forma parte de nuestra cultura y ella puede darse independientemente de la sintonía y la frecuencia sexual dentro del matrimonio. Y lo peor es que cuando sucede que una mujer tiene un amante y se va de casa para vivir con él, a ella se le condena y se dice que no valoraba al «esforzado» y eficiente esposo que tenía... La sociedad es un tanto machista, prejuiciosa y ambivalente.

Otra táctica, no siempre eficaz, pero que puede ayudarte a lograr que la otra mujer pierda interés en tu hombre: tratar bien a tu oponente. Existe algo interno llamado ética y moral que todavía rige la manera de muchos de nosotros de proceder en la vida. Las personas tienden a tener carácter y el hecho de ser bien tratadas muchas veces hace que la persona se avergüence de sus pensamientos e intenciones, se reprima, y termine retirándose del combate antes de que nada comience.

Las mujeres inteligentes ganan sin tener que recogerse las mangas.

Ah, y recuerda algo muy importante: si él decidió quedarse con ella y terminó la relación contigo, no vayas tras él. El no va a regresar porque tú fuiste a rogárselo, pues se sentirá seguro respecto del sentimiento de su antigua pareja y tendrá la certeza de que estarás allí en caso de que cambie de idea luego de experimentar la novedad. Un hombre debe conservar para siempre una cierta incertidumbre en relación a la mujer que está con él.

Suena difícil, pero en ese momento solo queda dar tiempo al tiempo y hacer que te pierda de vista, para que sienta inseguridad y se pregunte por dónde estás, y si estarás con alguien... Solo entonces se cuestionará si la elección que realizó fue la correcta, y con eso puede que surja el miedo de perder definitivamente a la persona con la que rompió. Damos valor a las personas y a las cosas de acuerdo al precio que nos costaron. De modo que no debes dar la impresión de estar disponible.

No te quedes con tu compañero si él continuara involucrado con la otra; quíerete a ti misma en primer lugar. ¿No contribuirías a que esa situación de a tres continúe si fuera contra tu voluntad, verdad?

Trátalo con educación y clase, pero déjale la impresión de que quizás no significa tanto para ti. La otra no tendrá tantas motivaciones para querer quedarse con él si demuestras efectivamente que no te interesa. A menudo no es el amor lo que está en juego, sino el orgullo, simplemente.

Si actúas de ese modo serán muchas las posibilidades de que la situación se invierta. A partir de ahí tú decides si retomas la relación con él.

Chica, escúchame: si algo así te ha pasado o si llegara a pasarte algún día, no te pases la vida recordando la traición y dándole vueltos. O lo superas y pasas por encima de ello, volviéndolo un mero detalle del pasado, o te separas de una vez, porque tu vida se puede transformar en un infierno de recuerdos.

¿Era ella tu amiga? Bien, eso te da por lo menos el derecho de reconsiderar el valor de la amistad que tenían. Las amigas no se traicionan. ¿Era una desconocida? Entonces nada de pedirle cuentas: no fue ella quien caminó hacia el altar contigo sino él, de modo que ella no te debe explicación alguna. A no ser que haga de su vida privada algo público, claro.

Cuando yo era dama de compañía y no traía ningún anillo de compromiso en el dedo, es decir, cuando era a todas luces una mujer soltera, era libre para

involucrarme con quien quisiera. Quienes debían explicaciones por lo que hacían eran mis clientes... ¡Ellos, que eran casados!

16. Palabras que tienen el efecto contrario en los hombres

¿Entienden ellos lo que queremos decir cuando hablamos?

Definitivamente no.

Existen frases, aún cortas y claras, que todo hombre interpreta al contrario de buenas a primeras, o que prefiere «entender» de manera inversa.

La frase más comúnmente oída durante una relación sexual que difícilmente será interpretada de forma literal: «Para, que me duele». Cuando una mujer dice eso al hombre durante una relación sexual, puedes estar segura de que él querrá continuar y de que probablemente lo hará. Que la mujer pronuncie esa frase lo excitará, y mucho. De modo que él continuará actuando de la misma forma por algún tiempo.

Indirectamente, es como si le estuviese diciendo: «Tu pene es tan grande que me está haciendo daño». A los hombres les obsesiona su tamaño y se imaginan que la satisfacción femenina está directamente relacionada con él.

Otra más que es interpretada de forma distinta es «¡No termines todavía!». Psicológicamente, él pasa a sentirse complacido y entonces no consigue frenarse, tanto como cuando se le dice: «No pares ahora, todavía no, espera un poco más». Esta última frase para un hombre es tan excitante que acaba terminando rápido, y eso porque es como si estuviera recibiendo el siguiente mensaje de su compañera: «¡Todavía no, querido, quiero disfrutar de tu pene un poco más!».

Una frase a la hora del encuentro que tiene un gran efecto en el hombre es «¡Para, que me duele; me estás rompiendo por dentro!». ¡Listo! Con esa frase, él ganó la noche.

Los hombres aman cualquier comentario positivo en relación al tamaño de su pene y sus capacidades sexuales.

17. Los hombres son completamente previsibles

Lo que quiero decir es que es muy fácil lidiar con ellos, porque sus actitudes prácticamente no salen de las reglas generales, salvo una u otra excepción. Después de que hayas terminado de leer este libro y de asimilar la información que te estoy dando, estarás totalmente convencida de esta verdad que digo. Algunos hombres podrán molestarse conmigo por las revelaciones que estoy haciendo, pero al final del libro me lo agradecerán, pues las mujeres estarán más preparadas para el sexo, para las relaciones y para ellos. ¡Los hombres son

previsibles, sí, las mujeres no! Ellos son tan previsibles que la receta según la cual conducen sus vidas amorosas prácticamente no tiene variaciones. Mal hijo = mal compañero; traicionó una vez, traicionará otra...

Un consejo: al comienzo de la relación, si un hombre pisa el palito estando contigo, sea en forma de una infidelidad o de cualquier otra actitud que demuestre falta de carácter, no lo aceptes. Ten por seguro de que lo hará nuevamente. Después de que ellos son infieles y la mujer perdona, puedes estar segura de que otras infidelidades seguirán, de modo que si la relación tuviera esa clase de problemas desde el inicio, es mejor arrancar el mal de raíz. ¿Por qué vas a permitirte seguir adelante con alguien en quien no confías más?

Nuestra cultura está muy relacionada a la religión, que nos enseña a perdonar. Pero perdonar es distinto a aceptar. Lo que puedes perdonar, puedes decidir no aceptarlo más.

Ten esto en mente: LAS MUJERES NO TENEMOS EL PODER DE TRANSFORMAR A LOS HOMBRES. Nunca. Las mujeres no hacemos a los hombres. Si alguna vez un hombre se vuelve un mejor hombre, es porque él así lo quiso. Tú no vas a cambiar nada en nadie.

No es que detrás de todo hombre haya habido una gran mujer, sino que hubo UNA PERSONA QUE SE OLVIDÓ DE SÍ MISMA. Yo creo que ya hace tiempo es hora de que cese esa entrega incesante de las mujeres a los hombres y esa ilusión que tienen muchas de que irán cambiándolos.

¿Estoy diciendo entonces que ellos son unos crápulas? No. Somos nosotras las que fantaseamos demasiado. ¿Son ellos unos santos? Ni con una banda de música... Ellos utilizan nuestras fantasías y se aprovechan de ellas. ¿Pero saben cuándo fue que lo aprendí? Después de hacerme dama de compañía. Entonces el sueño acabó, desperté y pasé a vivir en el mundo real. ¡Y fui más feliz por ello! ¿Estoy diciendo entonces que las mujeres que quieren ser felices deben dedicarse a la profesión? No hace falta, siempre que leas lo que escribo y aproveches cada pedacito de información.

Bien... ¡es hora de que también tú despiertes, Cenicienta!

Otra cosa que aprendí siendo dama de compañía fue a no condenar a la «tribu de los hombres» ni querer salvar a la «tribu de las mujeres» o viceversa. Ni todas somos santas ni ellos son todos bandidos.

¿Pero existen los hombres buenos?

Existen los buenos hombres, créelo; aunque son una minoría, por supuesto. Sin embargo, las culpables de ello somos nosotras mismas, que todavía no nos volvemos lo suficientemente exigentes. Si fuera de otro modo, ellos existirían en mayor cantidad: después de todo, es el grado de exigencia del consumidor lo que determina la calidad del producto ofrecido en el mercado.

Las mujeres no tenemos la capacidad de cambiar la manera de ser de un hombre. Si él no tiene carácter, desiste de quererlo o desiste de intentar satisfacer

lo que necesitas, acostumbrándote a vivir con él como a él mejor le parezca. Hay gente que se acostumbra a una vida mediocre, a un círculo vicioso de sufrir y matarse de a poco, achacándolo todo al que «un hombre» sea un fenómeno raro en el mundo, difícil de encontrar, al que las mujeres sean una gran mayoría en el planeta y que no hay para todas, de modo que las más se tienen que contentar con hombres a medias. ¡Por favor! ¿Nos vamos a conformar ahora con poca cosa? ¿Aceptar un plato mal hecho porque el resto del pueblo pasa hambre?

—Mesero, ¡tráigame el banquete!

No existe buen sexo sin que en determinado momento haya egoísmo de ambas partes.

Los hombres ya son egoístas. Hace falta que las mujeres también lo sean.

Dentro de toda su inclinación para la maternidad y los cuidados familiares, la mujer no ha aprendido que a la hora del sexo la persona más importante debe ser ella y no su compañero. La crianza y la cultura hacen que esta premisa de entrega prime en todos los sectores de su vida. Una madre nunca es una mujer, sino alguien que pertenece a todos los miembros de la familia.

Así se nos ha criado y preparado, para servir y cuidar a los que nos rodean en la vida familiar, y acabamos por olvidarnos de nosotras mismas.

¿Cuántas veces te has sorprendido diciéndote que lo más importante era el placer de él? ¿Y cuántas veces la preocupación de agradar ha generado en ti una frustración personal? Tengo la certeza de que la mayoría de las mujeres han de responder que fueron innumerables las veces en que su placer pasó a segundo plano o, peor, que salió de todos los planos.

« Pase la vida intentando agradar a los hombres: primero a mi papá, luego a mis novios y esposos. Es lo que y o llamo vocación de agradar» .

Jane Fonda.

¿Es culpa de los hombres, por no preocuparse de sus compañeras? No. Sí lo es de las mujeres, por ceder ante una mentalidad machista y centrada en el hombre. Es cierto que esa ha sido la cultura predominante durante siglos y que poco se pensó y se oyó hablar de forma distinta. Pero ahora ya no quedan justificaciones.

Las mujeres debemos tener en mente que no hemos de esmerarnos en mejorar nuestras vidas sexuales por nuestras relaciones o nuestros compañeros, sino principalmente por nosotras mismas. El sexo no es más que aprendizaje y práctica. Naturalmente, nadie nace sabiendo.

Cada uno es responsable por su propia felicidad, y nunca se debe echar la culpa a la otra parte. Es verdad que existen factores y personas que nos estorban, pero corresponde a cada quien quebrar el ciclo y dar nuevas direcciones a su vida.

Por lo tanto, sé egoísta a la hora del placer. Piensa en ti y en tu felicidad, y no

ignore tus deseos y recelos. Sigue las siguientes tres prioridades: « Primero yo, segundo lo que es mejor para la convivencia, tercero los intereses de mi compañero». Te sorprenderá descubrir LA ADMIRACIÓN QUE SIENTE UN HOMBRE POR AQUELLA MUJER QUE SE COMPLACE A SÍ MISMA en lugar de complacerlo a él.

Además, a ellos les complace nuestra satisfacción. Para la mayoría de los hombres, nada hay más excitante que saber que una mujer está llegando al máximo de placer en su compañía, aún si la principal responsable del logro sea ella misma.

Para mí es solo pseudo egoísmo. ¡Si una piensa principalmente en sí misma, es para bien de los dos!

18. Lo que las damas de compañía saben sobre las rutinas sexuales

Resulta difícil hacer que la vida en la cama siga siendo novedosa en medio de tantas actividades rutinarias, pues hay quien sigue priorizando más la mesa de trabajo, y hasta el funcionamiento de la estufa.

El primer paso para lograr una vida sexual saludable es aprender a dosificar el tiempo invertido en cada uno de esos tres lugares, los principales de la vida en el hogar. Las mujeres que trabajan demasiado difícilmente tendrán buena disposición para el sexo, mientras que las que llevan una vida casera suelen ver su libido afectada.

Por otro lado, dedicarse demasiado a la vida en la cama también puede resultar inconveniente. Por increíble que parezca, las « sorpresas» diarias acaban por perder la gracia al poco tiempo. De modo que el desafío es este: ¿cómo mantener el equilibrio entre la novedad y la rutina?

La respuesta es simple: sentido común, acompañado de dosis reforzadas de misterio.

El misterio atrae a los hombres. La mujer deseada es aquella que no ha sido totalmente « descubierta». Y un hombre puede llegar a desear a la misma mujer durante toda su vida. Solo procura conservar tus secretos y tus particularidades, porque los hombres no están preparados para saberlo todo sobre ti, ni quieren estarlo.

En otras palabras, no seas previsible. Sé una mujer distinta cada día: santa ayer, osada hoy y seria mañana.

Es importante dejar en claro que en la pareja la rutina nunca coexiste con la complicidad y la afinidad, pues hay innumerables maneras de placer por explorar. Lo que sucede es que hay falta de diálogo, lo que limita la exploración del placer. Con la falta de opciones llega la rutina.

Es falso que con el tiempo la libido baje dentro de la pareja, básicamente porque mientras más sexo se tiene, más se quiere tener.

Y no debemos pensar que una relación en la que ya se ha impuesto la monotonía no puede retomar el fuego inicial.

Existe, sin embargo, un hecho que cuestionar: ¿Por qué la responsabilidad de que el sexo no caiga en la rutina debe ser siempre de la mujer? Yo creo que los hombres también llevan parte del deber de mantener la actividad sexual saludable y «sazonada», tanto o más que las mujeres. Por lo tanto, dale a entender que a ti también te gustan las novedades. No siempre tienes que ser tú la que tenga que esforzarse en cumplir una fantasía, preparar una cena especial o ir a comprar algún accesorio en una *sex shop*.

Lo más probable es que él solo entienda que debe hacer eso luego de que tú se lo dejes en claro con todas sus letras, lo que supone aceptar que él proponga cosas diferentes. No olvides que ellos no entienden señales ni leen entrelineas; con ellos, el asunto es directo, de modo que hay que hablar claramente y sin rodeos.

Yo atendí a muchas parejas que contrataban damas de compañía y oí a algunos de sus miembros decir que se habían conocido por años sin que el sexo dejara de ser tan bueno como al inicio. Lo que me lleva a creer que un tiempo de relación largo no implica necesariamente que la pareja vaya a caer en la rutina.

Aquí van algunos toques que pueden contribuir mucho para que la relación no caiga en la rutina, o, si crees que ya ha caído, para que salgas de ella de una vez.

19. Libérate de prejuicios y tabúes sobre la conducta sexual

Libérate, mujer. No hagas casos de los límites impuestos por el sentido común de la sociedad.

En realidad, no hay reglas para el sexo. Todo vale, y el único límite es hasta dónde puedes sentir placer. Nadie podrá estipular nunca las reglas para aquello que no depende del sentido común. El límite que separa a la locura del placer es el límite de la satisfacción personal.

Por tanto, ve en busca de lo que te guste, pero ten en cuenta que si lo quieres conseguir deberás permitirte algunas osadías. Recuerda, eso sí, que no debes acceder a probar ninguna novedad si no te gusta. Nada de ir contra tu propia voluntad en nombre de la satisfacción ajena.

No creas que el hecho de no aceptar algo que se te proponga significará el fin de tu relación. Lo importante es respetarse. El sexo puede seguir siendo bueno prescindiendo de determinadas prácticas, pues cuando hay química la pareja nunca deja de descubrirse. Puede que no te guste esto o aquello, pero está bien: hay miles de cosas distintas que tu compañero y tú pueden probar.

20. Intercambio, diálogo y franqueza

Una relación en la que solo uno de los miembros goza de todos los beneficios es una relación poco saludable. Ambos son compañeros, y por lo tanto tienen los mismos derechos de sentir placer.

Cuando llegue el momento, debes tener la actitud adecuada y pedirle conversar. Si no estás satisfecha, déjasele claro.

Sé franca, porque si la insatisfacción sexual continúa, eventualmente llega la pérdida de interés, lo que perjudica el desempeño sexual de ambos. ¿Le gusta el sexo oral? ¡Excelente! Después te toca a ti. Por increíble que parezca, muchas veces hace falta que los eduquemos para que sepan que también nosotras somos importantes. No hace mucho que las mujeres decidimos ser más exigentes, y todavía hay hombres que no se han acostumbrado a ello.

Después del sexo la pareja goza de una mayor proximidad física y emocional. Ese es un buen momento para hablar con él sobre su relación sexual, y también es un buen momento para hablar sobre las diferentes maneras de tener sexo (o hacer el amor) y sobre lo que les agradó o los decepcionó de la relación. En esos instantes, una conversación así puede llevarse más fácilmente. Ahora, en el sexo, el 50% de la responsabilidad es de ella, y el otro 50% es de él. Es decir que es necesario que los dos se esfuercen para que la relación esté bien. Y el esforzarse incluye conversar con franqueza.

Yo creo que ya es hora de que las mujeres dejemos de cargar solas con la responsabilidad de cuidar de la calidad de la relación. ¿Te has detenido a pensar que cada vez que un marido deja su hogar para vivir con otra mujer lo hace culpando a su esposa de no haber llevado la relación de forma eficiente? Suele pasar que él tampoco contribuyó... y que ella no le exigió que lo hiciera.

¡Mujer, tú también tienes derecho a que él se ponga una tanga y te haga un *striptease*! Sé consciente de ello. ¿Y quieres saber más? Se me hace que a él también le va a gustar que lo hagas participar más activamente de la relación.

Nada impide que le hables de las maneras distintas de hacer el amor que te gustaría probar, sea durante el acto mismo o antes. Pero, por favor, evita hacerlo en un momento inoportuno: el asunto es serio, y requiere de toda la atención de tu compañero. Así que nada de conversar sobre ello mientras te arreglas para el trabajo y él se prepara apresuradamente un café.

Probablemente te darás cuenta de que hablar francamente con él después del sexo hará que quieran repetir la dosis. A fin de cuentas, hablar sobre sexo estimula la libido. (¡Imagínate a mí, que escribo este libro!). En caso de que hayas quedado sexualmente insatisfecha, comienza por masturbar a tu compañero, a fin de provocarlo. Si no tiene ánimos de retomar el sexo, busca otra manera de satisfacerte con él: pídele que te haga un oral, o que te masturbe. Por otro lado, de hecho, hay que aceptar que alguna vez has de salir perdiendo; después de todo, no todo encuentro es 100% satisfactorio. Lo que no puedes permitir es que se vuelva rutina: él, solo él y siempre él. El sexo debe ser siempre

un intercambio.

21. Libido femenina x libido masculina

Esta es la cuestión con muchos de los problemas que se generan dentro de las relaciones. Y nadie se da cuenta de ella.

Pienso que estas diferencias conforman uno de los motivos principales de las desavenencias entre los hombres y las mujeres. El problema surge en el sexo y se expande hacia los otros aspectos de la vida. Es increíble, pero lo que despierta la libido en uno termina por apagarlo en el otro.

Voy a dar un ejemplo típico y fácil de entender. Es algo que observé en el día a día de muchos de mis clientes y sus compañeras:

La pareja discute (eso es normal; anormal es no discutir). Los hombres, cuando están tensos, automáticamente piensan en tener sexo. Cuando las mujeres están tensas el sexo es lo último en lo que piensan.

En esos momentos, el sexo es para el hombre un comprimido relajante que lo tranquilizará. Por eso, su libido aumenta.

A las mujeres tensionadas la libido les baja. Por lo general, cuando hay discusión no hay sexo. A las mujeres la libido les aumenta con las palabras, por lo cual digo y repito que en nuestro caso la inteligencia es un afrodisíaco. Ahora, en una discusión no suele haber frases agradables. Resultado: libido cero.

Habiéndose dado una discusión, lo natural para el hombre es buscar a la mujer para tener relaciones, por más que sigan peleados, y lo que ocurre las más de las veces es que ella no quiere. Entonces él se siente rechazado, y sale en busca de alguna mujer o de una dama de compañía que sepa satisfacer sus deseos y sanar su ego herido.

¿Digo entonces que todas las mujeres deben olvidar al instante las tensiones, pasar por encima de las discusiones y tener sexo en contra de su propia voluntad solo para evitar las infidelidades?

De ningún modo.

Lo que digo es que siempre hay que tratar de dejar en claro lo que está pasando dentro de nosotras. Explica a tu compañero cuál es la relación entre las tensiones y tu libido, y después, como ya dije, déjalo en nada.

Todo debe ser siempre dicho claramente, y discutido de forma franca y madura.

¿Sabes qué es lo que pasará cuando él te entienda mejor? No experimentará esa sensación de rechazo, lo que disminuirá las posibilidades de que necesite buscar nada fuera de la relación.

¡Cuántas veces me han contratado y me han contado en el dormitorio que habían peleado con sus esposas o novias, que ellas los habían rechazado y que, y a que no los querían, ellos habían salido a buscar a alguien que sí los quisiese!

Sucede que analizamos las reacciones y actitudes de los otros tomando como base las nuestras. La única razón por la que un hombre puede preferir no acostarse con una mujer que lo busca es porque simplemente no le gusta. Así, cuando una mujer los rechaza, ellos creen que esta ha perdido el interés sexual en ellos.

Presta atención: ellos no entienden que para ti la libido funciona de una forma diferente que para ellos. Eres tú quien va a tener que explicárselo a tu compañero, pues de otro modo nunca lo sabrá. Por su cuenta, ellos no se dan cuenta de nada.

Otro dato importante: a las mujeres nos cuesta más sacar los problemas de nuestras cabezas durante la relación sexual que a los hombres. Eso hace que nuestra libido baje y que consecuentemente tengamos más dificultad que los hombres de llegar al orgasmo.

En ese momento, las mujeres deben estar preparadas para liberarse de pensamientos inadecuados. A la hora de entregarse al placer los problemas quedan para después. Es una buena táctica, antes de empezar una relación sexual, decirte a ti misma que te darás la oportunidad de no pensar en nada, y que tratarás de resolver lo que haya que resolver únicamente después del sexo, como una especie de pacto contigo misma.

Es curioso, además, darse cuenta de que, durante la relación sexual, la mujer se la pasa tratando de tener un orgasmo, mientras que el hombre lucha por no tener uno.

22. Tiempo suficiente y tranquilidad

Esos son componentes indispensables que contribuyen a un buen desempeño sexual. El estrés del día a día y el exceso de actividades se interponen y disminuyen el tiempo que debería destinarse a la pareja, de modo que hace falta que reserves un espacio para la vida de a dos. Sin embargo, evita fijar siempre una hora y un tiempo de duración para la relación sexual. El sexo programado también es un signo de rutina.

23. Aprovecha tus dotes

Todo el mundo tiene alguna parte en el cuerpo que se destaca por encima de las otras. El truco es aprovechar esas partes. Nadie es perfecto y atractivo en todos sus aspectos. Si hasta los modelos se quejan de alguna cosa que no les gusta de su propio cuerpo, imagínate la gente común como nosotros. Siempre aparecerá alguna imperfección física, como un abdomen saliente, muslos gruesos, celulitis o, quien sabe, pechos pequeños. Siempre habrá una u otra cosa.

De modo que tienes que valorar aquello que tengas de mejor, con el objetivo de evidenciar menos lo que no te favorece.

Lo que puedes hacer es preguntar a tu compañero cuál es la parte de tu cuerpo que más le agrada y, tras eso, invertir en su «producción». Ten en cuenta también lo que más te agrada a ti y no te quedes solo con su opinión. ¡Tienes que hacer valer la tuya! Pero aprovecha sus observaciones, porque a veces no nos damos cuenta de qué partes de nuestro cuerpo resultan atractivas.

Una amiga mía tiene unas piernas lindísimas. ¿Sabes cuándo se dio cuenta? A los 42 años de edad, cuando se puso unos shorts por broma y el gimnasio entero paró en seco cuando ella entró. Algún amigo y su instructor se lo comentaron, y solo entonces ella comenzó a tener más conciencia de su propio cuerpo.

¿Tienes bonito el cabello? Llama la atención sobre él. Déjalo suelto, tenlo bien cepillado, adórnalo con horquillas. ¿Tienes bonitos pechos? Vístelos con escotes. ¿Una cintura elegante? Lúcela. ¿Tus caderas son más grandes de lo que te gustaría? No hay problema: aquel otro atributo que tienes bien puede encubrir aquello que no es tan bonito.

Nadie deja de ser atractiva por no coincidir al 100% con los parámetros de belleza impuestos por nuestra sociedad.

Procura usar ropa que destaque las mejores partes de tu cuerpo. Es importante que las mujeres que tienen bonitas piernas usen faldas. Atraen a los hombres, aun cuando no sean tan cortas. La posibilidad de que no haya un calzón debajo de ellas los atrae más todavía.

Y no se te ocurra camuflar tu identidad al comienzo de una relación. Tu forma de hablar, vestirse y reír refleja tu personalidad y por lo tanto forma parte de ti. A menos que se trate de cuestiones de guardar respeto y conservar la buena educación, es bueno conservar la identidad. Veo muchas mujeres que, por ejemplo, dejan de vestirse de determinada manera solo porque sus novios o esposos les piden por celos que las cambien, cuando tanto ellas como ellos mismos olvidan que si hubo una atracción, en primer lugar fue precisamente por su manera de ser. Después ellos las cambian, ellas lo permiten y el tiempo hace que pierdan el interés, pues ya no son las mismas personas de las que un día se enamoraron. Y por increíble que parezca, tienen el descaro de ir con damas de compañía y quejarse de que sus esposas han cambiado.

Un día, conversando con una amiga, ella me contó que su novio le había pedido que dejara de usar minifalda. Ella es una mujer muy bonita, y cuando lleva minifalda llama todavía más la atención. Me preguntó qué pensaba sobre el que dejara de usarla.

—¿Te has vuelto loca, mujer? ¡Nunca dejes de ser tú misma! Dile que el problema no está en la minifalda sino en su cabeza. Si le haces caso, van a romper por no darse espacio y por dejar que se pierda tu identidad.

Y eso vale tanto para los hombres como para las mujeres que quieren

transformar a sus parejas en personajes que creen que les agradecerán más.

24. Seguridad en ti misma

Tener seguridad en ti misma es sinónimo de seducción. Toda mujer sexy es segura de sí misma, y todas las mujeres lo deberían ser. Es algo que se puede tener independientemente de corresponder o no a los patrones sociales de belleza.

Tener seguridad en sí misma hace sexy a una mujer. Es tan cierto como que existen mujeres que son sexys sin que su peso y sus medidas coincidan con los rígidos patrones de belleza de nuestra sociedad, lo que no quiere decir que dejen de ser bellas. La belleza comienza por la personalidad. ¿Confías en ti misma y en tus habilidades? ¡Excelente! ¡Linda!

¿No estás segura de ti misma? Entonces es hora de que lo seas. ¿Cómo? No es tan complicado, realmente.

Primero debes comenzar por la autoafirmación. Aún si todavía no tienes tanta confianza en tus palabras, acostúmbrate a pensar y a decirte a ti misma lo que te gustaría ser, como si ya lo fueses: « Soy linda », « Soy sexy », « Cumplo con todos mis proyectos », « Soy segura de mí misma » ...

Una es lo que una piensa que es. No te avergüences de pensar así, porque no es presunción sino amor propio.

Haz de ello un ejercicio diario. Repítelo mirándote a los ojos en el espejo, mientras te cepillas los dientes, te maquillas o te arreglas el cabello. Las personas no nacen seguras de sí mismas, sino que se vuelven así conforme crecen. Tener seguridad en uno mismo ayuda mucho al desempeño sexual. Es algo que comienza por dentro y se refleja en todas las otras áreas de la vida.

25. El famoso rapidito

¿Queda poco tiempo en tu agenda para el sexo? ¿Por qué no colocar el famoso rapidito como ingrediente de tu día a día, en el que el tiempo a menudo resulta corto? Eso sí, no puede volverse una constante, pero va muy bien de vez en cuando.

¿Y has pensado en tener relaciones con la ropa puesta? ¡Entonces ve y pruébalo! ¡No sabes cuán divertido puede ser!

26. Cuidado con las apariencias

A los hombres no les gustan las mujeres descuidadas con su apariencia. Acuérdate de que la visión los estimula; mientras que para las mujeres el factor principal son las palabras, a los hombres les gusta ver. Las mujeres somos

auditivas.

No hace falta que tengas un cuerpo perfecto, pero sí las uñas bien cuidadas y el pelo bien arreglado, además, una buena depilación y una buena higiene hacen una gran diferencia. ¿Ya pensaste en adornar o cambiar la apariencia de tu vello púbico? La palabra clave es innovación. (Sin contar el hecho de que si te sientes bien contigo misma te sentirás más atractiva y segura en el sexo, lo que mejorará tu desempeño y tu satisfacción).

Arréglate para el encuentro. Acuéstate perfumada y con el cabello peinado, con alguna joya de apariencia sensual. Basta de irse a dormir en polos viejos, ¿sí?

27. La cama es un lugar sagrado

¿Van a discutir? ¡Para la sala, los dos!

No hables de problemas en la cama, sino usa otro ambiente de la casa para ello.

No olvides nunca que los asuntos serios y estresantes no deben ser tratados ni resueltos en la cama si la pareja se gusta. Usa otro espacio de la casa y destina la cama solo para los buenos momentos. Así, disfrutar en ella será siempre sinónimo de satisfacción, intimidad y erotismo.

Las damas de compañía y sus clientes hablan de problemas en la cama, sí, pero ten en cuenta que ese no es su «nido». La cama de tu casa no debe transformarse en un lugar de traumas y malos recuerdos y que los haga revivir situaciones difíciles.

28. Fingiendo orgasmos

Ah, estoy segura de que lo siguiente va a ser una verdadera novedad: SÍ, ES POSIBLE FINGIR LOS ORGASMOS.

Hablando en serio, eso es algo que no hace mal a nadie; a ninguna mujer, en todo caso. Para tener sexo seriamente no hace falta dejar de lado la gracia. Teatralizar es parte del juego. Lo que de ninguna manera debe suceder es que finjas siempre, hacerlo hábito, porque la otra parte va a convencerse de que la manera en que lo hace te gusta. De vez en cuando, sin embargo, está bien para avivar el encuentro.

No debes olvidar algo importante: finge solo durante el sexo vaginal, pues ahí no hay modo de que él se entere de que estás fingiendo. Durante el sexo anal ni soñando, porque quien está penetrando siente muy bien los espasmos musculares que suceden en la región cuando una tiene un orgasmo. De modo que no hay manera de engañar... Y no queremos que él se entere, ¿verdad?

29. Cambia de lugar

¿Siempre lo hacen en la cama? Qué aburrido, ¿no?

Es hora de cambiar de ambiente. ¿Ya probaron hacerlo en la cocina? ¿Y qué tal un lugar mucho menos privado, como las escaleras del edificio, la terraza, el elevador, el garaje del edificio, el cine, dentro de un auto estacionado afuera del centro comercial, o inclusive en el mar?

Llévalo al cine y siéntense en una zona más reservada. No hace falta que lo hagan todo ahí mismo, pero pueden aprovechar para intercambiar caricias provocativas. El peligro de ser descubierto excita a las personas y calienta la relación.

¿Han experimentado visitar una casa de *swing*? ¿Es una idea demasiado liberal para ti? Solo visita una. No hace falta que vayas para cambiar de compañero, pero sí pueden aprovechar para realizar la fantasía de tener sexo en público, matar la curiosidad o solo para excitarse por la novedosa situación.

30. *Swing*: intercambio de cónyuges

En realidad, el *swing* no es ninguna novedad sexual de la modernidad. Los romanos antiguos eran duchos del *swing* y para ellos el sexo grupal era habitual. Lo que sucedió es que con el tiempo la práctica fue olvidada por el mundo, hasta que la liberación sexual la trajo de vuelta.

«La moda del intercambio de parejas es relativamente nueva. Desear a la mujer del prójimo es algo que sucede desde que aparecieron los diez mandamientos; la novedad es que al prójimo le gusta la idea y desea a la de uno también».

—Luis Fernando Verissimo

Al contrario de lo que mucha gente piensa, los *swingers* son parejas que intercambian de compañeros con otras pero que no necesariamente frecuentan casas de *swing*.

Ir a ellas es lo más indicado, por supuesto, pero si el *swinger* prefiere lugares más discretos, el encuentro puede darse perfectamente bien en otra parte, como en un motel, por ejemplo.

Hay otras formas de practicar el *swing* sin la mediación de una casa, como la Internet, por ejemplo, suscribiéndose a sitios web especializados en intercambios. Siempre doy la sugerencia de que si las parejas solo se conocen por Internet, es

mejor que el intercambio suceda en una casa de *swing*. Una pareja solo debe llevar a otra a su casa luego de haber desarrollado mucha confianza la una con la otra. Viene muy bien conocerse personalmente sin compromiso de hacer nada (eso siempre hay que dejarlo en claro en las conversaciones).

Las parejas también suelen tener mucha curiosidad por el modo en que otras parejas tienen sexo, y esta puede ser satisfecha visitando una de estas casas. La curiosidad es saludable, y al final todo el mundo quiere saber si lo hace de manera efectiva y si hay mejores maneras de hacerlo.

Las casas de *swing* son las más indicadas por el factor seguridad, porque tienen una distribución de ambientes propicia a tal tipo de encuentros y también porque permiten que haya un contacto más directo entre las parejas, sin contar que el ambiente suele ser muy animado.

Recuerdo haber visitado estas casas con algunos de mis clientes. Siempre era muy divertido, y se aprendía cantidad de posiciones y técnicas. Allí se conversa sobre sexo con otras parejas con mucha libertad. Ese es el asunto principal. Y una cosa muy importante que se puede ver es que las personas no tienen vergüenza de su cuerpo, aún si son bastante imperfectos: es como una playa nudista, solo que bajo techo.

Y también es necesario que haga una aclaración inicial: las casas de *swing* no son lugares de libertinaje, pero sí de libertad, y muchos son los casos de adeptos a esta práctica que podríamos llamar también filosofía de vida. En caso tengas ganas de ir a una, lo primero que tienes que hacer es hablar con tu compañero. En estas casas solo entran parejas. Ya dentro puedes separarte de él, pero para entrar es preciso llegar acompañado. La decisión debe ser hecha por los dos; ambos deben estar de acuerdo en querer estar ahí juntos. No puede pasar que uno acceda a ir solo para agradar al otro, la decisión debe ser unánime. Para los *swingers* la pareja es la unidad.

Otra cosa a tener en cuenta es que si uno de los dos es celoso en extremo, es mejor no ir. Suele suceder que algunas parejas hacen daño a su relación por falta de confianza mutua, y lo que debería ser un avance se convierte en retroceso. Es importante que la pareja se encuentre fuerte, segura y con los detalles resueltos para que los celos no terminen por convertirse en un problema. Si eres parte de una pareja con libertad en relación al sexo, si confiaran totalmente el uno en el otro y tuvieran deseos de tener experiencias nuevas, participar de un club de *swing* puede ser una buena opción para quebrar la rutina. ¡Puede ser una novedad genial!

Hay muchas relaciones que mejoran luego de la experiencia. Conocí clientes que me contaron que la intimidad y la complicidad crecieron dentro de sus relaciones tras la experiencia. Pero hay que tener en cuenta que si ya existieran problemas dentro de un matrimonio, practicar el *swing* no va a resolverlos mágicamente. Para experimentar un estilo de vida más liberal hay que ser

personas que se aman, se aceptan como son, se respetan y confían la una en la otra.

He de enfatizar algo: en las parejas que practican el *swing*, no hay infidelidad.

«¿Y eso cómo es?», debes estar preguntándote. Pero es verdad. No hay infidelidad por dos motivos: el primero tiene que ver con el hecho de que los dos son conscientes de estar realizando un intercambio, de modo que nadie está siendo engañado. En segundo lugar, por tener una relación liberal ya establecida, siempre buscan participar juntos en los encuentros, sin dejar a la otra parte fuera de la situación. Amante = traición y *swing* = complicidad.

Las parejas que frecuentan casas de *swing* rara vez tienen relaciones extramaritales.

Otra cosa que no hay que confundir es el *swing* con amor. No se hace el amor en las casas de *swing*, se tiene sexo. Se hace el amor dentro de las parejas que se aman, entre los compañeros que tienen un contacto más directo.

El sexo con amor solo se tiene dentro de la pareja, nunca entre las parejas. Siendo así, los celos están fuera de lugar. El hecho de que uno de los compañeros de una pareja está en los brazos de otra no tiene que ver con sentimientos, sino solo con el deseo sexual.

A lo mucho, entre las parejas que intercambian habrá amistad, y siempre mucho respeto. Porque con el *swing* también se pueden establecer amistades, y algunas serán excelentes.

Ir a una casa de *swing* puede ser una situación interesante. Quien va no necesariamente tendrá que intercambiar parejas. Hay quienes van a mirar y sentirse excitados: los llamados *voyeurs*.

A continuación, unos consejos para visitar estos lugares tan diferentes.

La vestimenta es libre. Ponte lo que desees ponerte. Pero recuerda: que la casa sea liberal no significa que vaya a faltar la elegancia.

Si eres del tipo exhibicionista o si te gusta la ropa apretada y provocativa, los bares y casas de *swing* permiten e incentivan la libertad de llevarla. Si así lo prefieres, puedes salir de casa vestida de manera recatada y cambiarte de ropa una vez en el local. Por lo general hay vestuarios a la disposición de los visitantes.

Evita usar muchos accesorios, pues los relojes y pulseras pueden arañar a otros swingers en los momentos de mayor excitación. También puede que se te pierdan.

No te preocupes por que sea tu primera vez. Todas las personas que hoy son *swingers* han pasado por esa experiencia, y lo más probable es que el día que tú vayas habrá otras parejas en la misma situación.

El mejor consejo que te puedo dar es que actúes naturalmente. Intenta acercarte a los otros de manera cordial y educada, del mismo modo que en las reuniones sociales. Preséntate, presenta a tu acompañante y conversa de manera

agradable. Conversar con otra pareja no significa necesariamente que vayan a intercambiar.

Si fuera la primera vez de la pareja, vale la pena usar la sinceridad como un paso para insertarse en el grupo. Di que tu compañero y tú son nuevos en el lugar, y que esa es tu primera vez.

Después de la primera pareja, todo se volverá más fácil.

En las casas de *swing*, las reglas primordiales son la educación y la gentileza. Las personas que frecuentan estos lugares tienen por hábito mantener el buen nivel. La mayoría de la gente cree que estas casas son lugar de parrandas y orgías, pero esto no es cierto: son lugares muy bien organizados, frecuentados mayoritariamente por personas de clase media alta.

Otra regla muy importante a ser tenida en cuenta es que existe libertad, lo que implica la posibilidad de rechazar o ser rechazada. Este debe realizarse de manera diplomática y efectiva: «No, muchas gracias» es una frase que todos entendemos.

Si decides empezar a frecuentar el lugar, sé siempre honesta con tus sentimientos y explica a tu compañero lo que te sucede. Si uno de los dos no estuviera a gusto y prefiriera salir del lugar, entonces es hora de que la pareja vuelva a casa y converse sobre lo que le pasó. Evita que las salidas a nuevos lugares se vuelvan traumáticas.

La línea que separa el «yo realmente quería» a «me sentí obligado a hacerlo» es por demás tenue. Un «no» separa las dos situaciones. Eventualmente, eso hará una gran diferencia.

No te sientas presionada a experimentar con todas las novedades de una casa de *swing* ni mucho menos a intercambiar con todos los parroquianos. El placer también está en aprovechar bien cada oportunidad. Calma, que las casas de *swing* no van a desaparecer. De hecho, todo parece indicar que crecerán.

Una pareja que haya comenzado a conversar contigo no necesariamente querrá intercambiar. En esos locales se forman muchas amistades, y también vale la pena ir a conocer personas.

En la mayoría de las casas hay normas preestablecidas. Quien quiera hacer su estadía más agradable, ser aceptado y divertirse, deberá seguirlas. Hay casas que tienen carteles a seguir con sus recomendaciones, para visualización de los visitantes:

Manual de etiqueta y reglas para *swinger*.

1) Sé cortés. Todos queremos ser tratados como personas, no como objetos, y la cortesía será bienvenida por todos. Trata a las personas con consideración, sensibilidad y discreción. Una regla de oro: trata a los demás como te gustaría ser

tratado.

2) Sé amable. Aunque no te interese tener una experiencia sexual con determinada pareja o persona, respeta sus sentimientos, porque es probable que sean personas interesantes con las que podrás entablar otro tipo de relación.

3) Está preparado. Si decides concretar un intercambio o un encuentro grupal con alguien, lleva preservativos, peine, cepillo y pasta dental, etc.

4) Limpieza e higiene. Son parte de una buena educación, como todos sabemos, pero te sorprenderá saber que muchas personas no se dan cuenta de que su aliento no es muy agradable. Verifica todos los detalles relacionados. No olvides llevar un desodorante, para evitar sudar en exceso en los momentos comprometedores.

5) Ten en cuenta los sentimientos de los otros. Verifica si tu pareja o la otra pareja está relajada o tensa, de modo que cualquier posible causa de incomodidad pueda ser disipada con un momento de buen humor o una conversación más amena. Recuerda: no todos pensamos y sentimos de la misma manera.

6) No seas insistente. Si alguien, incluyendo a tu pareja, dice NO, no preguntes por qué, pues, a pesar de todo, ser *swinger* significa libertad de acción y elección, tanto para ti como para los otros. Evita cualquier situación que pueda llevar a los otros a sentirse forzados a hacer algo que no quieren.

7) Solo acepta lo que sea divertido para todos. Recuerda que la idea es esa: divertirse y pasar momentos agradables. No intentes imponer tu forma de pensar ni crees polémica acerca de las ideas de los otros, porque lo que podría ser un encuentro extremadamente divertido podría acabar en discusión, lo que no conducirá a nada.

8) Usa condón siempre.

9) La pareja que vaya a practicar el *swing* debe estar decidida, ser muy liberal y aprovechar el momento, que puede ser el único.

10) Nada de reclamos o culpas dentro de la pareja, solo aprovechar el placer.

11) Antes de llegar al *swing*, corresponde a cada pareja sentir que eso es lo que realmente desea. Entender que el *swing* busca el placer, la mejora del matrimonio, la realización de nuevas fantasías y nunca una razón de culpa.

12) Sumar al placer de tener sexo placentero con un nuevo compañero el placer de ver a la mujer o al marido teniendo sexo con otra persona.

13) En el primer encuentro, evita la inhibición o cualquier obstáculo provocado por el hecho de encontrarse en casa de alguien que no conoces, o viceversa.

14) Si la pareja ya tuviera experiencia y fuera a acercarse a una pareja que prueba el *swing* por primera vez, hay que tener especial cuidado. Es importante delimitar todas las fronteras: ¿Está dispuesta ella a tener sexo anal o no? ¿Puede tener ella sexo con otra mujer? ¿Quiere él una relación homosexual?

Estas recomendaciones deben resultar evidentes para las parejas que buscan placer, y pueden ser seguidas según el criterio de cada pareja o practicante de *swing*.

« *Uno puede amar mucho a una persona, e irse a la cama con otra* ».

Leilia Diniz

31. Sexo de a tres: experimenta con la novedad

Aunque no parezca muy agradable a primera vista, la única manera de saber si te gusta es experimentar, y es posible que te sorprendas a ti misma. Si eres lo bastante osada y sientes el deseo suficiente, vale la pena probar con las relaciones sexuales de a tres, sea con un hombre o una mujer más en la cama.

En realidad, el *ménage a trois* no es algo tan descabellado. Muchos hombres sueñan con tener sexo con dos mujeres al mismo tiempo, y no son pocas las mujeres que se preguntan cómo sería ir a la cama con dos hombres. El *ménage* puede ser una buena manera de probar formas nuevas de sentir placer, siempre que estés a gusto y realmente quieras experimentar. A la hora de decidir, es importante poner en primer lugar tus propios intereses y expectativas.

Es falso que el sexo de a tres es una práctica de la modernidad. Por ejemplo, todo indica que en el antigua Grecia este tipo de encuentros era común.

Antes que nada, es esencial planificar bien, escoger la mejor compañía posible para la aventura y decidir si el *ménage* será con un hombre o con una mujer más en la cama.

El *ménage á trois* puede ser una experiencia sexual fantástica para la pareja, tomando como base que la elección de los compañeros sea la acertada. Es fundamental que las partes dejen en claro entre sí qué es lo que realmente quieren del encuentro. Si fuese solo un juego o una forma de ampliar la gama de opciones sexuales, puede resultar todo muy agradable. Si, por el contrario, la experiencia pudiera convertirse al día siguiente en un problema, es mejor dejar la posibilidad de lado. La idea no es encontrarse de a tres para luego morir de culpa.

Si quieres que tu primer *ménage* sea inolvidable, lo ideal es escoger muy bien

a la tercera persona. Escoge la opción que mejor sea para ti y que te tenga más tranquila: ¿una amistad cercana o una persona totalmente desconocida? Por lo general, las personas se encuentran más a gusto con otras con las cuales no prevén tener más contacto personal, como algún parroquiano de una casa de *swing*, o una dama de compañía. Yo misma fui la primera vez de varias parejas. Hay aquí un factor importante de resaltar: la posibilidad de que la experiencia no fuera positiva para la pareja, en lo cual es comprensible que se prefiera no tener más contacto con la tercera persona.

Pero también hay quienes prefieren hacerlo con una amistad cercana, con quien se sienten más a gusto y en confianza. La elección depende de la pareja. Ambos deben considerar los pros y los contras y decidir juntos a quién invitar.

Un buen consejo para la primera vez es comenzar con un lento y sensual baño de a tres, bajo una luz sugerente y con poca ropa, para empezar a aclimatarse. El resto corre por cuenta de la imaginación de cada quien.

En un encuentro de a tres no hay lugar para los celos ni para la timidez. Quien se queda esperando que los otros satisfagan sus deseos puede acabar quedándose con las ganas. La premisa es tener iniciativa y contribuir a las fantasías del otro. Es importante hablar, expresar las sensaciones y demostrar los deseos. Sin eso, la experiencia puede tornarse sumamente frustrante. Nada con menos gracia que dos teniendo sexo y uno mirando, como si fueran un *voyeur* y dos exhibicionistas. Si quieres hacerlo, entrégate de cuerpo y alma, deja la vergüenza de lado y haz aquello de lo que tuvieras ganas.

Si la tercera persona es una mujer y tuvieras ganas de tener sexo con ella, hazlo. Muchas mujeres sienten deseo por otras mujeres, y eso es normal: nadie va a ser considerada homosexual por tener sexo con otra mujer. Tómalo como una fantasía realizada. La verdad sea dicha, toda mujer en el fondo tiene curiosidad y deseo de experimentar con otra mujer.

También hace falta que no haya ningún tipo de prejuicio respecto de las preferencias sexuales de los otros. En una relación de a tres, es lo natural que todos se toquen, y eso incluye a las dos personas del mismo sexo.

Es necesario tener la mente abierta para comprender los deseos de los compañeros. También es completamente necesario cambiar de preservativo tras cada penetración. Una mujer no tiene la flora vaginal compatible con la de otra, lo que puede causar problemas.

Generalmente, el grado de excitación de los participantes del sexo de a tres es mayor que el de los participantes del sexo de a dos. Que los participantes estén excitados tiende a hacer que las relaciones duren más tiempo.

Una relación de a tres puede ser un *ménage* masculino o un *ménage* femenino.

En el *ménage* masculino, la pareja acepta un hombre, en cuyo caso se pueden establecer relaciones sexuales éntre ambos hombres. Esto es más difícil,

no porque ellos no tengan deseos, sino porque los tabúes son bastante más grandes en comparación con los que pesan sobre las mujeres respecto de la bisexualidad.

Esta variante es apropiada para las parejas en las que la esposa desee ser tocada por dos hombres. También es una oportunidad única para tener una experiencia sexual con otro hombre sin recurrir la traición. En la práctica, las mujeres generalmente escogen hombres con características distintas a las de su compañero, pues la intención es tener experiencias distintas, especialmente si ellas circundan los 40 años. Las mujeres de esa edad suelen haber tenido pocas experiencias sexuales, gracias a la cultura imperante en la época en que se casaron. Por lo general, han iniciado la vida conyugal célibes, o prácticamente sin ninguna experiencia.

Yo creo personalmente que, en esos casos, es una forma de consideración del hombre para con su esposa el permitir que otro hombre se le acerque, a fin de satisfacer sus deseos y curiosidades.

Al fin y al cabo, los hombres pueden haber tenido otras experiencias sexuales, pues eso les fue impuesto por la cultura imperante en la época de su adolescencia. Lo que es otra razón por la cual el acto puede ser visto como un gesto de consideración de ellos para con ellas. El esposo debe ser un hombre seguro de sí mismo y consciente de su valor. Los hombres inseguros suelen arrepentirse después del encuentro, e inclusive durante el mismo.

En el *ménage* femenino, la pareja acepta a una mujer. Al contrario del *ménage* masculino, lo que generalmente ocurre es el establecimiento de relaciones bisexuales, es decir, que ambas se tocan, ya sea porque a él le guste verlas o porque ella tenga curiosidad de ser tocada; nada impide, por otro lado, que las chicas no se toquen y solo se ocupen del hombre. En ese caso, la cuestión de la seguridad se aplica a la mujer. Conviene al hombre involucrar a su esposa en la elección de la otra mujer. Ella escogerá a una chica que no le haga sentirse inferior, lo que hará que se sienta más a gusto. Y en caso de que hubiera un cuestionamiento posterior, vale recordar que la decisión fue de ambos.

Después de que todo acaba, vale la pena conversar sobre ello, para que cada uno exprese sus impresiones y sentimientos en relación a la experiencia. El cuestionamiento más común suele ser si ha sido algo que sucederá nuevamente.

Es preciso dejar en claro que hay fantasías que es mejor dejar solamente en la imaginación. He sabido de clientes que han intentado cumplir una fantasía sin que sus expectativas fueran satisfechas, de modo que el asunto perdió gracia y desapareció el deseo de incorporar determinado fetiche en el sexo. Haz, prueba, pero no construyas grandes expectativas.

El sexo de a tres no necesariamente va a gustar a todo el mundo. Habrá quienes lo disfrutarán y quienes no le encontrarán la menor gracia. Hay muchas formas para el sexo, y cada una es para un tipo de persona.

Puede que determinadas experiencias no sirvan para ti pero sí para otros. Si el

ménage à trois no fue todo lo que esperabas, está bien. Valió por la experiencia, y quién sabe, puede que en una próxima vez sí funcione, ¿verdad?

Fueron muchas las veces en que una pareja me contrató para experimentar un *ménage à trois*. Me parecía válido y excelente cuando ambos miembros compartían la curiosidad. Pero nada saludable cuando solo era para satisfacer la voluntad del hombre. Muchas veces las mujeres accedían a ello contra su voluntad, básicamente porque persistía el pensamiento cliché según el cual « si yo no lo hago, va a haber otra que sí querrá ». Una mentalidad pequeña y triste. Los hombres no son reyes cuyas voluntades deban ser obedecidas al 100%, ni las mujeres son sirvientes tuyas que deban cumplir con obligaciones sexuales. Una relación no se va a terminar porque una fantasía no hubiera sido realizada, ni eso va a dar al compañero justificación para que se vaya a buscar otra mujer. Si él fuera de esa naturaleza, de nada servirá que su mujer vaya contra sí misma por él y sus deseos, pues de todas maneras la van a engañar.

Lo que yo hacía cuando atendía a una pareja era preguntar a la mujer aparte, generalmente cuando íbamos a bañarnos primero, si ella estaba allí por voluntad propia o si lo hacía por complacer a su marido. Si la respuesta era la última, nos ayudábamos mutuamente a simular las relaciones sexuales entre las dos. Pero eso era un paliativo que servía solo para ese momento; otros podían llegar sin que fuera posible que ella salga bien librada. Lo correcto era entonces el diálogo dentro de la pareja. Las personas, sin embargo, solemos dificultar la aplicación de soluciones simples como esa.

Siempre me impresionó que la mayoría de parejas me buscaran para satisfacer al hombre solamente. Yo diría que estas formaban más o menos un 70% del total.

32. Prueba con nuevas zonas erógenas

Pruébalas tanto en ti como en tu compañero. ¿Tienes total seguridad de que conoces su cuerpo a la perfección? Luego de un buen baño de a dos, prueba pasar al lengua entre los dedos de su pie y luego chúpales uno por uno, como si fueses a practicarle sexo oral. Su reacción te sorprenderá.

Cualquier hombre o mujer puede enloquecer con la provocación adecuada. Mucha gente no lo sabe, pero los pliegues de los brazos, las axilas, el puño, la ingle y la parte de atrás de las rodillas son lugares que, al ser estimulados con la lengua, provocan sensaciones de deseo y aumentan instantáneamente la libido. Pasa tu lengua por esos lugares, principalmente durante los preliminares y también durante el acto en sí.

Tienes que desear tocar a tu compañero, de modo que sea gratificante para él también, y no olvides mirarlo a los ojos siempre que puedas y demostrar tu deseo por él.

También es buen consejo que le muerdas la nuca, jalando su cabello delicadamente con tus dientes. No hay quien resista una caricia como esa. Pídele que te haga lo mismo también.

« Todo cuerpo es un órgano sexual, tal vez con excepción de las clavículas » .

Luis Fernando Verissimo

33. Kama Sutra

¿Has probado con otras posiciones? El Kama Sutra es un muy recomendable libro de cabecera, pero debes recordar que él no hará milagros solo, ni es la variación de posiciones sexuales por sí misma la solución para tener una vida sexual saludable y feliz. Sobre todo, es necesario gozar de complicidad y libertad respecto de algunas creencias morales preestablecidas. El deseo sexual puede ser reprimido por la vergüenza o por la culpa. Para ser bueno, el sexo debe estar libre de culpas y bloqueos.

Compren el libro, léanlo juntos y comenten las posiciones ilustradas, diciendo si les gustaría probarlas o no. Con eso, tu compañero y tú se conocerán mejor, desarrollarán mejor intimidad el uno con el otro y reforzarán sus lazos afectivos.

Aunque sea básicamente un libro sobre sexo, hay que tener en cuenta que el Kama Sutra habla del arte y las formas en que una persona debe practicar el sexo, involucrando todos los sentidos: la audición, el tacto, la visión, el gusto y el olfato, además de la mente y el alma.

Hay algunas posiciones muy interesantes, que el manual explica de manera clara y simple. Y también existen otros libros que hablan del arte de amar como algo muy superior al simple hecho de tener sexo.

34. Provócalo hasta que no pueda más

A los hombres les excita mucho que les hablemos por teléfono de manera sensual y con palabras provocativas. Mi trabajo como dama de compañía lo hacía a través de anuncios en periódicos. Armaba propagandas visualmente excitantes, con la idea de que me llamaran a mí y no a otra que también se anunciara. (¿Sabes una cosa? Casi siempre los clientes llaman a unas tres antes de decidir con cuál quedarse. Resultaba gracioso, porque tenía tres anuncios diferentes ofreciendo sexo, y a menudo me pasaba que hablaba con el mismo cliente más de una vez). Pero al final, los factores decisivos en su elección eran mi voz y la conversación en el teléfono. Esos eran sin duda los últimos artificios que hacían que los hombres vinieran tras de mí.

De modo que te doy este consejo: provócalo por teléfono. ¿Cómo? Con una voz sensual y susurrada, y con palabras picantes.

Puedes, por ejemplo, llamarlo al celular y decirle que quieres que queden en encontrarse. Sé firme, como si se lo estuvieras exigiendo. Pídele que te espere en determinado lugar y a determinada hora. Con el avance del día, hazle llamadas breves, solo para decir lo excitada que estás y las ganas con que lo esperas. Después, cuelga.

Espera un rato y llámalo otra vez. Dile que te estás masturbando porque no aguantas más. Cuelga y déjalo imaginar la situación.

Mándale un email, y detalla todo lo que quieres hacerle y todo lo que quieres que te haga en cuanto se encuentren.

Abrúmalo durante el día entero. ¡Le va a encantar! Pedirá que lo incomodes así siempre.

Y prepárate, porque ese encuentro promete.

Yo misma hacía eso con los clientes con los que ya tenía una cierta intimidad. Si quería que vinieran a verme, los llamaba y decía:

—He despertado muy excitada hoy. ¿Quieres hacer algo por mí?

Luego les enviaba mensajes al celular diciendo que se las quería chupar mucho.

No les quedaba más que enloquecer, naturalmente. Y tú puedes hacer lo mismo. ¿Por qué no?

35. No lo hagas por obligación

Deja todos tus pudores de lado. Ten sexo y disfrútalo, no lo hagas por obligación. De esta forma excitarás más a tu compañero, además de estimularte tú misma.

A lo largo de los siglos, muchas culturas han visto al sexo como una obligación de la mujer. Sin embargo, nunca se ha hablado de sexo tanto como hoy en día, ni se buscó esclarecer las dudas de las personas en relación a los beneficios del placer y la relación en sí. Se llegó a la visión según la cual el sexo es mucho más que pasar momentos agradables: hoy se lo ve como una cuestión de salud física y mental.

Pero quiero dejar en claro que no a todas las personas les gusta el sexo. Es verdad: hay personas que no le dan mucha importancia y que se sienten atraídas por otras cosas en la vida, del mismo modo que hay quienes tienen como prioridad el ser sexualmente felices. Hay que considerar normal también a aquel a quien no le gusta el sexo. No a todo el mundo le gusta el chocolate, ni todos dan la vida por un equipo de fútbol, ni todos adoran el color rojo; igualmente, no a todos le gusta el sexo. Es necesario averiguar si a alguien no le gusta el sexo de una forma natural o si desarrolló una aversión al sexo gracias a factores emocionales y culturales. Solamente la persona misma podrá descubrir eso, y

eso lo hará después de intentar relacionarse y descubrir que vive bien sin el sexo. Porque es posible considerar saludable a la persona que descubra que no tiene interés sexual, que decide que no practicará el sexo y que vivirá feliz de todas maneras. Del mismo modo que será no saludable quien vaya contra sí mismo teniendo sexo contra su propia voluntad solo porque la sociedad estipuló que todo el mundo debe tener sexo.

36. Inventa historias a la hora del sexo

Nada como un buen juego, inclusive uno de aires infantiles en el que interpretes a la Caperucita Roja a punto de ser devorada por el Lobo, o algo más osado, como hacer de dama de compañía que atiende a un cliente. ¿Qué piensas de prepararte para pasar una noche como profesional del sexo? Esa es una fantasía que también habita la mente de muchas mujeres. Vístete de manera acorde con la situación y deja que la idea ruede: la palabra clave es osadía.

Hay muchas fantasías en el mercado de la lencería, y algunas líneas son bastante interesantes. A los hombres les atraen las fantasías de enfermera, aeromoza, camarera y meretriz. Nota que todas las fantasías preferidas de los hombres comparten una característica: todas remiten a posiciones laborales de servicio y sumisión. Olvida lo que se te enseñó acerca de que los hombres buscan a sus madres; en el sexo, la realidad es otra: no los excita que se les «cuide», sino que se les «sirva». Lo que confirma aún más la idea de que mayoritariamente a ellos les gustan las posiciones de dominación. Tan cierto como que no hay *sex shop* en la que se vendan fantasías de mamá.

37. Haz de dama de compañía

Pagar por las mujeres excita a los hombres. Tengamos en claro que es la dominación y no el ser dominados lo que hace parte de los deseos masculinos. En su gran mayoría, a los hombres les gusta ser servidos. Así que aprovecha lo que sabes y juega a ser dama de compañía. Vístete de forma atrevida, haz un *striptease* y pídele que ponga billetes en tu ropa íntima.

Un detalle importante: no le devuelvas el dinero, aún después de que el juego termine. Continuar con el juego es parte del fetiche. Haz como si realmente fueras una dama de compañía, solo que de un único cliente: tu compañero.

Ve pidiendo billetes mientras tengan relaciones, según las posiciones que te proponga. Anal siempre es más caro. Oral sale más a cuenta. Juega a partir de esta información, porque hará más real la fantasía. Luego, con el dinero ganado durante la noche de sexo, hazte un regalo a ti misma y luego muéstraselo. Recuerda que en ese momento debes ser egoísta, porque eso forma parte de la

fantasía: no compres utensilios de cocina o algo que puedan usar todas las personas de la casa. Ese dinero debe gastarse en algo que sea exclusivamente para ti: un perfume, maquillaje, lencería, una minifalda, accesorios, etc.

¿Y sabes algo? A muchas acaba por gustarles haber sido una profesional contratada. Es parte de la imaginación femenina.

38. Expande tu vocabulario

También vale la pena usar un vocabulario más picante en esos momentos: el sexo silencioso no tiene la menor gracia. Olvida tus patrones de comportamiento, pues en la cama todo vale. Aprovecha el momento para usar todas las palabras que no podrías usar en medio de la calle y para actuar libremente: si quieres gemir, gime; si quieres gritar, grita. El deseo se expresa de diversas formas y lo único que no puede haber es represión. Verás que con el pasar del tiempo tus formas de expresión cambian, lo que impide que se establezca una rutina dentro de la relación.

39. Invierte los papeles

¿Ya has pensado en hacer algo diferente, como invertir los papeles? Si todavía no lo has hecho, comienza a imaginártela ¡Es hora de actualizarse!

Háblalo con tu compañero, pues puede que en un principio se oponga por miedo a que lo veas mal. Los tabúes en relación a la masculinidad son todavía muy fuertes, y muchas personas creen todavía que el hombre penetrado es homosexual o tiene tendencia a la homosexualidad, cuando en realidad se trata solo de una zona erógena como las demás, que nada tiene que ver con la preferencia sexual. Los hombres poseen más terminaciones nerviosas en la zona anal que las mujeres, ya que poseen una continuación del nervio peniano que desciende en dirección al perineo, contribuyendo a que la región sea más sensible a los toques y las caricias. La penetración también masajea la región de la próstata, lo que causa mucho placer a la mayoría de los hombres.

Esto no quiere decir que no continúen siendo heterosexuales. Lo que digo es que a más del 50% de los hombres que acudían a mí cuando era dama de compañía les gustaba que usase un vibrador con ellos, y lo permitían porque veían en mí a alguien que no iba a cuestionar su masculinidad.

40. Sex shop baby, ¿por qué no?

Ve sola si quieres hacer una sorpresa a tu compañero, o acompañada por él si quisieran probar una novedad juntos. Las *sex shops* son sin duda los lugares a los

que las innovaciones en el sexo llegan primero: prótesis, vibradores penianos, bragas con vibradores, grilletos, muñecas inflables, fantasías, accesorios, DVDs, CDs eróticos y una serie de artefactos que solo quienes las visitan descubren.

Lo que recomiendo en un *sex shop*, aparte de la habitual prótesis peniana que vibra, son las bragas con vibradores: ellas pueden entrar en el juego inicialmente como una ayuda para la excitación de las mujeres. Solo hay que tener en cuenta de que hay un gran riesgo de que lleguen al orgasmo antes de la penetración. También se puede encontrar gel astringente, para hacer más estrecho el canal vaginal; gel lubricante comestible de sabores diversos; lubricación íntima que reconforta y refresca, y que además causa una sensación que gusta mucho a los hombres; gel para ayudar la erección; anillos para retardar la eyacuación; y aceites especiales para masajes.

Hay también muchos tipos distintos de preservativos, con apariencias diferentes, para dar a la relación un toque de erotismo y novedad. Lo que veo es que las principales objeciones dentro de la pareja para su uso se relacionan con frecuencia al hecho de haber una pequeña pérdida de sensibilidad, pero por la parte del hombre (no todas las mujeres notan esta pérdida), lo que es sin duda un precio pequeño a pagar por la protección.

Otra objeción que suele hacerse es que a menudo hay que interrumpir el encuentro para colocárselo.

Un consejo útil es hacer del uso del preservativo una experiencia erótica para ambos y que forme parte de los previos. Puedes inclusive intentar colocar el preservativo con la boca, a manera de primer paso de una práctica oral. De ese modo no se romperá la atmósfera ni se perderán los ánimos.

Colocar el preservativo con la boca es muy fácil. De hecho, ni siquiera es estrictamente necesario que el pene esté erecto.

Sí, digo que no es absolutamente necesario que esté erecto, y esta debe ser una novedad para la mayoría de las mujeres. Pero es cierto: colocar el preservativo sobre un pene flácido puede ser inclusive más fácil, y quedará tan bien colocado como si se lo hubiera puesto sobre un pene erecto.

Eso lo aprendí en el ejercicio de la profesión. Como durante mi tiempo como dama de compañía siempre practiqué el sexo seguro, una de las cosas que hacía en primer lugar era colocar el preservativo sobre mis compañeros. Y muchas veces lo hice antes de empezar la relación en sí. Adopté esta práctica porque mis clientes eran hombres de entre 40 y 50 años, de modo que no tenían cultura del uso del preservativo en casa, y era muy posible que perdieran la erección en el momento en que fuera a cubrirlos con el preservativo (ese es, de hecho, uno de los recelos de los hombres).

Hazlo de la siguiente forma: abre la envoltura del preservativo y déjalo a una distancia de fácil alcance. En cuanto juzgues necesario colocarlo, llévatelo a la boca, colocando su parte extrema, la que se ve como un pico levantado, hacia

dentro. Esta parte debe quedar presa en el cielo de tu boca o en la parte de atrás de tus dientes, sujeta con tu lengua. La parte que sigue y que todavía está enrollada sobre el anillo del preservativo debe estar suavemente comprimida entre tus labios.

Luego lleva tu boca hasta su glande, estando el pene flácido o erecto. Cuando el preservativo esté posicionado en el glande, abre suavemente tus labios, desprende la punta del preservativo del cielo de tu boca y chupa el pene, del mismo modo que los personajes de dibujos animados chupan de un plato de pasta.

De este modo el pene quedará totalmente cubierto, y cuando comience la erección llenará todo el espacio del preservativo, ajustándose y quedando en la posición correcta. Es importante que la extremidad del preservativo sea comprimida con la lengua antes de que el resto del anillo sea encajado en el glande, a fin de evitar que entre aire en el preservativo. Eso podría contribuir a romperlo.

En el caso del pene erecto, el procedimiento es el mismo. Lo único es que habrá un poco más de dificultad en encajar el anillo del preservativo enrollado en el glande y en hacer que uno pase sobre el otro, porque la mayoría de los miembros masculinos tienen esa parte más saliente. De modo que en ese momento puedes ayudarte con los dedos para desenrollar el preservativo, introduciendo lentamente la extremidad del pene que ya se encuentra cubierta.

41. Sexo con humor

Es un asunto serio, sí, pero no hace falta que se le quite toda gracia. Permítete hacer bromas en la cama. ¿Has oído hablar de los juegos de amor? Un juego de cartas, por ejemplo, donde quien pierde deberá realizar los deseos sexuales del otro. Se puede encontrar barajas y dados de amor en cualquier *sex shop*. De vez en cuando ten una guerra de almohadas, y después aprovecha para usarlas en posiciones sexuales: te darás cuenta, por ejemplo, de que en determinadas posiciones, la almohada colocada a la altura de la cadera provoca una elevación que garantiza un excelente ángulo de penetración. De este modo, verás que el pene encaja mejor y que consigue rozar tu clítoris, lo que te causará un placer muy intenso.

42. Practica juegos sexuales

Prácticamente no hay damas de compañía serias. La gran mayoría de ellas son muy divertidas, y practican el sexo con buen humor. Los hombres las buscan porque, además de momentos de placer, quieren relajarse y divertirse.

De modo que aplica el consejo en tu cama y, en algunos encuentros, haz algunos juegos.

Cambia de perfume y coloca algunas gotas en cinco puntos diferentes de tu cuerpo, distintos a aquellos donde lo sueles usar. Puedes, por ejemplo, poner un poco en la parte de atrás de tus rodillas y, estando desnuda, pedir a tu compañero que identifique en qué lugares colocaste las gotas, prometiéndole que se le concederá un pedido sexual por cada acierto. Este juego ayuda a que haya mayor intimidad en la pareja, además de permitir conocer mejor el cuerpo del otro. Ten por seguro que difícilmente llegarán a la quinta gota, pues la situación se encenderá antes de que eso suceda.

43. El camino de la luz

Existe otro juego que promueve la exploración del cuerpo propio y del otro. Es un juego simple y muy sensual. Debe ser practicado con las luces apagadas. Prende una linterna pequeña y ve trazando caminos por tu cuerpo, dejando saber a tu compañero dónde deseas que te toque. Indica con la luz los puntos que más disfrutas que sean estimulados. La linterna debe iluminar el sitio mientras tú sientas que es necesario que él permanezca tocándolo, sea con la lengua, las manos o cualquier otra parte del cuerpo. Cuando decidas que es hora de continuar con otro lugar, continúa con el recorrido. Después, entrega la linterna tu compañero, para que él pueda indicarte los lugares en los que siente más placer. Este sensual juego también ayuda a los compañeros que tienen dificultades para expresar sus deseos: las personas tímidas se las arreglan mejor con gestos que con palabras. Sin contar que la oscuridad del ambiente, exceptuada solo por la luz de la linterna, los obligará a concentrarse completamente en el lugar indicado. Te irás dando cuenta de que el placer se vuelve más intenso y que los preliminares se irán prolongando mucho más.

44. Actriz porno

No tengas vergüenza de hacer de actriz de película erótica para tu compañero. Deja tus inhibiciones de lado y mástúrbate para él. Sé osada y no te preocupes porque pueda juzgarte. Seré clara: una cosa que aprendí con mis clientes es que a los hombres les encanta ver mujeres masturbándose. Los había quienes me contrataban solo para verme hacerlo. Pide a tu compañero que haga lo mismo, que se masturbe para ti también. De ese modo él descubrirá cómo te gusta que te toquen y te acaricien, y viceversa. Es un descubrimiento de a dos.

¿Has pensado en grabar un video de ambos teniendo sexo? Pon la grabación al día siguiente y háganlo viéndose a sí mismos. ¡Es muy excitante! Solo

asegúrate de hacerlo con alguien en quien confíes de verdad, ¿ok?

45. Juego del beso

No vale acariciarse con las manos o con cualquier otra parte del cuerpo, aquí la única parte con la que se puede tocar al otro es la boca. Pueden usarse besos con lengua o besos cariñosos, besos intensos o besos rápidos, en diversas partes del cuerpo. Besa sus orejas, recorre su cuello, besa sus tetillas, ve hacia sus axilas y estímúlas con la lengua, baja en dirección a su ingle y pasa todo lo que puedas besando esa área, que a los hombres les excita mucho que les estimules esa región. No beses todavía su pene, sino que ve hacia el perineo y usa tu lengua. Voltéalo de costado y besa sus nalgas; los hombres son sensibles al tacto en las nalgas. Después de las nalgas es hora de bajar a la parte de atrás de sus rodillas. Ese es otro punto estratégico en los hombres que la mayoría de las mujeres desconoce. Has en esa región movimientos circulares con la lengua y desciende luego hasta los pies, besando y chupando sus dedos. Recién entonces dirígete a su pene, besa inicialmente el glande. El juego del beso no termina ahí: habiendo llegado a ese punto, tu compañero estará sumamente excitado y listo para empezar el coito. Dile entonces que para pasar a eso tendrá que hacerte lo mismo que le has hecho, con la misma dedicación. Esto prolongará los preliminares y enseñará a los hombres la reciprocidad necesaria en la relación. Confía en mí: él seguirá estando muy excitado, especialmente porque te verá empezando a excitarte también. Este es un juego gratificante, puesto que los dos reciben caricias. Por otro lado, ayuda mucho a las mujeres a las que les cuesta lubricarse.

46. La cocina en el cuarto

Lleva postres a la cama, como el dulce de leche, por ejemplo. Evita lo común y no uses crema chantilly, sino manjares que se peguen y que tome más tiempo retirar: de ese modo, tu compañero deberá pasar más tiempo en los lugares en que los has vertido. Pon sobre tus pezones y tu clítoris una cantidad razonable de dulce y deja que él haga el trabajo de limpieza. La gracia puede terminar con un baño.

Se pueden usar trozos de fruta o frutas enteras para animar la fiesta. Coloca en tu vagina frutas como fresas o uvas, y pide a tu compañero que las saque con la boca.

Haz lo mismo con él. Si no le gusta practicarte el sexo oral a causa del olor característico que precede a la eyacuación, puede que prefiera el de alguna golosina.

Porque si una cosa es cierta es que hay que hacer de todo para disfrutar el sexo oral.

47. Aprenda a hablar en la cama

No vale ser tímida a la hora de la verdad. Habla: a los hombres les gustan las mujeres que hablan en el momento de las relaciones. No dejes de admirar el pene de tu compañero ni dejes de decir cuán lindo es cuando está duro. Siempre decía estas cosas a mis clientes, y a todos les encantaba.

Los hombres tienen una fijación con sus miembros. Es como si fuera un trofeo que ellos cargan y que necesita ser aplaudido. El hecho de que hables excita a los hombres; en ese momento, tu vocabulario puede descender, no hay ningún problema con ello. Habla de tus fantasías, de cuán excitada estás, de lo que sientes en el momento de la penetración, de la posición que usaran, de pornografía y de lo que salga de tu imaginación. No son cosas que necesariamente vayan a pasar, sino que solo se trata de una manera de animar la relación sexual. Recuérdale algún film pornográfico, de la posibilidad de salir con otra mujer, con otro hombre, cuéntale que te masturbas cuando él no está, di obscenidades, explora tu imaginación y dale rienda suelta.

No tengas remilgos: a los hombres les encantan las mujeres deslenguadas a la hora del encuentro.

48. Consejo para la eyaculación precoz

El hombre que tenga la eyaculación precoz puede controlarla mediante ejercicios diarios que puede practicar solo o que la compañera puede hacer por él. Y créeme, son ejercicios muy agradables de practicar.

El deberá masturbarse, o ella deberá masturbarlo a él, y cuando esté a punto de llegar al orgasmo deberá detenerse, esperar un poco y luego volver a masturbarse, para nuevamente detenerse en cuanto se dé cuenta de que va a llegar otra vez al orgasmo. De este modo, él se irá entrenando en el autocontrol.

Existe otro ejercicio que el hombre puede realizar para aprender a controlar la eyaculación precoz. Se basa en aprender a controlar el músculo pubococcígeo (PC) con ejercicios simples y regulares, a cualquier hora y en cualquier lugar.

Ese ejercicio sí tendrá que realizarse en solitario. Explica a tu compañero cómo debe practicarlo: basta con que contraiga y relaje el músculo pubococcígeo repetidamente. El hombre puede comenzar con una rutina diaria de 20 contracciones, hasta encontrar su propio ritmo. Más tarde deberá aumentarlos progresivamente, hasta poder realizar con tranquilidad 70 contracciones varias veces al día.

La siguiente es la manera más simple de explicar cómo encontrar el músculo PC y aislarlo de todos los demás.

En primer lugar, él deberá colocar suavemente uno de sus dedos detrás de sus testículos. Deberá hacer como si fuera a orinar. Deberá en seguida hacer como si retuviera la orina. El músculo que habrá usado para interrumpir el flujo de la vejiga es el músculo PC.

Al practicarlo, deberá haber sentido que el músculo se ponía rígido. Tal vez también haya notado que su pene y sus testículos « saltaron » un poco en el momento en que contrajo el músculo PC. Es muy importante que los músculos del abdomen y la espalda se mantengan relajados.

Estimular el músculo PC también tiene el efecto de masajear la próstata, previniendo la obstrucción y congestión de la glándula, lo cual a largo plazo reduce el riesgo de sufrir cáncer en dicho órgano. La técnica también hará que aumente la libido.

Voy a dejar algo en claro: no debes concluir que un hombre sufre de eyaculación precoz basándote en lo que ocurriera las primeras veces que él y tú tuvieron relaciones. El nerviosismo y la ansiedad pueden haber contribuido a acelerar las cosas para él. No es nada que la convivencia no resuelva, cuando él esté ya más tranquilo y más a gusto contigo.

Del mismo modo, él tampoco puede decir que tú seas mala en la cama con base en lo que pasó las primeras veces: estas cosas toman un tiempo para la mayoría de las personas, de modo que nada de establecer perfiles sexuales prematuramente.

49. Consejo para facilitar el orgasmo femenino

Primero que nada, relájate. No andes concentrándote o pensando que es preciso llegar al orgasmo en determinado momento de la relación sexual. Llegar al orgasmo es una delicia. Pero nadie precisa torturarse solo porque tenga dificultad para conseguirlo. Aún si llegara a suceder a fuerza de presionarte, ten por seguro que será un orgasmo mediocre. Existen los orgasmos naturales y los forzados. Y el natural es mucho, mucho mejor.

No lo exijas de tu compañero, y también pide a tu compañero que no lo exija de ti. La frase « goza para mí, ahora » suele provocar tensión, por suponer una cobranza. Inhibe más aún la llegada del orgasmo natural, porque ejerce presión psicológica y la mujer se preocupa mucho más en lograrlo que en simplemente disfrutar del momento. Los orgasmos son el resultado de una progresión satisfactoria de excitación. Quien corre para llegar a alguna parte se pierde del placer de recorrer el camino: el objetivo de la relación sexual no es llegar al climax, sino disfrutar de todo el trayecto, que es tan bueno como su final.

Existen mujeres que tienen dificultad para lograr el orgasmo y que, cuando lo

alcanzan, lo hacen de manera forzada, lo que causa que sean rápidos y no tan intensos.

Lo más importante es liberarse mentalmente, dejar de preocuparse por la otra parte y, de vez en cuando, saber ser egoísta a la hora del placer, desenganchándose del otro y entregándose a una misma. Has lo que tengas deseos de hacer y pide usar la posición que más te agrada. Expresa tus deseos y, de vez en cuando, goza para ti y para nadie más. Las mujeres hemos sido educadas para satisfacer a los hombres y por eso muchas veces nos dedicamos a satisfacerlos durante las relaciones sexuales, olvidándonos de nosotras mismas.

Créeme: como dije antes, ser egoísta en determinados momentos puede significar ser «buena en la cama», ya que para un hombre nada hay más fascinante que ver a su compañera entregándose al placer.

¿Ya te concentraste en ti misma? Entonces pasemos a los otros puntos que pueden ayudarte a llegar al orgasmo.

1) Depilarte la zona alrededor del clítoris. Cuanto más expuesta estuviera el área al contacto, mejor. El clítoris es la principal herramienta para el orgasmo. De preferencia, usa cera líquida. Ve con una buena depiladora y pídele que lo haga por ti. No te amilanes: las depiladoras están más que acostumbradas; si fuera posible, pide una depilación completa del clítoris para abajo, lo que incluye la región anal. Cuanto más lisa estuviera la superficie, más sensible quedará a los toques y roces. Yo prefiero la cera caliente a la rasuradora, porque cuando se usa esta última, solo pasan tres días antes de que los pelos vuelvan a crecer y empiecen a incomodar, sin contar que reaparecen más gruesos. Las primeras veces, la depilación puede resultar dolorosa, pero ten por seguro en que el resultado vale la pena, tanto por la apariencia como por el placer.

2) Usa tu lubricación íntima para lubricar tu clítoris. Solo sentirás placer si está lubricado; de lo contrario, la fricción en seco solo te causará irritación en el área. El clítoris debe estar lubricado para ser tocada ¿No produces lubricación suficiente, ni siquiera cuando estás realmente excitada? No importa, es normal. No todas las mujeres producen lubricación suficiente; de hecho, las hay aquellas que no producen ninguna, y otras que solo lo hacen después de mucho tiempo. Hay inclusive quien se lubrica recién después del orgasmo. Para esos casos, usa gel lubricante a base de agua, y si fuera solo para el contacto con el clítoris, puedes usar saliva, sea la tuya o la de tu compañero. Es por eso que muchas mujeres gustan de recibir sexo oral antes de la penetración, pues al lubricar y estimular el clítoris con la saliva, se excitan y preparan a la parte interna de la vagina para que reciba al pene más fácilmente. De modo que todo resulta mucho más agradable.

La vagina es el principal órgano femenino. Su punto más sensible es el clítoris, que está a la entrada, como una ventanilla. De ahí la insistencia de nuestras compañeras en pasar por él primero, antes de entrar

Luis Fernando Verissimo

3) ¿Es la posición la del « papá y la mamá » ? Entonces usa un pequeño artificio que ayudará mucho. Colócate una almohada bajo las caderas para facilitar la exposición del clítoris.

4) Haz saber a tu compañero que solo sentirás placer si él hiciera movimientos que permitan que el clítoris sea tocado. Las penetraciones frenéticas de largo alcance pueden excitar, pero es raro que hagan que las mujeres lleguen al orgasmo.

5) ¿Tienes dificultades para llegar al orgasmo estando en otras posiciones? No te avergüences, mastúrbate mientras estés, por ejemplo, en cuatro. ¿Cuál es el problema? Te sorprenderá darte cuenta de que a tu compañero le gusta verte masturbándote al mismo tiempo que él te penetra.

Las personas tienen una concepción errada de la relación sexual porque a menudo la basan en lo que ven en las películas pornográficas. Vemos mujeres teniendo orgasmos épicos con simples penetraciones en posiciones en las que el clítoris no es tocado, de modo que las personas terminan por pensar que eso es posible.

Es posible, sí, pero como ya dije, son pocas las personas que lo consiguen, y cuando sucede es porque el factor excitación llegó a un pico tan alto que desencadenó un orgasmo por el lado psicológico. Eso pasa muy poco.

He atendido a muchas parejas, y siempre me gustó preguntarles cómo eran sus orgasmos y cómo sucedían. Por lo general, estas eran mujeres más liberales que me buscaban y que no tenían vergüenza de hablar del asunto, de modo que puedo decir que la enorme mayoría de ellas tenía la misma receta básica: « estimular mi clítoris es hacerme feliz » .

La posición de penetración que mayor facilidad proporciona a las mujeres para llegar al orgasmo es aquella en que ella está sobre su compañero, pues de este modo son más capaces de controlar libremente sus movimientos y causar fricción entre su clítoris contra el pubis masculino, según les convenga.

6) Vale la pena probar una relación sexual en la que tu compañero también esté depilado. ¿Por qué no? No solo es por una cuestión de estética e higiene, sino por el factor fricción. Mejora mucho, además de que hay que ser modernos. Los hombres con vello púbico excesivo han pasado de moda, hace mucho ya que hemos dejado atrás la época de las cavernas, y si nosotras nos vamos a depilar

en pos de una relación sexual más estimulante, ellos también pueden hacer lo mismo por nosotras. Discútelo con tu compañero. ¿Tiene vergüenza o no sabe cómo hacer? Hazlo por él, cortando tan al ras como puedas con una máquina de afeitar. ¡Nada como un hombre caprichoso! Ahora sí me basaré un poco en los filmes pornográficos. ¿Se acuerda alguien de algún actor lleno de pelos en la zona púbica? ¡Para nada! ¿Cómo vamos, además, a hacer un oral completo de forma profesional (lo explicaré en lo que avanza el libro), que pase por todos los puntos erógenos del pene? Los pelos en la lengua son desagradables. A no ser que a ti te gusten, claro.

7) Fantasea durante las relaciones sexuales, sal del contexto. ¿Te cuesta fantasear con los ojos abiertos? Ciérralos y entonces piensa en situaciones que te resulten excitantes, como tocar a otra mujer, a tu mejor amiga, a tu cuñado, o estar con dos hombres a la vez, o tener relaciones en lugares públicos, o con animales. Imagínate a ti misma en situaciones prohibidas, en una casa de *swing*, etcétera.

En esos momentos todo vale y nada es prohibido, pues es solo tu imaginación. No hay nada de malo en ello, fantasías tenemos todos, y, después del orgasmo, no tienes por qué recriminarte en caso hubieras pensado en algo que consideres condenable. Tener fantasías no quiere decir que las vayas a poner en práctica. Tampoco está mal que sientas que no quieres compartirlas con nadie, ni con tu compañera. Las personas tienen sus particularidades, y no hay mal alguno en querer mantener algunas para sí.

¿Quieres saber una verdad? Todo el mundo, sin excepción, piensa en tonterías a la hora de llegar al orgasmo.

Yo hacía esta gracia a mis clientes, hombres y mujeres: les preguntaba en quién habían pensado a la hora del clímax. Era común que las mujeres dijeran que se imaginaban siendo violadas por varios hombres simultáneamente, e inclusive las había quienes no gustaban del sexo anal, pero se imaginaban en penetraciones dobles. Los hombres, por su parte, generalmente pensaban en lo que ya es sabido: dos mujeres en la cama con ellos.

Pero también he oído cosas diferentes, como encuentros en iglesias, orgías exclusivamente femeninas, sexo con caballos, hombres siendo penetrados por otros hombres negros, objetos extraños siendo introducidos en el cuerpo de las personas, chorros de orina en el rostro... Si todo el mundo piensa en alguna cosa de estas, debe ser normal. Pierde el tiempo quien se recrimina y se siente mal por eso... Todos somos iguales en este punto, desde el padre de familia que se masturba hasta el ama de casa recatada.

50. Consejo para las mujeres que nunca han tenido un orgasmo

No son pocas las mujeres que nunca han tenido un orgasmo. La principal causa son los tabúes (el factor psicológico), y la segunda la falta de exploración del propio cuerpo (el factor físico).

Aquí, un consejo para las que deseen experimentar esta sensación: comiencen por la masturbación.

Eres tú quien tiene que descubrir su propio cuerpo, para luego ayudar a tu compañero a explorarlo aún más.

No tengas vergüenza y mástúrbate, entregándote de cuerpo y alma a ti misma.

No desprecies a la masturbación. Es sexo con alguien que amo.

Woody Allen

Los consejos del tema anterior pueden ayudar: depílate y pasa gel lubricante en la región del clítoris. Prueba tocándote de varias formas hasta descubrir cuál es la que te agrada más. Experimenta haciendo movimientos de fricción leve con una de las manos alrededor del clítoris y acariciando los senos con la otra, en la zona de los pezones. Piensa en situaciones eróticas. Entrégate a tu imaginación, fantasea con escenas. No hay manera de llegar a la excitación sin trabajar e involucrar lo psicológico. Lo que viene antes del orgasmo es la excitación. De modo que tienes que poner esa mente a funcionar y fantasear.

No uses solamente tus dedos, porque también puedes usar otros objetos, tales como vibradores y prótesis penianas. Pero voy adelantando: usar la prótesis haciendo movimientos de entrar y salir en el canal de la vagina no hará que ninguna mujer llegue al orgasmo. Hará falta también masturbarse o usar un vibrador para estimular el clítoris de forma directa.

Otra buena sugerencia es usar la manguerilla de la ducha. Dirige el chorro de agua hacia el clítoris y experimenta con varios ángulos y con diferentes niveles de presión de agua. Cuanto más fuertemente caiga el agua más fácil será.

También puedes usar el chorro fuerte del hidromasaje. Yo misma lo he usado muchas veces. Sucedió que salía con un cliente y que él lo pasaba bien y yo no. Si me encontraba en un cuarto de hotel con hidromasaje, acababa por aprovecharlo.

¿Ha probado alguien con la parte de atrás de la aspiradora? Yo sí. Funciona como un vibrador, pero aviso de antemano: no use las cerdas, pues el efecto será el mismo que el de una lija. Usa la parte de atrás de las cerdas.

Se puede usar también otros objetos, siempre que tengan superficie lisa.

51. A las mujeres nos gusta mucho el sexo

Las mujeres tienen la misma capacidad física de los hombres para sentir deseo. Lo que ocurre es que en nuestra cultura ellos expresan sus deseos con mayor libertad y por lo tanto acaban por sentirse más realizados. Y cuando más sexo tiene uno, más le gusta y más quiere.

« Qué grandes alegrías me ha dado el sexo. ¡Dios mío del cielo! El sexo para mí es el mismo respirar, vivir, comer y andar. El sexo es una maravilla. Mientras esté en el planeta ¡quiero más!» .

Betty Faria

Eso: el sexo envicia. Es verdad, el cuerpo acaba por acostumbrarse a recibir aquella descarga de hormonas de forma periódica y exige su suplemento cuando no lo recibe: entonces se experimenta el deseo, como manera de alertar a la persona que su cuerpo necesita más sexo, más orgasmos y más hormonas.

Cuando yo era dama de compañía y me quedaba sin trabajar algún día, mi cuerpo resentía la falta de actividad y yo andaba nerviosa. Y no era solo yo: una de mis amigas andaba más ansiosa todavía, pues se había acostumbrado a tener tres orgasmos al día. De no poder cumplir con esa media en determinado día, recurría a uno de sus « amigos» .

En nuestra cultura, se ha acostumbrado a los hombres a tener más sexo, por lo que tenemos la impresión de que les gusta más, cuando lo que sucede es solo que lo practican más. Nosotras, las mujeres, podemos disfrutarlo tanto como ellos los disfrutan. ¡Basta con que lo practiquemos más!

Otro factor que hace que muchas mujeres no sientan tanto deseo o, mejor dicho, que presenten una libido baja, es el hecho de no tener afinidad sexual con su compañero.

Ahora esa realidad está cambiando: todavía tenemos muchas mujeres sexualmente activas que pertenecen a la generación anterior, en la que la presencia de la cultura machista era aún más intensa, por lo cual muchas de ellas se casaban con poca o prácticamente ninguna experiencia. ¡Abajo el puritanismo! Es imposible que una mujer descubra lo que realmente descubre en la cama si no ha experimentado con varios hombres.

No hablo de que debamos tener una « revolución de libertinaje», pero sí una libertad sexual. El sexo responsable no le hace mal a nadie. Nadie va a ser más o menos moralmente condenable a razón de la cantidad de compañeros que hubiera tenido. De lo contrario, pobre de mí, que estoy perdida.

El sexo responsable es sexo seguro (con preservativo, siempre: es una falta de educación y de clase no usar preservativo en nuestros días), es sexo con quien respetas y quien te respeta, y es sexo con higiene.

Es necesario que una mujer experimente con otros hombres para que forme sus parámetros. ¡Pobre de las que se casan vírgenes!

«No sé nada de sexo. Siempre fui casada».

Greta Garbo

Rezo por que tengan la suerte y la oportunidad de ser infieles a sus esposos. En realidad, a ellas suele sucederles que comienzan a tener dudas en relación a la calidad del sexo que tienen con sus esposos. Con el pasar del tiempo, comienzan a pensar en cómo sería con otro hombre y en si tomaron la decisión correcta.

¿Y si sus compañeros no fueran buenos? Creo que llegarían a la conclusión de que el sexo no es algo tan bueno al final, lo que acaba por ser un factor que desanima enormemente la vida sexual de una mujer.

Otra cosa sobre la que es preciso hablar tiene como base la situación que viví con incontables clientes: ellos llegaban diciendo que sus esposas eran inútiles en la cama, que no les gustaba el sexo y que nunca estaban motivadas para hacerlo.

Ahora diré lo que pasaba con muchas de ellas: las mujeres vinculamos el sexo con nuestros sentimientos. La gran mayoría de nosotras es incapaz de entregarse sexualmente si las actitudes del amante no se corresponden con lo que ellas esperan en términos de reciprocidad afectiva. Es decir que si una mujer tiene un marido que es grosero en casa, no ayuda con los hijos, sale siempre con sus amigos, y no coopera en las funciones de la casa, es prácticamente imposible que ella sienta deseo por él. Hasta yo me desanimaría.

Y otra situación más: el hombre malo en la cama. He conocido muchos clientes malos en la cama que no tenían idea de que eran pésimos en el arte del sexo y que creían, encima, que lo que hacían lo hacían bien. Muchos hombres creen que el buen sexo es aquel en el que hay mucha penetración: ¡pobres de ellos, y de nosotras!

Pero ¿cómo revertir esta situación? Hablando. No hay otra salida sino la de ser sinceras, decir lo que nos desagrada e intentar cambiar.

Conformarse solo llevará a una mayor insatisfacción. A menudo las personas pasan años evitando tocar asuntos delicados para que la situación no empeore, pero lo peor es simplemente no encarar el problema.

52. Explicación acerca de los matrimonios y las relaciones

El objetivo de la mujer solía ser casarse. Durante mucho tiempo, esta idea fue parte de la cultura de la sociedad. Se creía que para ser feliz una mujer debía encontrar un hombre, casarse y tener hijos.

Las que no conseguían este objetivo eran unas frustradas, y más lo eran todavía las que, sin querer hacerlo, se casaban de todos modos por imposición de las reglas sociales.

Qué bueno que las cosas cambiaron.

Verdades sean dichas, hoy en día hay millares de mujeres que son felices permaneciendo solteras y que han descubierto que no tienen el matrimonio por objetivo de vida, y ni siquiera el encontrar a un hombre que viva con ellas. Muchas se dedican a sus carreras profesionales e inclusive deciden tener hijos, pero sin optar por el matrimonio. La mujer moderna descubrió que no necesita encontrar una mitad que la complete para ser feliz, pues las personas ya nacen completas. La felicidad no se encuentra en otra persona sino dentro de una misma.

Ser soltera no significa necesariamente ser solitaria. Solo quiere decir que no se estableció un compromiso afectivo y social con alguien, lo que no impide que dicha mujer se sienta realizada en su vida amorosa. El matrimonio no es sinónimo de felicidad y la soltería no es lo mismo que la tristeza y la frustración. Existen muchas mujeres «solteras, gracias a Dios» y muchas «infelizmente casadas».

Una mujer puede muy bien ser soltera, tener solo una relación casual con algún hombre y sentirse mejor así. Hay quien quiere separar su vida sexual y mantener aparte las otras áreas de su vida. Y no hay nada de malo en ello.

Ha crecido también el número de mujeres que recurre a profesionales del sexo. ¿Cómo lo sé? Porque conocí muchos chicos de alquiler en el tiempo en que trabajé, y el número de clientes del sexo femenino ha crecido, mientras que la clientela masculina se ha estancado. Quien se dedica a la profesión difícilmente atiende solo a uno de los dos sexos, sino que por lo general atiende a ambos. Así que se puede confiar en mis estadísticas.

Hoy la mujer es más independiente, lo que le ha dado la oportunidad de realizar elecciones como la de contratar la compañía de hombres en lugar de tener un matrimonio fijo. Y sus motivos pueden ser tan válidos como los de los hombres.

«Hoy en día un 80% de las mujeres está en contra del matrimonio, ¿y saben por qué? Porque las mujeres se han dado cuenta de que no vale la pena comprar un chanco completo cuando solo necesitan una longaniza».

Arnaldo Jabor

Generalmente la mujer que contrata a un hombre quiere objetividad, satisfacción sexual «garantizada» y comodidad. Bien, yo creo que aquí vemos a

una consumidora semejante a la que va a comprar un electrodoméstico y va directamente a la sección especializada.

No hay mal alguno en querer sexo sin lazos afectivos. Es bueno que muchas mujeres se vayan dando cuenta de que el amor y el sexo no van necesariamente juntos. Así como en los hombres, existen aquellas que quieren ir directo hacia lo que les interesa, sin tener que frecuentar bares, sin tener que salir a comer, sin precisar involucrarse en los juegos habituales de las relaciones. ¡Quieren practicidad! ¿Están equivocadas? Claro que no. Están haciendo exactamente aquello que consideran ser lo mejor para el momento que están viviendo. La verdad es que cada uno sabe de sí, aunque mucha gente crea piamente tener la receta para la felicidad ajena.

Además, las mujeres, como los hombres, también tienen etapas, y lo que hoy puede resultarles importante mañana tal vez no lo sea. ¿Conoces esos momentos en los que estás resuelta a no involucrarte con absolutamente nadie? ¿En que los hombres te han desanimado tanto que has resuelto no querer nada más con ellos más allá del sexo y alguna diversión ocasional? Pues bien, hoy son muchas las mujeres que han empezado a pensar de esa forma.

« ¿Es bueno en la cama? ¿Te lleva a comer buenos quesos y vinos? ¿Es tu amigo? Entonces quédate con él. Es lo máximo que conseguirás de un hombre » .

Marília Pera

Es una idiota la mujer que cree que necesita estar casada y concentrar toda su felicidad en una relación solo porque ese es el pensamiento social predominante.

Hay otro grupo de mujeres que toma la elección de tener varios compañeros, y que procediendo así se siente bien:

« Voy a decirlo con todas sus letras: soy polígama. Po-lí-ga-ma. ¿No se enamoran los hombres de dos al mismo tiempo? ¿Y yo voy a enamorarme solo de uno? Es más: encima, yo exijo fidelidad » .

Fafá de Belém

Resumiendo, no hay receta fija ni camino alguno que lleve a lo mejor sin ser el camino que tú has escogido por ti misma. Por lo tanto, procura descubrir lo que tú quieres y el estilo de vida que más te gusta.

Una mujer puede muy bien ser feliz estando casada o no.

53. Contra la baja de la libido

Para las mujeres que sufren de tener una libido baja, es un buen consejo comenzar a pensar en sexo, aún si el pensamiento no está acompañado por un deseo real. Funciona como un ciclo que necesita ser alimentado: cuanto más pienses en sexo, más deseos tendrás de practicarlo: Así que mientras, por ejemplo, preparas la comida, piensa en sexo. Fantasear es colocar el sexo en la mente. Mira revistas eróticas, visita una *sex shop* cuando estés de camino al supermercado y, si es posible, pasa el día imaginando posiciones que podrías hacer con quien te guste. La imaginación despierta la libido.

« Mil hombres caerán a su derecha, y diez mil caerán a su izquierda...» .

Salmo 91:7

Antes que nada, las damas de compañía son mujeres como todas las demás. En esencia, nada las diferencia de la mayor parte de las mujeres.

Tal vez tengan un conocimiento específico de algunos asuntos del sexo que las otras mujeres no tienen, además de una variación más frecuente de compañeros.

Pero créeme: la mayoría de damas de compañía, al comenzar a ejercer la profesión, era tan legas como cualquier mujer al comienzo de su vida sexual. Básicamente porque la gran mayoría empieza joven y todavía está descubriendo su propio cuerpo.

Hay un punto importante de enfatizar, que es el conocimiento adquirido por el tiempo de permanencia en la profesión, sea por la propia práctica y la observación de la realidad circundante, sea porque el aprendizaje pasó de una dama a otra. Eso se hace, y mucho. Pero no hay nada que ellas no puedan hacer que tú no puedas hacer. Si ellas pueden, tú también.

El hecho es que las damas de compañía entienden a los hombres porque lidian con ellos y saben sobre las tácticas del sexo porque lo practican mucho en su día a día. Pero quiero dejar en claro algo muy importante: ninguna dama de compañía será tan experta en el asunto como aquella mujer que, estando en una relación de muchos años, consigue preservarla de forma provechosa y mantener con él una buena convivencia.

La variación de compañeros sexuales no tiene tanta importancia en la experiencia como el variar las formas del sexo con el mismo compañero. Se aprende mucho más en la práctica diaria con la misma persona, pues tener buen sexo quiere decir sobre todo ser cómplice, crear vínculos, tener dedicación y afinidad con la otra parte.

Aprovecha las tácticas, los secretos y las técnicas reveladas en este libro para transformarte en la mejor profesional de cama para tu compañero. Créeme cuando te digo que invirtiendo en tu vida sexual, habrá beneficios automáticos de la otra parte: en circunstancias normales, él demostrará también un mayor interés y preocupación en agradarte.

Una mujer que es buena en la cama lleva las riendas de su relación, y obtiene de su hombre casi todo lo que desea.

« Cuando las mujeres se me aproximan, sé que estoy en desventaja. Estoy arrastrándome en la última fila, en sexta marcha, mientras ellas están en la mejor posición» .

Ayrton Senna.

54 ¿Por qué ser una dama de compañía?

En el tiempo en que fui dama de compañía, conviví con muchas de ellas, tanto en los bares como en los anuncios de los periódicos, cuando me anunciaba junto con otra muchacha. Siempre preferí trabajar en equipo, pues así había mayores ganancias y seguridad.

Durante mis inicios en la profesión trabajé en burdeles, de modo que vivía con unas 40 muchachas. Compartíamos los cuartos, y por ende nuestras vidas.

Entre una conversación y otra siempre surgen las historias del pasado y los motivos por los que una fue a parar en la profesión. Son por lo general historias duras y muy conmovedoras. Y basándome en los relatos de muchas de estas chicas que conocí durante mis cinco años de profesión, puedo decir con seguridad que la gran mayoría empieza la profesión por necesidad, no porque quiera.

El 90% de ellas recurre a la profesión del sexo como tabla de salvación para resolver algún problema financiero o porque querían irse de su casa. Otro grupo mucho menor se vuelve dama de compañía por una razón simple: afrentar al padre, a la madre y a la sociedad. Ellas tienen necesidades de agresión y problemas emocionales, y en el fondo creen que la profesión mejorará su baja autoestima, con todos los elogios masculinos que reciben al inicio, por ser ellas en su gran mayoría jóvenes. Yo creo que simplemente necesitan terapia. Y hay un grupo menor todavía, formado por las chicas que gustan de la profesión y lo eligieron como un medio de vida, como cualquier otra persona elegiría la medicina, el derecho o la ingeniería.

Con todo lo que vi durante esos años, puedo afirmar que las chicas que se dedican al servicio por elección se encuentran en un número bastante reducido. Son el grupo más pequeño.

Hay además otro factor: el de la curiosidad. Sí, las personas tienen curiosidad, y algunas tienen también la osadía de satisfacerla, experimentando con la profesión del sexo como quien realiza una fantasía. Existen casos en los que la curiosidad se aúna a la necesidad, o al hecho de tener una muchacha con problemas psicológicos como aquellos de los que hablé, pero difícilmente la curiosidad sola basta para que una ingrese al mundo del sexo. Si ese es el único factor, una irá, ejercerá unas pocas veces, saciará su curiosidad y no regresará más.

Ahora, hay también algo que va más allá de estos cuatro factores y que requiere una explicación más profunda. Si más de las tres cuartas partes de la población mundial vive en la pobreza y casi todos nosotros tenemos problemas psicológicos y traumas, ¿por qué no se hacen profesionales del sexo casi todas las mujeres? Porque existe un factor más: prácticamente todas esas muchachas vienen de un hogar desestructurado. No solo hace falta necesitar dinero y haber vivido traumas en la infancia, sino que también hay un desequilibrio familiar detrás de eso: padre alcohólico, madre adicta, violencia doméstica, abuso sexual, etc.

Y hay que dejar una cosa en claro. Las muchachas pueden entrar al medio por alguno de los motivos citados, pero eso no quiere decir que sus valores no cambien en el proceso. Lo que quiero decir es que se entra por necesidad, pero luego de un tiempo quedarse se convierte en una opción.

Eso es lo que pasó conmigo y con muchas chicas que conocí. Nuestros valores cambiaron, al igual que nuestra relación con los hombres, el dinero y la sociedad.

55. Curiosidades de la vida de una dama de compañía

La mejor mujer del mundo: *la de la vida*.

El hombre más necesario del mundo: *el cliente*.

El hombre más especial: *el que ella ama*.

El hombre inolvidable: *el que pagó por ella más de lo que ella pensó que valía. El ídolo: Onassis (a nadie jamás le gustó pagar tanto por las mujeres)*.

La santa predilecta: *María Magdalena*.

El cuento infantil más excitante: *Peter Pan, aquel chiquillo zafado, lindo y lleno de energía*.

El himno de cualquier zona rosa: *Boate Azul*.

Color de ropa interior: *roja, eternamente*.

Filosofía de vida: *sacar al cliente la mayor cantidad de dinero posible en el menor tiempo y con un mínimo de esfuerzo*.

Regla básica: *dinero en la mano calzón en el suelo*.

El más grande invento del siglo: *el preservativo*.

El segundo más grande invento del siglo: *el gel lubricante*.

El peor invento del siglo: *el Viagra*.

El peor día: *el domingo (no hay clientes)*.

El mejor encuentro: *varias mujeres con un solo hombre (es menos trabajo)*.

Los mejores momentos del sexo con quien ella ama: *el inicio, el medio y el fin*.

Los mejores momentos del sexo con el cliente: *el fin y el inicio, si el pago es por adelantado.*

Los peores momentos del sexo con el cliente: *el inicio, el medio y el pago si es solo a final.*

El sueño de todas las mujeres (sean ellas de la vida o no): *dos hombres, igualitos al que ella ama.*

El sueño de todo hombre: *dos mujeres, sean ellas como fueren (flacas, gordas, y si fueran de la vida y mejor todavía).*

Lo que gusta a toda mujer (sea ella de la vida o no): *el dinero.*

Lo que gusta a todo travesti: *los hombres (el dinero es obsoleto).*

Lo que gusta a todo hombre: *las mujeres y el dinero (para conseguir más mujeres).*

La mejor sensación: *el momento en que el cliente obeso se quita de encima de ella. El mejor pene: el pene pequeño que termina rápido.*

El peor pene: *grande, grueso y duro.*

El peor cliente: *el cliente ebrio (no se va nunca).*

El mejor cliente: *el cliente apresurado (se va de inmediato).*

La posición preferida: *en cuatro (el cliente termina rápido).*

La peor posición: *la del pollo asado (el cliente nunca termina).*

56. Las damas de compañía son sinvergüenzas

Es la verdad más pura. Las damas de compañía no sienten vergüenza de mostrar sus cuerpos, aunque sean más bien imperfectos. Saben que el poder sexual no está en las formas, sino en la seguridad en sí mismas. De modo que se aprovechan de eso.

Además, los hombres adoran que las mujeres caminen desnudas y de forma desinhibida frente a ellos. Hace falta que las mujeres entiendan que el concepto de belleza es distinto para ambos sexos, y no por poco. Ellos no dan importancia a algunas de nuestras imperfecciones, ni reparan mucho en aquello a lo que nosotras prestamos atención.

Si no llamas la atención de tu compañero sobre alguna parte de tu cuerpo que no es tan perfecta, él no va a prestársela por su cuenta.

Las damas de compañía se pasean por la habitación como si estuviesen vestidas. Tampoco tienen vergüenza de estar desnudas frente a una multitud, porque el que muchas personas las vean sin ropa ya es rutina para ellas.

Es esa seguridad lo que seduce a los hombres. Si te fijas, verás que por lo general las damas de compañía se conducen con confianza. Pueden empezar a ejercer la profesión tímidamente, pero no tardan mucho en perder la timidez.

Y puede ser que, en un comienzo, un hombre encuentre graciosas las maneras tímidas de una mujer, pero eso será solo al comienzo.

57. Cómo provocan las damas de compañía en los lugares públicos

En los lugares públicos es preciso ser discreta, así que hay que recurrir a algunos secretos para ayudarse a conquistar un hombre o un cliente.

La vista es un fortísimo aliado a la hora de la seducción. Es lo primero que se usa y se puede transmitir deseo a través de ella. A los hombres les encanta que se los provoque.

La boca de una profesional del sexo siempre recibe atención, por lo cual siempre la enfatizan con pintalabios. Yo tenía costumbre de pintarme los ojos y la boca con colores fuertes.

El paso siguiente sería practicar una sonrisa maliciosa. A los hombres les gustan las sonrisas y no les gustan mucho las mujeres demasiado serias. Hacer gestos con la boca y morderse los labios también es bienvenido. Viene bien tocarse sutilmente la boca con el dedo mientras se mira al hombre a los ojos.

Después de esos pasos, no habrá hombre que dude de que la mujer está interesada en él.

Ahora, hay que enfatizar que estas son tácticas de conquista sexual, no de conquista seria. Quien quiera un compañero a largo plazo deberá enmascarar sus intereses. Lo aquí explicado es juego rápido y solo puede ser usado por una mujer que desee un encuentro sexual.

Si una muchacha utiliza esta estrategia, es posible que solo pasen segundos antes de que el hombre se pase a su mesa, en caso de que no haya algún impedimento.

Si eso no sucede, siempre están las posibilidades de la falta de interés o la timidez. En ese caso y de haber oportunidad, habrá que caminar lenta y sensualmente a alguna parte, siempre y cuando haya que pasar frente a él.

Entonces la muchacha mirará al hombre a los ojos y podrá saber si existe reciprocidad —o no. Algunas aprovechan la oportunidad para dejar una tarjetita, otras, de ser seguidas, dejan en claro de qué se trata.

Pero lo más probable es que el hombre la abordará cuando ella vuelva a su lugar inicial, o se sentará a la mesa de ella, o la invitará a que se siente en la suya.

Y si no pasara nada, la muchacha pasará al siguiente candidato, porque está claro que con ese no resultó.

A la mayoría de las damas de compañía no les importa el que no haya reciprocidad con tal o cual tipo, porque entienden perfectamente que una no puede gustar a todo el mundo. Con ellas, además, la fila avanza bien rápido.

58. Cómo conquistan las damas de compañía en las casas de citas

Es mentira que las chicas más bonitas hagan mejor negocio en las casas de citas. Las mejores profesionales, las que hacen más negocios por noche, son las que tienen más facilidad de palabra. Son las buenas conversadoras y las que tienen un estilo más liberal para trabajar.

Del mismo modo que las mujeres que más hombres conquistan son las más seguras de sí mismas, las que conquistan más clientes son las más seguras de sí mismas.

Por lo general, cuando un cliente llega, lo primero que hace es dirigirse a la barra o a una mesa para ver el movimiento de la casa, sea en cómo se conducen las muchachas o en el baile del *striptease*.

Así, lo que normalmente sucede es que mientras él bebe, una muchacha se le acerca, independientemente de haber encontrado reciprocidad en su mirada o de que él la haya invitado. En seguida, ella pregunta si se puede sentar junto a él. Si él lo permite, ella se aproximará y comenzará a preguntarle su nombre, de dónde es y en qué trabaja. Todo esto susurrado al oído.

El paso siguiente será acariciar al cliente, y lo que pasa después es que él probablemente hará lo mismo con ella.

No pasará mucho antes de que ella pida una bebida. Probablemente elegirá una de las más caras, pues los burdeles pagan una comisión por la bebida que ella hará consumir al cliente. Al contrario de lo que todos piensan, en casi un 90% de los burdeles el precio acordado entre la muchacha y el cliente se lo quedará ella entero, sin tener que pasar una parte a la casa. Estos bares lucran esencialmente con las bebidas, que están mucho más caras que las de un bar normal; con el alquiler de los cuartos para la realización del servicio; con el pago de los clientes por la entrada; y con el pago de salida de la muchacha en caso que el cliente quiera llevársela a pasear.

El cliente, habiendo pagado la bebida cara que ella ha pedido, ya se encuentra propenso a solicitar el servicio. Entonces ella se queda en la mesa, pues probablemente saldrá ganando. Hay que enfatizar este detalle: **PROBABLEMENTE SALDRÁ GANANDO**, mas no siempre ganará; hay clientes que van a los burdeles, se quedan conversando toda la noche con alguna chica, usan su tiempo gratuitamente y no dejan en claro que no requerirán el servicio esa noche. Me ha pasado ¿sabes?

Con el tiempo y la experiencia, la dama de compañía aprenderá a identificar a los clientes promisorios y a los que no procurarán ganancia. Una adquiere una intuición para lidiar con las situaciones inesperadas que pueden presentarse.

Ese es, con algunas variantes, el trabajo de una dama de compañía. Otra táctica para ganarse al cliente en un burdel es el famoso *striptease*.

Como siempre digo, a los hombres les encantan que se les provoque. Al quitarse la ropa en un baile sensual, lo que se hace es provocarlos de manera directa. Una empieza a bailar, por lo general sobre el escenario, se empieza a quitar las prendas poco a poco y baja a las mesas donde están los clientes, procurando acercarse a las de aquellos que no están acompañados de otras muchachas. (Sería una falta de ética trabajar a un cliente que otra ya esté trabajando). Conforme pasa junto a los clientes solos, una los va provocando, sentándose desnuda en sus regazos, diciéndoles obscenidades al oído y contoneándose delante de ellos, pero siempre sin dejarse tocar: la estrategia es provocar sin satisfacer. Si, estando desnuda, una se dejara pasar la mano, entonces se pierde la gracia.

Esa es una de las tácticas para ganarse rápidamente a un cliente, pues en un baile de cinco minutos se puede captar la atención de prácticamente todos los hombres desacompañados del salón, y las oportunidades de trabajar se vuelven mucho mayores.

El funcionamiento de una casa de citas es diferente de lo que se cree. Se suele pensar que las muchachas se la pasan caminando desnudas y que los hombres las escogen y las mandan a llamar. Algunas pueden acabar por adoptar esa rutina, pero en la mayoría de las casas son las damas las que van al ataque. Es por eso que no todo depende de la belleza física, sino de la labia y la experiencia.

¿Qué se viste en una casa de citas? Depende de la casa. Las de clientela más selecta suelen establecer patrones en la ropa de las muchachas, pero las de nivel medio y pequeño dejan libertades en este aspecto. Como ellas son en su mayoría jóvenes adultas, su ropa es moderna. Las minifaldas y las botas forman parte del uniforme, pero también se acepta variaciones, como los *leggings*, los *jeans* a la cadera, los *tops*, TACÓN ALTO SIEMPRE y las prendas que luzcan el cuerpo en general.

Solo se desnuda por completo quien hace el *strip*. Como bien dije, una mujer que pretenda atraer miradas no puede descubrirse del todo, porque pierde la gracia. La curiosidad también excita a los hombres.

59. Las damas de compañía piensan como los hombres

Eso es una verdad: de tanto convivir con hombres, las damas de compañía aprenden a razonar como ellos razonan. Y por eso los conocen por lo que son, bajo una óptica racional; las mujeres tradicionales, en cambio, ven a los hombres bajo una óptica romántica.

Esa es una de las razones por las cuales muchas afirman que luego de entrar a la profesión, no se puede volver a ver a los hombres de la misma manera. El

hecho de conocerlos íntegramente hace que pierdan esa esencia romántica y se den cuenta de que los cuentos de hadas existen solamente en la imaginación femenina.

«Despierta, Cenicienta! No existen los príncipes en caballos que escriben cartas de amor. Ellos vienen en carro y envían emails».

Pasaje de mi libro *El Diario de Marise*

Prácticamente no hay excepción a esta regla. Hoy en día, no usar preservativo supone una falta de respeto al cliente, a la dama de compañía misma y a la profesión. Ha pasado a ser una falta de educación, profesionalismo y buen tono. La chica que no use preservativo es vista por sus propias colegas como una profesional descalificada.

60. Las damas de compañía usan preservativos y gel lubricante

El gel lubricante es un accesorio indispensable, pues ayuda a evitar que el preservativo se rompa. Esto suele suceder por causa de la fricción, pues como usualmente las profesionales no están realmente excitadas, su lubricación natural es mínima, lo que puede hacer que el preservativo se rompa.

¿Y qué hace una dama de compañía si el preservativo se rompiese de todos modos?

Si no usa una inyección anticonceptiva, tomará una píldora del día siguiente, y además se aplicará un ungüento vaginal especial, con la ayuda del bidet, con el fin de evitar las pequeñas infecciones que puedan ocurrir.

Hay que tener en cuenta que dicho producto, que se vende en Brasil bajo el nombre de *Flogo-Rosa*, no evita que una sea infectada por el VIH. Solo se usa para evitar otras posibles infecciones.

Así que hacerse la prueba del VIH cada seis meses se vuelve necesario.

De hecho, existen recomendaciones realizadas por el Ministerio de Salud brasileño, que programa días especiales de realización de exámenes rápidos y dosificación de medicamentos en caso no se tenga información precisa sobre la salud del compañero con el cual el preservativo se rompió.

El detalle es que estos días no siempre se programan los fines de semana y en el periodo nocturno, lo cual impide que la profesional empiece a usar el medicamento a la hora adecuada, es decir, a menos de dos horas del probable contacto con el virus.

Llevar gel lubricante y condón en el bolso es tan común que varios clientes me han dicho que han llegado a desconfiar de alguien con quien salían solo

porque los llevaba. Ellos tienen formado el concepto de que toda mujer que anda llevando gel lubricante y condón es dama de compañía, porque saben que ese hábito es parte de la cultura de las profesionales.

61. Los secretos del *striptease*

Toda dama de compañía, a la hora de realizar un *strip*, hace de cuenta que es perfecta y muy atractiva, independientemente de serlo o no. En el fondo, la seguridad en una misma es un secreto fundamental. Imagínate un *striptease* en que la mujer deje ver que se avergüenza de su propio cuerpo. Sería totalmente inaceptable. Te cuento una cosa: en el *strip* la forma de moverse es mucho más importante que la forma del cuerpo.

Es buen consejo familiarizarse con la música desde mucho antes de emprender el *strip*, pues hace falta que una memorice los cambios y momentos para poder realizar los movimientos al mismo ritmo. Las *strippers* profesionales prefieren la música intensa, como la música electrónica, el pop rock o cualquiera que tenga mucha percusión. En toda casa de citas se encuentra en algún momento a alguna muchacha desvistiendo al son de Madonna. Aunque la música suave o romántica también es apreciada, la música intensa suele tener mayor impacto.

El *striptease* resulta bonito cuando se realiza sobre tacones altos. Pueden ser plataformas o taco aguja, pero mientras más alto, más sensual resultará el *strip*.

La vista es un punto clave: al encarar de ese modo al hombre, la mujer dominará la situación, pues él se sentirá totalmente frágil delante de una mujer tan osada. En el juego del *strip* la mujer domina el proceso de seducción. Ella decide en qué momento se va a quitar la ropa, si él podrá acercarse o si ella le dejará pasar las manos por su cuerpo.

Los movimientos son siempre sinuosos, y siempre que la muchacha mire al hombre será directamente a los ojos. Una se quita la ropa mirándolo a él y no a la prenda que está cogiendo. Quitarse la falda o el calzón es siempre lo más difícil, pues debe hacerse sin que los ojos de la *stripper* se aparten de los del hombre. Para que la prenda no se enganche entre los tacones, hace falta mantener los pies juntos a la hora de sacársela, mientras ella probablemente estará ya en el suelo.

Otro recurso útil es usar calzones con lacitos a los costados, más fáciles de ser quitados. Se puede inclusive hacer algo gracioso con el calzón, desatando los dos lados y moviéndolo entre las piernas, para adelante y para atrás mientras se camina, manteniéndolo bien estirado y cogiéndolo bien por las puntas. Ese es un movimiento muy sensual.

Otros calzones muy interesantes para el *strip* son los de botones y los que

tienen un ganchito metálico al costado, Las *strippers* profesionales son muy aficionadas a los de ganchito. Siempre tienen que ser minúsculos, eso sí.

Conforme avanza el baile, las piezas van siendo lanzadas a la platea, o hacia alguien en especial. Por lo general, la casa paga por los strips; pero hay casos en que el cliente los pide, de modo que ella lo hace delante de todos, lanzando la ropa que se quita al patrocinador de la *performance* para que todos lo vean.

Un *striptease* profesional se suele dividir en tres partes: una inicial, en la que la muchacha solo bailará y llamará la atención sobre sus curvas, sin mostrar nada. Esa parte suele durar una tercera parte de la canción. Sí, una no le arroja la ropa al hombre de inmediato.

En la segunda parte se realiza el *striptease* en sí. Cuando la ropa comienza a ser retirada, siempre hay que mostrar el modo en que se quita cada prenda. Por ejemplo, para abrir algún cierre o botón siempre hay que voltearse de tal manera que se lo pueda ver, y habrá que hacer que la acción dure lo más posible. ¡Hay que crear suspenso! Y luego de qué salga la prenda, digamos, la blusa, viene bien continuar cubriéndose los senos con las manos, aumentando la curiosidad de los hombres, y de ese modo su excitación. Los calzones son siempre lo último en ser quitado, y lo de arriba siempre lo primero.

En la tercera parte, la muchacha desfilará desnuda frente a su platea, o frente a aquel que la contrató. Aunque hay variaciones entre *performances*, así suele ser el procedimiento.

Las *strippers* no dejan que los clientes coloquen sus manos en las partes más íntimas de su cuerpo. Ver más no poder tocar es algo que excita mucho a los hombres.

Sugerencias musicales:

- Satisfaction*, en la versión de Britney Spears.
- Slave to love*, de Brian Ferry (es la canción de *9 semanas y media*).
- You can leave your hat on*, de Joe Cocker.
- Garota nacional*, de Skank
- Holiday*, de Madonna.
- Like a prayer*, de Madonna.

Sugerencias de vestimenta:

- Conjunto de minifalda, plataformas, top y blusita por encima.
- Uniforme de equipo de fútbol con lencería muy sexy por debajo.
- Disfraz de enfermera.
- Disfraz de colegiala.

—Vestido largo con la espalda descubierta, en caso de usar música lenta.

62. La posición sexual que las damas de compañía usan más fácilmente

La posición sexual en la que se logra que el hombre alcance el orgasmo más rápidamente es poniéndose de a cuatro, con el hombre detrás de la mujer. No solo por el factor psicológico de encontrarse en una situación de dominación en la que el sexo se representa como una relación estrictamente carnal, al quedar los besos y las miradas imposibilitados, sino también porque permite una penetración más profunda. Esta combinación de factores lleva al hombre a terminar más velozmente.

En esta posición, los hombres que tienen problemas con la eficacia de su erección tendrán más facilidad para penetrar a la mujer. Inclusive permite que el hombre penetre a su compañera aún si su erección no es completa.

Recuerdo que, estando en el dormitorio, cuando me daba cuenta de que me encontraba con un cliente que tenía alguna dificultad para tener el pene bien rígido, yo usaba esa posición para mejorar mi trabajo.

El único problema es cuando el cliente sufre de eyaculación precoz. Si ese es el caso, ni pensar en esta posición. La situación en sí lo excita tanto que todo el proceso se acelera y lo que debería durar cuando menos unos minutos acaba durando menos de uno.

De modo que nunca te pongas en cuatro para un hombre que sufre de eyaculación precoz.

63. Vibradores especiales para los hombres

La prótesis más indicada para los hombres es aquella que cuenta con un vibrador.

Las damas de compañía prefieren los modelos que vibran por dos motivos principales. En primer lugar, si el instrumento no vibrara el movimiento podría cansar los brazos.

En segundo lugar, la vibración causa mayor placer en el hombre, porque sus movimientos son repetitivos sin causar daño, una vez que se puede medir mejor la penetración.

Si a los hombres les gustan los vibradores no es porque tiendan a la homosexualidad, sino porque disfrutan que su próstata sea masajeada. Además, ellos poseen mayor cantidad de terminaciones nerviosas en la región anal, por lo cual es una zona más sensible.

Es por eso que, mientras no todas las mujeres sienten placer en el ano, son muchos los hombres que lo disfrutan.

64. El beso negro

Los hombres sienten mucho placer con el beso negro, y muchas veces se me ha hecho ese pedido en la intimidad de las cuatro paredes. Eso mismo: a ellos les gusta que se les estimule el ano con la lengua.

Un consejo: quien así lo quisiera, puede aprovechar el juego del beso. A la hora de besar las nalgas de tu compañero, pasa delicadamente la lengua por su ano para provocarle sensaciones, y luego bésalo. Verás cómo lo atraviesa una onda de placer. Experimenta contigo misma, pidiendo a tu compañero que haga lo mismo.

Imagina un reloj superpuesto al ano de tu compañero, en el que la marca de las doce coincida con el perineo: los puntos más sensibles son las marcas de las 10 y las 2, es decir, los puntos más próximos al perineo.

Solo asegúrate de cuidar la higiene: un buen baño los dejará a los dos más dispuestos a acariciarse de una manera más íntima.

65. Los gritos a la hora del orgasmo

Las damas de compañía fingen mucho, y la práctica permite que perfeccionen su simulación. Sus gritos acaban por parecer reales. Conviene recordar que en el caso de la profesional del sexo, la propia satisfacción sexual no es el interés principal, sino que lo es la del cliente. Lo que a ella le interesa es la ganancia por su trabajo.

Si se va a fingir, es buen consejo no hacerlo en silencio: los gemidos deben crecer y llegar a las exclamaciones y los gritos.

Las mujeres que gritan en la cama al tener un orgasmo excitan más a los hombres.

66. Sexo oral profesional

Presta mucha atención a lo que te voy a decir: a los hombres les gustan los orales bien hechos. A continuación voy a dar todos los consejos necesarios para ello, así que presta mucha atención. No olvides esto, que es muy importante: busca ir a fondo en el oral, deja que tu boca sea penetrada profundamente, y si te sientes audaz, deja que termine dentro de tu boca, pero no escupas. Tienes que tragártelo. Si vas a escupir, es mejor no dejarle que termine en tu boca, porque se pierde todo el encanto.

No hay hombre al que no le guste recibir sexo oral. La lengua y la boca tienen la temperatura y la humedad ideales para realizar las caricias más

excitantes. Por increíble que parezca, el sexo anal no es el campeón del ránking de las preferencias sexuales masculinas. ¡Nada de eso! El vencedor es el oral. De modo que esta es la práctica que más aprovechan las damas de compañía.

El primer gran consejo es mantener la boca y la lengua bien humedecidas. Ya que el glande es una región muy sensible, es preciso evitar la fricción en seco, y la saliva ayuda a hacer las sensaciones más excitantes, pues facilita el deslizamiento.

Se comienza por hablar, diciendo cuánto disfrutas practicar el sexo oral a tu compañero. Aunque al comienzo no esté excitado, terminará por estarlo en cuanto te oiga. Cuando era dama de compañía, algunos de mis clientes llegaban con ganas de usar el servicio, pero sin una erección, de modo que recurría a esta estrategia para acelerar su proceso de excitación.

Mientras hablas, aprovecha para masajear y acariciar sus testículos, uno a la vez. Le va a encantar, créeme.

Después de hablar, toma su pene con seguridad: no delicadamente, como quien tiene miedo, sino con firmeza y dominio.

Lo que estoy contando aquí son los secretos profesionales para un oral exitoso.

¿Estás segura de haber hablado como debías? Entonces llegó la hora de poner el oral en práctica. Empieza por el glande, envolviéndolo por completo con la boca muy húmeda. En ese momento la lengua quedará flácida, mientras se realizan movimientos hacia arriba y abajo, ya sacando el pene por completo de la boca, ya subiendo y bajando sin parar. Lleva el pene hasta lo más profundo de tu garganta. Aunque al comienzo sea incómodo, con la práctica las damas de compañía pierden la sensación de reflujo causada cuando el pene toca la epiglotis.

En caso de que el cliente sufra de alguna imposibilidad de erección, sea psicológica o fisiológica, existe un secreto muy útil. Mientras se realiza el oral, una de las manos se planta en la base y estrangula el cuerpo del pene en esa región, entre los testículos y el comienzo del cuerpo peniano. De este se disminuirá el regreso de la sangre y el pene quedará más erecto. Se hace con la mano lo que haría el anillo peniano en la misma región.

La región de mayor sensibilidad es el glande, pero en ella se puede encontrar una microregión más sensible todavía: el freno del prepucio. Este debe recibir atención especial. (Viene bien revisar un libro de anatomía para dar con su ubicación exacta, o, en todo caso, buscar imágenes de anatomía peniana en la Internet).

Es allí donde se tiene que concentrar la atención. Hay dos maneras de estimular el freno del prepucio oralmente. Una de ellas es esta: con la lengua humedecida y rígida, y sin colocar el glande en la boca, frota el freno solo con la punta de la lengua. Recórrelo así longitudinal y transversalmente.

En la segunda manera, se envuelve el glande con toda la boca; también se acaricia el freno del prepucio, solo que con la lengua flácida. A pesar de que la parte más erógena del pene es el ápice, se explora todo el cuerpo peniano, y se pasa la lengua por el reverso de él, con pausas para lamer también la zona de la ingle. Las profesionales del sexo se concentran en los movimientos repetitivos, comenzando el oral lentamente y después acelerando los movimientos.

Para aumentar la fuerza del orgasmo, se hace que el momento dure el mayor tiempo posible, cambiando de ritmo en cuanto el hombre estuviera a punto de eyacular. De este modo, las damas controlan el momento en que quieren que su cliente termine. Los cambios frecuentes en el movimiento retardan la eyaculación, así como los repetitivos y vigorosos aceleran el proceso.

Para prolongar más su placer y su excitación, también hay una pausa momentos antes de terminar. Después de ella, todo se retoma nuevamente, solo que de manera muy lenta.

Los hombres son unos verdaderos narcisistas en lo relacionado a sus penes y su semen. Les encanta ver expresiones de deseo en el rostro de quien los estimula oralmente.

Para causar mayores efectos en el hombre, se puede tener pastillas de *Halls* negro en la boca durante la práctica del oral, como si fuesen pedacitos de hielo; ambos (el *Halls* y el hielo) causan sensaciones térmicas inusuales que excitan a los hombres.

67. Sexo anal

A muchos hombres les fascina el sexo anal, pero se engaña quien cree que todos prefieren el Lado B. Para muchos hombres esta es una práctica completamente prescindible, que sirve como complemento de una relación pero jamás como su fundamento. Esto a pesar de que a menudo oímos decir erróneamente que un hombre nunca rechazará un anal. A muchos les da lo mismo, realmente. Lo sé porque conmigo se sentían en total libertad para hablar de sexo y pedir lo que quisieran; en esa situación, muchas veces los oí decir que el sexo anal no era realmente importante en una relación, sea con una profesional o con su pareja.

Los fascinados por la práctica conforman alrededor del 50%. Ellos dicen que les gusta porque es algo prohibido, porque pocas mujeres lo hacen y porque la musculatura del ano es más apretada que la de la vagina. Es decir que son motivos fisiológicos y psicológicos los que inclinan a ciertos hombres hacia el sexo anal, sin que este sea el deseo de todos.

Ahora contaré un buen secreto que aplican las damas de compañía al practicar el sexo anal. Como para ellas no siempre existe el deseo sexual de realizar la práctica que se les propone, se vuelve preciso dar con la manera de que esta no resulte tan incómoda.

Las chicas que en un principio no estuvieran tan excitadas en esa posición se adhieren a esta estrategia de trabajo, de tal manera que muchas inclusive alcanzan el orgasmo de forma espontánea.

Mis clientes me contaban que a sus esposas el sexo anal no les gustaba por dos razones: el dolor y la dificultad con que se llegaba al orgasmo. Los consejos que siguen prácticamente acabarán con esos problemas.

1) Se adopta una posición en la que el pene vaya a entrar al cuerpo en un ángulo de 90 grados. Puede ser en cuatro o de costado, según la dama de compañía se sienta mejor. Hay que recalcar que el ángulo de 90 grados es adecuado para el inicio de la penetración, pero después de eso hay que ajustarlo según el cuerpo de cada una, de modo que también se recomienda realizar ajustes hacia arriba y hacia abajo, siempre y cuando resulten cómodos. Siempre será quien recibe quien determinará el ángulo, de modo que la persona deberá probar con diferentes movimientos para saber con cuáles se adapta mejor.

Si una prefiriera estar echada de costado con las rodillas flexionadas, resultará evidente que así es más difícil que entre todo el cuerpo peniano. Esto es algo recomendable cuando el cliente tiene un pene de tamaño considerable, aunque de todas maneras la comodidad seguirá dependiendo de la anatomía de cada quién.

De hecho, yo recomendaría esta posición a las mujeres que recién comienzan con una relación anal.

2) Hay que poner mucho gel lubricante en la región anal, y también en el clítoris.

3) Y ahora, la información más importante: al mismo tiempo que se introduce el pene, se pasará a estimular el clítoris, masturbándolo con los dedos cubiertos de gel para que la fricción disminuya y el placer aumente. De este modo la dama de compañía se relajará y no contraerá los músculos del ano, lo que acabaría por causarle dolor.

Mientras más se estimula la dama de compañía, más se excita, y por ende se relaja más. De este modo también llegará fácilmente al orgasmo. Otra cosa que sucede es que el propio cliente la masturba, sea pasando la mano por el trasero y tocando su clítoris mientras están en cuatro, sea tocándola con mayor facilidad mientras se encuentran en la posición del pollo asado.

Hay que dejar en claro que la mayoría de las mujeres que llegan al orgasmo durante una relación anal (ya sean estas damas de compañía o no) lo logran porque su clítoris está siendo estimulado mientras avanza la penetración anal. Si eso no sucede, es muy difícil que una mujer llegue al orgasmo. Cuando algo así pasa es porque la mujer entró en un estado de excitación psicológica intensa parecida al estado tántrico, de modo que es capaz de disparar el proceso orgásmico. Las mujeres tienen más facilidad para los orgasmos clitorianos que

para los vaginales o los anales.

Pero casi todas están de acuerdo en una cosa: los orgasmos anales suelen ser más intensos.

Se puede usar gels lubricantes con anestésicos para suavizar el dolor, los cuales se pueden encontrar en las sex shops. Pero hay que tener cuidado de solo aplicarlos sobre la región anal y no sobre el clítoris, pues de otro modo una se adormece y no siente más nada.

Un buen consejo para quien quiera darse besos en la boca mientras se tiene sexo anal es hacerlo con la mujer echada de bruces con una almohada bajo el trasero. El hombre la penetra y se echa por encima y así podrá besarla en la boca. Esta posición también resulta cómoda para la mujer en comparación a estar en cuatro.

Hay formas de evitar determinadas situaciones desagradables, como por ejemplo el que el pene y el preservativo salgan sucios después de la relación. Para que esto no ocurra, bastará que se use una duchilla higiénica antes de la relación. El procedimiento es el mismo que el de un lavado intestinal: un líquido se introduce en el recto a través de la duchilla, que el cuerpo habrá de expulsar luego de ser retirada la ducha. Al salir, el líquido se llevará todos los restos que puedan estar en el lugar, dejando así limpia la región. Un detalle: nunca uses el bidet para realizar la limpieza de tu recto. Quien tuviera una ducha higiénica junto al retrete en casa siempre puede usarla con el mismo objetivo. Basta que se la coloque en el ano y se la encienda: nuevamente, el procedimiento y el resultado serán similares a los de un lavado intestinal.

¿Has notado que en las películas pornográficas los actores siempre están limpios luego de tener sexo anal? Ellos utilizan el mismo método. Para hacer más eficaz la higienización, usa agua tibia de la ducha para llenar la duchilla higiénica, que tiene la forma de un globo que crece de un tubo que se introducirá en el recto. La duchilla puede encontrarse en las farmacias a bajo precio.

Vaciarse el recto también ayuda mucho a disminuir el dolor.

Y eso es lo que hacen las damas de compañía para evitar esa clase de situaciones desagradables.

68. Disminuyendo y aumentando la erección

Por lo general, a los hombres les gusta la cerveza, y disfrutan beberla en los momentos de relajamiento y diversión. Resulta un inconveniente si la beben media hora antes del sexo. Para la mayoría de los hombres, la cerveza tiene efectos contrarios a la erección, y muchos no se dan cuenta de ello. Sucede que la cerveza disminuye los reflejos del sistema nervioso central, lo que culmina en

la disminución de la erección.

Lo mismo sucede con el uso de la cocaína. Los hombres que usan esa droga son prácticamente incapaces de tener una erección. Por increíble que parezca, de hecho, la cocaína aumenta la excitación, pero sin provocar la erección.

Muchos cocainómanos me contrataban cuando era dama de compañía. Como estaban excitados sin poder conseguir una erección, lo que pasaba era que yo los tenía que penetrar con un vibrador para que llegaran al orgasmo. ¿Sabías que el 90% de los usuarios de cocaína hace eso? Por desgracia eso lo saben solo las damas de compañía, pues con ellas no tienen vergüenza de pedir lo que quieren.

El whisky hace exactamente lo contrario que la cerveza. Es un vasoconstrictor, lo que quiere decir que disminuye el diámetro del vaso sanguíneo, aumentando la presión y la concentración sanguínea en el lugar, lo que hace que la erección sea más eficiente. También se puede retardar la eyaculación con este proceso. Aunque suene increíble, solo basta un vaso de whisky para hacer una notoria diferencia. La diferencia entre él y la cerveza se debe a que el primero es una bebida destilada, lo que aumenta la presión sanguínea, mientras que la segunda es una bebida fermentada. Otras bebidas, como el coñac o el vodka tienen el mismo efecto que el whisky.

Lo que no se debe hacer es usar las bebidas alcohólicas como un tratamiento para la impotencia y la eyaculación precoz. Para eso existen métodos más adecuados, como los remedios y los tratamientos psicoterapéuticos.

Aquí solo he explicado la relación que existe comúnmente entre la bebida y la erección, de la que muy pocas personas son conscientes, entre ellos los propios hombres.

Luego de más de cinco mil servicios es imposible no ver dicha relación. Muchas veces los clientes me esperaban en el cuarto con una lata de cerveza o un vaso de whisky, y al ver la bebida ya me hacía una idea de lo que probablemente me encontraría y de cuál sería la estrategia que tendría que adoptar para que el trabajo salga bien. A las damas de compañía no les gustan los clientes que beben, y si bebieran algo destilado, peor aún.

69. La posición sexual 69

Las cosas no podrían ser de otra forma con la posición 69.

¡A ellos les encanta! Pero son pocos los que la solicitan a las damas de compañía, pues no sienten seguridad en relación a la higiene de las muchachas y les preocupan los riesgos de contaminación.

Además de que muchos los quieren pero pocos lo piden, tampoco son muchas las mujeres que lo hacen.

¿Pero por qué les gusta tanto esta posición a los hombres? Porque con ella

pueden recibir y dar placer. Ella permite que los dos compañeros se estimulen mutuamente y para el hombre es importante saber que ella está sintiendo placer, porque eso lo excita todavía más.

Consejos para hacerlo como se debe:

No se puede tener pudor.

La posición 69 debe ser vista y abordada como una posición que permite la intimidad dentro de la pareja y que es muy excitante para sus miembros.

En ella la higiene es fundamental. ¿Qué tal un baño juntos? Eso hará que ambos se sientan más a gusto.

¿Quieres llevarlo al delirio? Deja que termine en tu boca. Permítete tener un orgasmo en la suya también. Enloquecerá, créeme. Y si consiguen llegar juntos al orgasmo, el momento será inolvidable.

Hazlo con verdadero deseo, ve a fondo y pon todo su pene en tu boca. No sientas temor debes sentirte a gusto con las partes íntimas de quien realmente te gusta.

A la hora de hacerlo, no olvides todas las partes del cuerpo que también se puede estimular con la boca y la lengua, como la ingle, el abdomen, el perineo, los testículos, el ano y la parte interna de las piernas. Hazle el oral con dedicación, tratando de seguir los pasos de una profesional, pero no dejes de introducir espontaneidad y creatividad en tu relación.

Maneras de hacerlo:

Además de la posición tradicional, en la que ambos compañeros se echan de costado, y aquella en la que uno se coloca sobre el otro con un giro de 180 grados, hay también otras variantes, como aquella en que el 69 se realiza mientras el hombre está de pie. En ese caso, la mujer se coloca de cabeza con las piernas encajadas en los hombros de su compañero. Para aprovechar esta posición él deberá mover la cabeza hacia abajo. Y sí, lo sé, es algo más bien acrobático. Lo que resulta indispensable es que ambos sean de estaturas compatibles, a fin de que haya un encaje perfecto.

Si ambos tuvieran diferencias de medidas y quisieran utilizar la posición horizontal, uno de los dos puede doblarse.

Quien tiene la posición más cómoda es quien está echado debajo, y por ende quien se coloca por encima cuenta con mayor libertad de movimientos. Es una buena sugerencia que ambos compañeros prueben ambas posiciones, para así averiguar quién se adapta mejor a cada una.

El que está debajo queda con las manos libres, de modo que podrá acariciar la columna vertebral de su compañero, su perineo, su ano y la parte interna de sus piernas. En el caso de ser la mujer, ella podrá jugar con su compañero e introducir uno de sus dedos en la región anal. Quien estuviera debajo tendrá algo de dificultad de practicar el beso negro a su compañero, debido a su posición. El otro, mientras tanto, tendrá mucha facilidad para realizarlo. Como

compensación, quien está debajo podrá usar sus manos para acariciar casi todas las partes del cuerpo de su compañero.

Una observación importante:

Aunque ahora se sabe que el sexo oral supone un menor riesgo de contaminación con el VIH, siempre es bueno aumentar la protección. Quien todavía no se encuentra en una relación estable y quiere realizar la posición 69 debe usar un preservativo masculino y, en el caso de la mujer, una cubierta plástica de cocina o esas pequeñas hojas de látex que usan los dentistas, las cuales, colocadas sobre la vulva, crearán una barrera. Otra posibilidad, precisamente la más usada por las damas de compañía, es la que usa el propio preservativo masculino como barrera cuando el cliente va a practicar sexo oral a la muchacha.

El preservativo es cortado por la parte del anillo por uno de sus lados, lo que lo abre y lo deja con forma de cuadrado. Este cuadrado se colocará entonces sobre el lugar a manera de protección.

70. Mejorando la erección en la penetración vaginal o anal por medio del anillo peniano

En el caso de estar realizando un oral a un cliente con problemas de erección, se usa la técnica de obstruir el regreso de la sangre del pene, mediante el « estrangulamiento » de su base con los dedos colocados a manera de anillo. Esto lo posibilita la posición en que la mujer se encuentra en relación al hombre, pero se torna imposible en determinadas posiciones.

Lo que se hace en esos casos es utilizar el anillo peniano. Como su nombre lo dice, él tiene la forma de un anillo, está hecho de silicona y se usa con el objetivo de ayudar a la erección.

Casi no causa ninguna incomodidad en el hombre, y se lo coloca en el reverso del pene, en la región de la base, teniendo la función de retener el regreso por las venas y así aumentar la erección.

Es un objeto simple, barato, de material sintético y muchas veces transparente. Prácticamente no se nota su presencia.

Las damas de compañía acostumbran tener el anillo para mejorar el desempeño de sus clientes y así facilitar el trabajo. Este puede ser usado por varios clientes, para lo cual solo basta lavarlo bien entre un uso y otro.

71. Pompoarismo

Lo usan muchas damas de compañía para lograr una mejor calidad en su trabajo. El refuerzo del músculo pubococcígeo permite que se tenga un dominio

sobre los movimientos de contracción y relajación de la vagina, lo que puede acelerar, retardar o intensificar el proceso de orgasmo del hombre.

Los hombres enloquecen con el pompoarismo, de manera que es buen consejo para una mujer el que lo aprenda.

Y algo más: ¿tienes hijas? ¡Enséñales también!

Mientras más temprano aprendan, mejor será para ellas, pues más habilidades desarrollarán. Prepara a tus hijas para el sexo. Yo preparo a la mía. Recuerda que eres responsable por su formación.

No solo lo debes aprender para complacer a un hombre, sino también por ti misma. Verás que sentirás más placer en la penetración. La verdad sea dicha, el hombre que tiene relaciones sexuales en las que se usa el pompoarismo, jamás las olvida. Para ellos es una penetración vaginal que se siente como una penetración anal. Esto gracias a que la mujer contrae sus músculos pubianos con dominio de movimientos, comprimiendo al pene dentro de sí.

Voy a seguir con tres ejercicios que pueden realizarse para desarrollar el pompoarismo. Este necesita práctica diaria y que la mujer sea persistente. De hecho, los ejercicios se pueden realizar inclusive mientras se realizan otras actividades.

1) La posición inicial: Siéntate sobre una silla y apoya las manos en los muslos de manera que tu espalda quede recta y levemente inclinada hacia adelante. Los pies deben estar levemente separados, cerca de unos 20 centímetros. Ahora, contrae los músculos de tu vagina como si apretases algo. Cuenta hasta 5 y relájate, repite la contracción y ve aumentando el conteo hasta 20. Repite el ejercicio diariamente durante 10 minutos.

2) Estando de pie y con los brazos relajados a lo largo del cuerpo, contrae los músculos del ano y de la vagina y cuenta hasta 5, y luego relájalos. Repite el ejercicio, aumentando gradualmente su intensidad, hasta realizar 10 contracciones.

3) Echada, preferentemente sobre un pequeño colchón, y con los brazos relajados a lo largo del cuerpo, empieza por contraer levemente los músculos del ano y ve aumentando la intensidad de las contracciones, hasta realizar 5 de ellas. Luego has lo mismo con los músculos de tu vagina. Repite la secuencia tres veces.

Esta técnica fue desarrollada por las tailandesas para proporcionar mayor placer a sus amantes, y pasada de madres a hijas a lo largo de las generaciones. No hace falta que seas una experta en el pompoarismo, sino que solo necesitas tonificar tu musculatura para notar un satisfactorio resultado.

Satisfaré tu curiosidad: sí, los hombres también practican el pompoarismo. En su caso la contracción de la musculatura ocurre en el esfínter y el perineo, lo que les ayuda a mejorar su control sobre la erección y la eyaculación.

72. La posición sexual de mayor demora

En Brasil se la llama popularmente « la del pollo asado ». La mujer se echa de cara al hombre con las piernas abiertas y flexionadas y los pies apoyados en la cama o levantados a la altura del pecho del hombre. La posición es semejante a la de un pollo siendo asado, que es de donde sale el nombre.

El hombre se arrodilla frente a la mujer y la penetra. De hecho, la penetración también puede ser anal en esa posición. Esta es la más indicada para aquellos hombres que sufren de eyaculación precoz, o para aquellos que, aún si no se les puede aplicar el término, tienen la eyaculación rápida por no poder controlarla por mucho tiempo.

73. Rutina básica y eficaz

Voy a narrar una rutina básica de corta duración, que es considerada eficaz. Tanto yo como mis amigos usábamos esta rutina para facilitar nuestro trabajo y dejar al cliente satisfecho. Prácticamente no supone desgaste físico y trabaja los tres puntos principales de un encuentro: el visual, el auditivo y el físico.

Quiero dejar en claro que lo que voy a describir debe aprenderse solo para ser puesto en práctica de vez en cuando, como por ejemplo en las ocasiones en que no puedas aplicarte mucho ni cansarte. No se lo debe tomar como receta para la felicidad sexual ni hacer de ello el método a seguir cuando se encuentre en la intimidad de las cuatro paredes. Siguiendo esta rutina darás placer rápido y eficaz, pero probablemente tendrás que sacrificar el tuyo. No está demás recordar otra vez que el sexo solo es satisfactorio si las dos partes sienten placer.

1) Haz que se acueste desnudo en la cama. Pon música y, siguiéndole el ritmo, ve quitándote la ropa de forma sensual. El procedimiento debe durar 4 minutos y durante él trabajarás el campo visual, lo que pondrá en marcha el proceso de excitación de tu compañero, pues a los hombres les gusta ver.

2) Luego de haberte quitado la ropa, gatea sobre la cama y arrástrate sobre su cuerpo, tocando tanto su cuerpo como el tuyo. Cuando pases por el pene, frótate sobre él. Píde a tu compañero que acaricie con las manos: que toque tu trasero, tus senos y todo tu cuerpo. Míralo a los ojos y ponte a decir cosas sucias: dile lo que te gusta hacer, lo que quieres dé él y tus fantasías, imagina situaciones y

cuéntale lo que estás imaginando. Estarás trabajando la parte auditiva, y no tengas la menor duda de que para ese momento él estará ya muy excitado. (Tres minutos son suficientes, pero si quisieras hablar un poco más también está bien).

3) Cuando le hables provocativamente, dirígete a su oreja y dale mordiscos, besando su cuello y bajando en dirección a su pene, con el fin de empezar un oral. (En ese momento, las damas de compañía suelen colocar el preservativo, por lo general con la boca. El cliente no reclama porque está entretenido con la situación y ya bastante excitado; cuando se da cuenta, ya tiene puesto el condón y está recibiendo un oral). Realiza el oral conforme lo describí en el secreto 66. Esta parte del procedimiento puede durar cerca de 5 minutos. Si no quisieras que él termine en tu boca tienes que cuidarte de que lo haga, pues es muy posible que suceda.

4) El siguiente paso es pedirle a tu compañero que se coloque tras de ti mientras tú te colocas en cuatro. Para lograr una penetración más profunda, apoya el rostro en la cama, estira o flexiona tus brazos y retoma las palabras picantes. No pasará mucho tiempo antes de que él termine Aunque depende de cada hombre, se puede afirmar que la gran mayoría lo hará durante los primeros tres minutos de la penetración.

Conclusión: has tenido una relación sexual básica y satisfactoria en 15 minutos, que abarcó los tres principales enfoques en el sexo.

Como la rutina sexual de una dama de compañía suele ser intensa, ella no puede desgastarse mucho con cada cliente. Economizar su propia energía le resulta de gran ayuda en su actividad profesional, por lo cual se recurre a estas tácticas, que evitan el desgaste físico y dejan al cliente relativamente satisfecho.

74. Palabras y frases pornográficas que dicen las damas de compañía y que los hombres adoran oír

Las frases enumeradas en este secreto son las que las profesionales del sexo usan más cuando atienden a sus clientes. El objetivo es excitarlos intensamente, de manera que se logre un buen desempeño. Es una gran verdad que a los hombres les gustan las palabras vulgares a la hora del sexo. Ellos no van a pensar mal de ti si las usas en ese momento.

Un consejo: la cama es el mejor lugar para bajar de nivel.

Si existen lugares apropiados para ese tipo de cosas, la alcoba es el mejor de ellos. No tengas recelo de cambiar de registro: en ese momento no solamente puedes, sino que debes.

Lo que sigue es un festival de groserías:

—Ven, mi amor, quiero todo tu palo rico y duro dentro de mí.

—Entierra toda tu cachiporra dentro de mí, dámela bien al fondo; cógeme el coñito, mi amor, ¿ves cómo me pongo toda mojadita?

—¿Sabes que vivo excitada? A veces me excito tanto que me quedo masturbándome, y si no tengo un palo para comérmelo uso mi dedito o mi vibrador. Cuando estoy en un lugar público y me excito, corro al baño para masturbarme.

—¿Vas a darme toda tu leche amor? Pero dame bastante que me gusta mucho que me echen la leche encima. Cuanto más, mejor.

—¿Sabes que tengo una amiguita muy rica con la que me doy unas fiestecitas? Ella viene a la casa y nos quedamos encueradas la una con la otra, yo la beso en la boquita y ella me la chupa rico.

—Tengo ganas de montarme a muchos hombres juntos, que me hagan una rueda y me coman todos uno por uno y luego tres a la vez.

75. Enloqueciendo en la penetración normal

Las damas de compañía manipulan y aprovechan varios aspectos de la penetración vaginal. A pesar de que tradicionalmente los hombres han dominado siempre la situación en la penetración, ellas saben que también pueden desempeñar ese papel, y muy bien.

Es mentira que la penetración consista solo en el vaivén y que el hombre sea el conductor de su ritmo.

La dama de compañía mueve las caderas y marca el ritmo del coito, ya sea que se encuentre en posición de dominar o de ser dominada.

En el caso de que ella se encuentre abajo, el hombre controlará la profundidad de la penetración, sin que eso impida que ella guíe los movimientos. Estos pueden ser circulares o con el trasero hacia delante, lo que no solo hará que la penetración sea más profunda sino que cause más placer en ella, al aumentar la fricción entre el pubis masculino y el clitoris. Mientras más abiertas y flexionadas se encuentren sus piernas, mayor será su capacidad de movimiento.

Si la dama de compañía se encuentra sobre su cliente, ella tendrá total libertad de movimientos. Razón por la cual usará varios de ellos, siempre teniendo en cuenta que es posible ayudar al cliente a refrenar su eyacuación o a retenerla por más tiempo. Para ello, basta cambiar de ritmo y de movimientos en el instante en que se sienta que el hombre va a llegar al orgasmo. Las rodillas son muy importantes en este momento, pues serán la base sobre la que ella se sostenga; los movimientos que podrán realizarse, sin embargo, se basan en el contoneo del trasero.

Es innegable que a los hombres les encantan las mujeres que realizan

movimientos circulares con el trasero cuando tienen relaciones sexuales. Resultan más sensuales, y aumentan la libido de sus parejas pues estas notan que están interesadas en la relación, entregándose y buscando el propio placer. Es por eso que las damas de compañía siempre se contonean en la cama.

Un dato: algunas mujeres encuentran dificultades al realizar movimientos circulares con el trasero, especialmente si la base que las sostiene estuviera cerca de su cintura (como en las rodillas). Simplemente, no hay problema que no se resuelva con la práctica, y para aprender a hacer algo hay que empezar por hacerlo. A los pocos intentos la flexión mejorará y todo resultará más fácil.

¡Mueve esas caderas, mujer!

No solo por ellos, sino también por ti misma, pues te sentirás más desenvuelta en la cama. No te preocupes porque él piense que te has convertido en una « vagabunda ». Si llegara a pensarlo, lo único que pasará es que se excitará más y te encontrará todavía más irresistible.

Un movimiento que tiene mucho efecto en ellos es el movimiento circular del trasero mientras la penetración no es completa y solo el glande ha sido introducido. De preferencia, él deberá estar echado contigo inclinada sobre él en su dirección y sosteniéndote sobre tus rodillas en la cama. También puedes estar totalmente apoyada sobre tus rodillas y en posición vertical respecto de él, pero eso requerirá algo más de habilidad: los requiebres serán más fáciles si estás inclinada sobre él con las rodillas y los codos sobre la cama.

También puedes hacer que la penetración comience con movimientos circulares, suavemente, yendo cada vez más profundo en un ritmo lento, solo para excitarlo más. Es un buen consejo adoptar una expresión maliciosa, como de quien sabe lo que está haciendo y para qué.

Puede hacerse lo mismo con los movimientos de vaivén, con los que inicialmente habrá una penetración de poca profundidad, en la que solo se introducirá el glande. Comienza por hacerlo de forma muy lenta y luego hazlo con rapidez, todavía sin ir muy al fondo, pues de otro modo el juego terminará ahí. Los hombres tienen mayor facilidad para llegar al orgasmo en las penetraciones con movimientos de vaivén rectos, rápidos y realizados con un ritmo continuo.

Cuando decidas que la penetración sea más a fondo, puedes hacer uso del pompoarismo para masajear el pene de tu compañero. Embiste lentamente e intensifica rápidamente el ritmo, volviendo luego a la penetración lenta.

Las *sex shops* venden un gel vaginal que literalmente calienta la relación. Es una cosa muy interesante que causa sensación internas en la vagina y el pene: calentamientos seguidos de enfriamientos. Pero solo lo deben usar las parejas monógamas que ya no hagan uso del preservativo, pues dicha sustancia es capaz de hacer que se rompa el látex.

76. Romance eterno

Las damas de compañía no llaman a sus clientes con nombres como « papá » , « viejo » o « jefe » , pues desaniman por completo. Se usan más nombres como « guapo » , « tarado » o « loquito » , aún así él no sea ninguna de estas cosas.

Un consejo: evita abandonar los nombres cariñosos que usabas al inicio de tu relación. No hagas que tu compañero se haga a la idea de haberse convertido en un padre, un amigo o un hijo.

Trata a tu compañero como un hombre, como tu amante. Abandona las palabras como « papá » . Ponle apodos que resalten su virilidad. Llámalo « tigre » , « guapo » , « loquito » , etc.

Los hombres necesitan sentirse deseados.

77. Lencería provocativa

A los hombres les gusta la lencería provocativa. ¿Te has dado cuenta de que todas las damas de compañía usan calzones de hilo dental?

Y no importa el cuerpo que tenga. Seamos sinceras: no toda dama de compañía es una 90-60-90, pero independientemente de eso, su lencería siempre es mínima.

Yo me pregunto: si las esposas quieren gustar a sus esposos y a los esposos les gustan los calzones pequeños, ¿por qué se empeñan ellas en usar calzones enormes? Un calzón es una cosa tan fácil de encontrar, y el cuidado de esa prenda es algo tan elemental en una relación... Digo y repito: a veces, un calzón puede salvar una relación de pareja.

De modo que las que quieran agradar a sus compañeros, háganme un favor: váyanse de compras.

No importa el peso ni la edad. Es hora de renovar su ropa íntima, porque esos detalles son importantes. Aparécete en casa llevando lencería provocativa (de preferencia de la *Linea Vanessa de Oliveira*), y si es día laboral, manda a los niños a dormir más temprano y abre una botella de vino.

¿Tienes que trabajar al día siguiente? No seas tan dura contigo misma: un pecado de vez en cuando nunca hizo mal a nadie, y la resaca se cura con el buen recuerdo de la noche anterior.

78. Novedad

La gran mayoría de los hombres que acuden a una dama de compañía buscan la novedad, y siendo así, el 80% de ellos nunca vuelven a contratar a la misma, sino

que la recomiendan a los amigos. Si quisieran quedarse con la misma mujer, se quedarían con la propia. Lo que hacen es probar los atributos de una y luego ir con otra de atributos diferentes.

Un consejo importante: hay que hacer variar el sexo, traer siempre novedades a casa y huir de la rutina. ¡Pon en práctica todas las técnicas de este manual!

79. Si a los hombres les gusta la novedad, ¿qué hace que vuelvan?

Si regresan, es básicamente por una de estas tres razones:

1) Porque la dama de compañía les pareció amable, disfrutaron la conversación, simpatizaron con ella y se sintieron bien tratados. Además, hace mucha diferencia el que ella sea caprichosa con su propio cuerpo, entre otras cosas.

2) Porque de momento no había otra opción. Como dice el dicho: « Más vale malo conocido...» .

3) Porque la dama de compañía, más allá de « estar bien» , es muy buena en lo que hace.

Las chicas que son muy buenas en lo que hacen mueven las caderas, y las que solamente « están bien» abren las piernas en cuanto empieza el servicio.

Un consejo: aprende a realizar movimientos circulares durante la penetración, aun si están en la posición más simple. Ello resultará en más placer para ambas partes.

80. Las damas de compañía lo hacen con la luz encendida

Esto no se debe solo por la costumbre de las damas de compañía de tener relaciones a horas en que el día sigue claro y que no se puede lograr oscuridad completa en el ambiente, sino también porque a los clientes les gusta ver lo que están haciendo, mirar a muchacha a la cara, ver sus expresiones de placer (aunque sean fingidas), observar las formas de su cuerpo (aunque este no sea perfecto) y apreciar la penetración que ellos mismos realizan, la cual es invisible con la luz apagada.

Si se hacen las cosas en la oscuridad es por pedido del cliente. A los hombres que recurren a las profesionales no les interesa el romanticismo, sino que quieren « sexo puro» . Y esa es una situación en la que conviene ser vulgar. Una dama de compañía no es necesariamente vulgar en su cotidianidad, pero en el secreto de

las cuatro paredes ella perderá toda la compostura, toda la clase, simplemente porque a ellos eso les gusta.

No fueron pocos los clientes a los que oí quejarse de que sus esposas o enamoradas eran demasiado críticas consigo mismas; preocupándose por su cuerpo durante el sexo, convirtiéndose en observadoras de sí mismas y eligiendo posiciones en las que el ángulo pudiera favorecerlas.

El problema con eso es que la mujer se desconcentra de la relación sexual y esta se vuelve fría. Según me contaban, muchas no adoptaban nunca la posición dominante (en la que mujer se coloca por encima del hombre), porque sus pechos colgarían o su barriga sobresaldría. A los hombres no les importan mucho los pechos y la barriga perfectos, sino que a la hora de las relaciones la mujer se entregue al placer.

81. Desamparada, desprotegida, sin dinero

Aunque las mujeres no suelen tener esa imagen de las damas de compañía, es así como los hombres las ven normalmente. Independientemente de que esa sea su condición o no, esa es la impresión que buscan causar en los hombres.

Si hay que decir la verdad, lo cierto es que siempre que el cliente pregunta a la dama de compañía cómo se encuentra financieramente, ella nunca está bien, nunca tiene dinero (da igual si está forrada), tiene siempre mil deudas (muchas de las cuales no existen) e invariablemente su madre o algún pariente está sufriendo mucho en un hospital.

Las damas de compañía lloran sus penas. Nunca se ofrecen a pagar la mitad de la cuenta y siempre tienen problemas. Las profesionales del sexo nunca tienen vergüenza de admitir que necesitan ayuda financiera, cosa que no todas las mujeres están dispuestas a hacer en nuestra sociedad. ¿Y sabes por qué hacen eso? Porque descubrieron que a los hombres les gusta gastar dinero en las mujeres.

« El dinero se hizo para las mujeres. ¿De qué serviría si ellas no existiesen? » .

Onassis

82. Cómo las damas de compañía les sacan dinero a los hombres

Es mucho más simple de lo que te imaginas.

La tarifa por el servicio siempre está establecida de antemano, solo que hay posibilidades de ganancias extras. La regla es básica: en primer lugar, las damas de compañía dejan en claro que no están bien económicamente y hablan de los

problemas que tienen realmente o, de no tenerlos, inventan alguno. Los problemas de enfermedad de un familiar, insuficiencia para comprar víveres y el alquiler atrasado son, en ese orden, los que más conmueven a los hombres.

Voy a revelar otro secreto: A LOS HOMBRES LES GUSTA CUIDAR DE LAS MUJERES. Sin embargo, lo que vemos hoy en día es que las mujeres se empeñan en cuidar a los hombres como si fueran sus hijos.

La gran mayoría, o, mejor dicho, la enorme mayoría de ellos adora dar dinero a las mujeres, pues los hace sentirse poderosos, proveedores y fuertes. Es como si la mujer no fuese capaz de cuidarse sola y necesitara del amparo de un hombre.

Inevitablemente, la hora de pedir es después del sexo. Si el sexo fue bueno, pedir es sinónimo de ganar.

En ese momento, la dama de compañía abrazará a su cliente, acercará la boca a su oído y le preguntará: «¿Me puedes ayudar?». Si el problema es realmente grande o si ella es una actriz de primera, llorar le será de gran ayuda. Pero aquí llorar no es tener ataques de histeria, sino llorar de tristeza.

Son pocos los hombres que se niegan, pero ellas saben que tienen que intentarlo, porque ellos no ofrecerán si ellas no se lo piden.

Ningún hombre sale a repartir dinero si no sabe qué muchacha lo necesita. Los hombres no tienen bolas de cristal.

Cuando una no está muy segura acerca de un cliente y de su poder adquisitivo, comienza de a pocos y, después del sexo, en lugar de pedir dinero, pide un regalo.

¡Es muy fácil obtener un regalo de un hombre!

En el fondo, todos los hombres son tontos. Saben que los están tomando por tontos, ¡y les gusta! Y eso es porque la recompensa emocional que sienten es tan grande que el dinero que se sacan del bolsillo no importa.

83. Las damas de compañía son cariñosas

Como lo que les gusta a los hombres es tener sexo y no hacer el amor, prefieren hacerlo de manera puramente carnal, pero cuando termina la relación lo que quieren es una mujer cariñosa. Una que se les cuelgue del cuello, les dé besitos y les acaricie el pecho.

Casi no hay besos, lo que se dice besos, ni durante ni después de la relación. La dama de compañía no besa en la boca, porque un beso así habla de sentimientos, y ella está donde está de cuerpo pero no de corazón. Ellos tampoco dan importancia a ello, pues van para tener sexo y no para hacer el amor.

Aunque sea difícil de creer, ellos no dan mucha importancia a las expresiones como « Te amo », « Te adoro » y « Eres importante para mí ». Las frases que funcionan con ellos son « Te deseo », « Me haces tener orgasmos maravillosos »

y « Disfruto mucho de tu pene » .

No les interesan tanto los cariños durante la relación como después de la misma.

84. A las damas de compañía les gustan los hombres...

Generosos. No importa si no coincide con los cánones de belleza, si no habla correctamente o si se viste con mal gusto. El hombre más lindo para una dama de compañía es aquel que más abre su billetera.

Entre un guapo mezquino y un gordito sin gracia generoso, la dama de compañía se quedará con la segunda opción. Por eso, muchas veces supone un sacrificio tener relaciones sexuales con alguien que no corresponde con sus patrones estéticos.

Al comienzo puede haber reticencias respecto de atender clientes sexualmente poco atractivos, pero con el tiempo los valores de una cambian. Las muchachas se van dando cuenta de que vale más un cliente no muy bello pero que las haga ganar bien que otro elegante pero que pague poco.

Una diferencia entre las damas de compañía y la mayoría de las otras mujeres es que para las primeras el dinero es un afrodisíaco.

Y por increíble que resulte, aunque yo y muchas de mis amigas hayamos dejado de trabajar, seguimos conservando el mismo razonamiento, según el cual el hombre más lindo es el más generoso.

« Que me besen la mano me hace sentir muy bien, pero un diamante y un zafiro durarán para siempre » .

Anita Loos

85. ¿Quién se enamora de ellas?

Es difícil que un hombre soltero se enamore de una, pero es muy fácil hacer que uno casado lo haga. Curiosamente, los casados siempre están más necesitados de afecto que los solteros.

Estar con alguien no necesariamente significa tener todas sus necesidades afectivas satisfechas, y créeme cuando te digo que los hombres son muy carentes y dependen mucho de sus mujeres, pues también necesitan atención.

Normalmente los casados no reciben afecto de sus esposas por motivos diversos, entre ellos el hecho de que la mujer se sienta segura respecto de su marido habiendo ya pasado por el altar. Menudo engaño, porque si ellas no les dan afecto, otras se los dan.

Pero si una mujer va a ser cariñosa, eso debe ser no por miedo de perderlo o de que se lo quite otra, sino porque haciendo eso estará estrechando sus lazos afectivos y haciéndose bien a sí misma. Tiene que ser de corazón, y no por obligación o recelo.

86. Características de los hombres que las damas de compañía atienden

El 90% lo conforman hombres casados, y la gran mayoría tiene entre 40 y 50 años.

No existe una clase social que las contrate más que las otras. Son hombres de diferentes ocupaciones y niveles sociales, aunque tienen más tendencia a contratar profesionales del sexo aquellos que ejercen profesiones que requieren viajes constantes.

Hay variaciones, pero en los horarios se puede percibir una cierta repetición a partir de la cual se puede delinear un perfil. Por ejemplo, los clientes que venían entre las 9 de la mañana y las 6 de la tarde solían ser padres de familia que aprovechaban un intervalo o la oportunidad de salir del trabajo para contratar una dama de compañía. La disculpa que más usaban en el trabajo era que tenían una cita con el médico. De ser así, las salas de espera de los consultorios estarían siempre abarrotadas.

Una disculpa que usan mucho para salir de casa y buscar a una dama de compañía es la de tener un juego de fútbol. Recibí a muchos que llegaban a verme con ropa de deporte.

Los clientes que aparecen a primeras horas de la madrugada generalmente tienen una relación fija, pero fueron echados de casa o salieron por «presión libre y espontánea», enrubándose al motel más cercano para pasar allí la noche. Ellos contratan a la dama de compañía como venganza y como tratamiento sexual y psicológico de momento. Los hombres estresados necesitan tener sexo y relajarse.

Los clientes del final de la madrugada o el inicio de la mañana, por otro lado, son los que salieron de cacería pero no consiguieron a nadie. También pueden ser hombres ebrios o drogados que no consiguen dormir y buscan a una dama de compañía para fastidiarle la vida. Esos son los peores clientes. Ni siquiera pueden tener sexo, por el exceso de alcohol o drogas en el organismo.

Y los que llaman desde hoteles entre las 9 y la medianoche son en su gran mayoría representantes de ventas que acaban de comer y quieren verse pronto con una dama de compañía, para poder levantarse descansados y listos para trabajar al otro día. Es común que llamen diciendo:

—Voy a darme un baño y bajaré a comer. Ven en una hora.

87. Toda dama de compañía sabe que...

Los hombres lloran, se afligen, sufren mucho estando solos, no soportan el dolor, mueren de miedo de que se les engañe, tienen miedo del fracaso, difícilmente se abren con nadie y, muchas veces, por estarlos turbando algún problema, recurren a las damas de compañía para que ellas sean sus confidentes y psicólogas.

88. Accesorios que ellas usan más y que ellos aprueban

Las *sex shops* tienen líneas de productos muy interesantes. Toda dama de compañía trabaja con accesorios, porque ellos abren un abanico de opciones, hacen una diferencia en las relaciones y muchas veces permiten provocar un extremo placer en el cliente sin que haya mayor desgaste físico de su contratada; al final del día, una no puede estar siempre dispuesta a tener relaciones sexuales, y da gusto ser bien pagada en un día de esos. De modo que es una excelente opción el contar con accesorios diferentes. Sin contar que el tener una maleta repleta puede significar que haya más oportunidades de que el cliente regrese y quiera volver a salir con una, pues al igual que con las mujeres, a los hombres también los mata la curiosidad.

Prótesis para penetración anal con vibrador. Para ellos, este es el accesorio número 1, el que no puede faltar en ninguna maleta. Cuando un cliente llama y dice que le gustan los accesorios, ten por seguro que ese es el primordial, básico y esencial. Todo lo demás es imagen. ¡Pero ese nunca puede faltar!

Cinturón con prótesis. Se lo usa para la inversión de papeles, en la que la dama de compañía adoptará la posición dominante.

Bolitas tailandesas. Sí, leíste correctamente: ellos usan, aprueban y gustan de las bolitas tailandesas. Ellas no solo sirven para que las damas de compañía se exciten en el pompoarismo, sino también para ser usadas durante la relación sexual. Las bolitas son introducidas una por una en el hombre, y son jaladas cuando él está a punto de tener un orgasmo, aumentando así su intensidad. Si la pareja estuviera en la posición del papá y la mamá con él encima, ella queda con las manos libres para jalarlas, o si él estuviera en cuatro, dominándola, ella podrá alcanzar la punta de la cuerda que une a las bolitas pasando por entre las piernas de ambos, para poder jalarlas una por una. En las *sex shops* se la encuentra en tamaños pequeño, mediano y grande.

El anillo peniano con vibrador es una excelente opción, pues el anillo rodea la base del pene y encima vibra. Existen modelos con distintas intensidades de vibración, y se los puede encontrar con cable o a control remoto. Lo genial es

que, al mismo tiempo que estimula al hombre, el accesorio puede estimularte a ti también. Es decir, el placer en doble ración. Aunque la dama de compañía no llegue muy animada a trabajar, hay muchas posibilidades de que cambie de idea.

También existen otros accesorios, pero estos cuatro son los más populares, sin sombra de duda. Se puede ver que la preferencia de los hombres no yace en el fetiche propiamente dicho (es posible que el fetiche sea la propia dama de compañía) sino en la estimulación de su región anal.

Un consejo: experimenta y prueba lo que es el otro lado de la moneda, porque puede que te guste. Es un hecho que a él le va a encantar.

89. Las damas de compañía mienten

«Nadie consigue ganar un millón de dólares honestamente».

William Jennings Bryan

Si las damas de compañía dijeran la verdad, seguramente no llegarían clientes a sus puertas. De modo que ellas mienten mucho. Yo misma llegaba a causarme rabia de tanto mentir. Mentía sobre la crisis financiera, sobre mis preferencias sexuales, sobre mis dotes, sobre los dotes de mis dientes, sobre mis deseos, sobre mi nombre, sobre mi edad... Mentía, mentía y mentía, de manera acorde a cada situación y según percibía la necesidad de mi cliente de oír mentiras.

El hecho es que ellos no quieren saber la verdad. En el fondo, solo quieren aprovechar lo que se les ofrece en ese momento. Están pagando por una ilusión y están conscientes de ello. En cierto modo, es una ilusión saludable.

Al inicio de la conversación con su cliente, la dama de compañía siempre dará a entender que ama el sexo, que adora el sexo y que está donde está porque quiere. Dirá que se dedica a la profesión porque le hace falta tener mucho sexo. Esta táctica es generalizada: una puede tener muchos problemas personales graves, pero decir que una no gusta mucho del sexo o que no se encuentra a gusto por tal o cual problema, jamás.

Sencillamente, a los hombres les gustan las mujeres a las que les gusta el sexo.

Sí existen las damas de compañía que se dedican a la profesión por elección, pero son pocas, y de todos modos es imposible sentir deseo por todos los clientes que aparecen, de manera que el repertorio siempre será el mismo: « ¡Estoy loca por tener sexo, querido, estoy que me muero de excitación! ».

Ellas mienten y ellos fingen que les creen. Ese es el juego. Es como un momento mágico, como jugar a una fantasía. Mientras las mujeres idolatran a

los príncipes que vienen en caballos, ellos idolatran a la profesional ardiente, de botas e hilo dental.

Y bien, las fantasías son fantasías.

90. Vibradores especiales para mujeres

A los hombres les gusta ver mujeres usando vibradores, y muchas veces lo que acontece en el cuarto es una relación sexual placentera para ambas partes sin que sea necesaria la penetración.

El vibrador Osaki resulta muy adecuado. Posee dos salidas: una más grande que vibra y que tiene una punta giratoria, para introducir en la vagina; y otra menor para ser usada simultáneamente estimulando el clítoris. Ambas partes vibran, y hacen que la mujer alcance el orgasmo muy fácilmente.

Las prótesis que no vibran difícilmente hacen que la mujer disfrute y consiga terminar. Pueden ayudar a la excitación psicológica, a la manera de un fetiche, pero sin la vibración y la estimulación del clítoris resulta prácticamente imposible conseguir un orgasmo.

91. El orgasmo escandaloso

Entre las damas de compañía no hay orgasmo silencioso o de leves jadeos. No: cuando la dama de compañía llega al orgasmo, sea este fingido o verdadero, lo hace saber fuerte y claro, mediante gritos o palabras. Personalmente, yo siempre preferí los gritos, especialmente desde que me di cuenta de que ellos hacen que los hombres se exciten más.

92. Un secreto básico a la hora del servicio

Hacer un « cable a tierra » en el cliente a la hora del orgasmo.

¿El hombre va a tener un orgasmo? Coloca un dedo en su región anal, ya sea penetrándolo o no.

Es un hecho que regresará, porque en el fondo A TODOS LES GUSTA.

Una variación del cable a tierra puede realizarse cuando el cliente está en cuatro detrás de una. Mientras él la penetra, ella puede intentar penetrarlo. Exige algo de elasticidad por parte de la profesional, pero los resultados son fantásticos. Los hombres experimentan una sensación de placer única al penetrar y ser penetrados.

Se hace del modo siguiente: se pasa una mano por debajo, por entre las piernas de ambos, y se acaricia el perineo del cliente; en seguida, se penetra al hombre con uno de los dedos, o inclusive con más de uno.

En el caso de las damas de compañía, como no se sabe mucho sobre la higiene del cliente, lo que se hace es envolver los dedos con un preservativo para evitar el contacto directo con el interior del cliente.

Otro recurso útil es el uso de un minivibrador. Se puede conseguir uno en un sex shop, y es del tamaño de un dedo medio. La vibración sirve para estimular la región y también para penetrar. Además, puede ser usado tanto en el hombre como en la mujer; para ello, solo hay que asegurarse de colocar un preservativo sobre él.

93. Un secreto acerca de la penetración profesional

Saber penetrar a un hombre es todo un arte. Por lo menos tanto como el que un hombre sepa penetrar a una mujer, lo que quiere decir que no se puede hacer de cualquier forma. Existe una manera adecuada y placentera para hacerla.

El secreto inicial, básico y fundamental es comenzar siempre de manera cariñosa.

Pasemos a los métodos correctos: de preferencia, se usarán prótesis penianas que vibren, por su forma, su material y, por supuesto, la vibración, que mucho ayuda al placer, además del factor psicológico: al cliente lo excita más el saber que está siendo penetrado por un objeto semejante a un pene. A no ser que su fantasía esté relacionada a otros objetos específicos distintos de los convencionales.

Hay que lubricar bien el vibrador con gel a base de agua. También se usará un preservativo sobre el vibrador, a fin de mantener la higiene del material.

Las posiciones en que un hombre puede ser penetrado son muchas. Todo depende de lo que él prefiera, pero durante mi tiempo de trabajo las más comunes eran dos: ellos en cuatro conmigo detrás, lo que les excitaba mucho por encontrarme yo en la situación dominante; y la posición que describiré a continuación, que también les resultaba muy agradable, inclusive más que la primera.

El cliente se echaba sobre su espalda con las piernas abiertas y flexionadas, y yo me arrodillaba entre ellas. Colocábamos una almohada bajo sus caderas, lo que hacía que su pelvis estuviera más elevada que el resto de su cuerpo (en realidad, solía usar dos almohadas). La idea era que su región anal quedara en una posición favorable para la penetración, es decir, alejada de la superficie del colchón.

En seguida lubricaba la región con gel, y usaba el vibrador (ya cubierto con el preservativo) para estimular al cliente con movimientos circulares alrededor de su ano. Por ser rica en terminaciones nerviosas, esa es una región bastante sensible.

En ese momento es importante decir obscenidades y mirar al hombre con

deseo, para aumentar su grado de excitación. Por lo general, lo más adecuado es decir que resulta excitante penetrar a un hombre (de ese modo él se sentirá más a gusto, pues también estará satisfaciendo los deseos de una, por lo menos aparentemente).

El paso siguiente es realizar la penetración propiamente dicha. La dama de compañía introduce lentamente el vibrador en un ángulo de 90 grados en relación al cuerpo del cliente, y al mismo tiempo lo va masturbando con la otra mano. Es importante que también el pene esté lubricado en ese momento, en especial el glande, ya sea con la saliva de una o con el lubricante (aunque este último es el más higiénico y adecuado).

Es necesario un grado de dinamismo y coordinación, pues los movimientos y las acciones son simultáneos y en direcciones diversas. Se debe hablar, mirar, penetrar con movimientos de vaivén en sentido horizontal y masturbar con movimientos de vaivén en sentido vertical. Es un poco complicado las primeras veces, pero la coordinación mejora con la práctica.

Un detalle importante: en cuanto la dama de compañía haya introducido una parte del vibrador, digamos, sus cuatro primeros centímetros, será necesario inclinar el vibrador levemente hacia la región púbica del cliente, con el objetivo de aproximarse a la próstata, pues eso aumentará su placer. Todo con mucha delicadeza, para no causar dolor ni daño.

Habiendo hecho esto, se puede mejorar todavía más el desempeño: mientras una de las manos penetra al cliente y la otra masturba el cuerpo del pene, la boca puede hacer un oral, prestando particular atención al freno del prepucio.

Dicha táctica es muy eficaz y hace que el hombre llegue fácilmente al orgasmo. Es un recurso que aumenta mucho su excitación por estimular los dos puntos en que más placer siente: el freno del prepucio y la próstata.

La destreza adquirida con la práctica permitirá a la dama de compañía agregar algunas variantes. Por ejemplo, se puede penetrar al cliente cogiendo el vibrador con una de las manos y al mismo tiempo realizar una penetración vaginal, colocándose de espaldas hacia el cliente y haciendo movimientos de agacharse y levantarse, lo que exige mucha práctica y fuerza en las piernas. El cliente puede ayudar pegando las caderas y orientándola de acuerdo con el ritmo de la penetración vaginal.

La dama de compañía, además, se vale del recurso del vocabulario para acelerar el proceso de excitación del cliente. Repito: mientras más sucia se vuelva la conversación, más excitado estará él, independientemente de que él sea una persona seria en su cotidianidad, incapaz de decir palabrotas. El hombre en la sociedad es una cosa, y el hombre excitado en la alcoba es otra.

Y también hay que decir que muchos hombres tienen fantasías sexuales con otros hombres, lo que no quiere decir que sean necesariamente homosexuales.

94. Exploración de la imaginación y la fantasía

Mientras la prestación del servicio avanza, la dama de compañía explorará la capacidad de imaginación de su cliente, y sondeará su franqueza en relación a sus fantasías sexuales. Una comienza con frases amenas, y las va intensificando según el cliente va demostrando mayor interés por alguno de los asuntos mencionados. Lo que indica su interés son sus gemidos.

Por lo general los hombres gimen más que las mujeres, porque ellos no tienden a estar sexualmente reprimidos.

Las fantasías sexuales no dejan de ser saludables y liberadoras, y la existencia y poder de estimulación de las actitudes sexuales no convencionales (como el masoquismo, el exhibicionismo o el fetichismo) no es más que una prueba del poder creativo de la mente y de su capacidad de protegernos, ya que a menudo una persona que imagina puede satisfacerse sin necesitar poner su fantasía en práctica. Al fin y al cabo, la práctica a veces implica ciertos riesgos, mientras que en la imaginación todo es posible.

95. Exploración de las tetillas

Al igual que las mujeres con sus pezones, los hombres tienen las tetillas sensibles, y son muchos los que disfrutan ser acariciados en esa región. Explorar las tetillas forma parte habitual del procedimiento de un encuentro sexual contratado.

Lo que sucede es que difícilmente las compañeras de los clientes exploran esa área. Primero porque no se imaginan el efecto que tiene, segundo porque ellos son reacios a hablar de ello directamente, y tercero porque ellas irían a creer que por eso ellos tienden a la homosexualidad.

Simplemente, se trata de una zona erógena del cuerpo de un hombre. Las tetillas deben ser acariciadas con la lengua, con el roce de los dedos y con leves mordiscos. Para aumentar la sensibilidad, el lugar debe estar humedecido, para lo cual hay que usar la propia saliva.

96. La imaginación a la hora del orgasmo

Cientes me han confesado que, a la hora del orgasmo, generalmente no piensan en la escena que están viviendo en el cuarto, sino en algún otro factor que les resulta excitante. En el clímax de la excitación, imaginan alguna situación que podría estar dándose, como por ejemplo el que hubiera otra mujer u otro hombre en el cuarto, o inclusive el que los estuvieran penetrando al mismo tiempo que ellos penetran.

¿Y eso se lo dicen a sus esposas? Nunca, pero ten por seguro que eso es lo que ocurre. Cuando tienen relaciones con ellas ocurre lo mismo: también piensan en situaciones diversas. Nada hay de anormal en eso; también muchas mujeres son así, aunque no sean muy conscientes de ello.

Es natural y sexualmente saludable que las personas tengamos fantasías, y no es regla que queramos ponerlas todas en práctica.

Muchas mujeres, por ejemplo, imaginan a la hora del orgasmo que están siendo violadas por uno o más hombres.

97. Tabla de las opciones sexuales

La siguiente es una tabla que nos permitirá hacer una relación entre los tipos de sexo y la frecuencia con que suelen ser pedidos en el servicio. Es decir que muestra lo que gusta más a los clientes y lo que les gusta menos.

Sus preferencias son fáciles de identificar: recibir orales, tener sexo con dos mujeres, la inversión de papeles, realizar anales y, por supuesto, el sexo tradicional. Aunque hay variaciones, esto es casi regla general. La gran mayoría considerará que una dama de compañía es buena en la cama si realiza anales y orales, tiene relaciones lésbicas y no tiene prejuicios respecto de la penetración masculina. Hay que volver a mencionar que el anal es prescindible para muchos hombres, y que solo entra en esta lista como complemento, sin que sea algo fundamental en el sexo contratado. De hecho, piden ser penetrados más frecuentemente de lo que piden realizar anales. Tanto es así que la mayoría de los hombres que contratan travestis piden ser penetrados en lugar de penetrar.

Las prácticas casi olvidadas son aquellas como el sadomasoquismo, la lluvia dorada y el sexo bizarro, entre otros. No hace falta que una dama de compañía se prepare especialmente para ello. Habrá quien lo pida, pero es una minoría.

Hay otros factores a tener en cuenta aquí. Por ejemplo, el hecho de que los clientes que solicitan prácticas bizarras suelen ser del exterior: Los brasileños tienen menor tendencia a este tipo de fetiches. A veces me parecía que era posible determinar la práctica sexual que el cliente solicitaría a partir de su lugar de origen. Me di cuenta, por ejemplo, de que casi todos los clientes que venían de España tenían interés en la lluvia dorada (la cual consiste en que la dama de compañía orine sobre su cliente). ¿El motivo? Quizás sea que el venir de una cultura sexual más reprimida que la nuestra haga que, al tener la oportunidad de experimentar de todo, se vayan a las posibilidades más extremas.

Recibir orales

90%

Con dos mujeres	90%
Sexo tradicional	90%
Inversión de papeles (la dama penetra al cliente).	60%
Anal (el cliente penetra a la dama).	50%
Masaje que culmina en masturbación	50%
Realizar orales	30%
La posición 69	30%
Cambio de pareja	30%
Sexo salvaje	30%
Sexo con dos hombres y	

una mujer, habiendo contacto entre ellos	25%
Voyeurismo (el cliente solo mira mientras la dama tiene relaciones con alguien más o mientras ella se masturba).	20%
Sexo con dos hombres y una mujer, sin contacto bisexual masculino	20%
Masoquismo (el cliente pide ser maltratado, por lo general mientras se masturba).	10%
Fascinación por los pies	

(no hay penetración, sino que el cliente se queda tocando los pies de la dama y admirándolos, y pide ser pisado).	10%
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----

Sadismo (el cliente pide torturar a la dama, de manera leve, moderada o fuerte).	5%
----------------------------------------------------------------------------------	----

Lluvia dorada (el cliente pide que se orine sobre él).	5%
--------------------------------------------------------	----

Sexo bizarro (coprofilia, en la que cliente pide que se defeque sobre él; zoofilia, en la que el	1%
--------------------------------------------------------------------------------------------------	----

cliente desea tener sexo
con un animal,
generalmente un perro).

Si existe la posibilidad, los clientes querrán, en algún momento del servicio, tener la oportunidad de probar otras cosas, teniendo en cuenta, por supuesto, que un mismo cliente se interesará por más de una variación.

Hay que tener en cuenta un detalle: los hombres piden la inversión de papeles más frecuentemente de lo que piden la práctica del sexo anal en la que ellos penetran. Esto es tan cierto que muchos clientes recurren a los servicios de los profesionales travestís con el fin de ser penetrados por ellos, no con el objetivo de penetrarlos. El hombre que los contrata difícilmente querrá realizar un anal; casi todos quieren recibir una penetración.

Y hay algo más que considerar: los clientes que recurren a los servicios de las profesionales del sexo son exactamente los mismos que contratan profesionales travestís.

98. La española

Existen clientes que recurren a las profesionales del sexo para recibir lo que en Brasil se llama la española, que consiste en colocar el pene entre los senos de la mujer, quien lo presionará con movimientos de vaivén. Pero hay un secretito para hacer que el orgasmo llegue de manera más fácil. Se usa gel o aceite para masajes entre los senos para que el pene corra mejor y haya menos fricción; de lo contrario, el roce en seco acabará por irritar la piel del glande. La dama de compañía cogerá el pene entre sus senos y procurará colocar sus dedos de tal manera que, mientras realiza el movimiento de vaivén, pueda tocar el freno del prepucio, causando más placer en su cliente.

La española es imposible de realizar si se tiene los senos pequeños.

En ese momento también es conveniente usar un vocabulario bastante obsceno y mirar al cliente a los ojos.

99. El masaje tailandés

El masaje tradicional tailandés es distinto al que se ofrece en las casas de citas de

occidente, pero se le llama por el mismo nombre. 2500 años de tradición preceden al verdadero masaje tailandés, que es parte de la medicina tailandesa.

Por estos lares acabó por convertirse en una forma de masaje sensual realizado por las damas de compañía en los famosos saunas y casas de masajes. Aunque tengo que dejar en claro que existen en Brasil casas especializadas en el masaje tailandés, que lo realizan siguiendo los preceptos originales de oriente y que nada tienen que ver con la profesión del sexo.

¿Qué es entonces este masaje sensual que las casas de citas ofrecen bajo el nombre de masaje tailandés?

Es un masaje sensual en el cual se va descubriendo al otro poco a poco a través del tacto. Se le realiza a los clientes, pero cualquier mujer puede hacerlo a su compañero.

Existen secretos y reglas que se pueden seguir, basados en los mismos masajes que se ofrecen en las casas:

1) Cada parte del cuerpo del hombre es importante y debe recibir atención. El cuerpo posee más de 600 puntos sensibles que, de ser estimulados, pueden causar placer.

2) El secreto de este masaje es que se lo realice de forma lenta y continua. No hay apuro en terminar. Las profesionales tailandesas, por ejemplo, pasan horas masajeando a sus clientes. Existen casas de citas en las que el servicio llega a realizarse por cinco horas al mismo cliente; por lo general estas son las casas de más alto vuelo, cuyos clientes no tienen mayor preocupación por el monto final de su cuenta.

3) Hace falta preparar el ambiente previamente, dejándolo lo más acogedor que se pueda y preparándolo para que estimule los cinco sentidos de quien recibirá el masaje. Mientras más despiertos se encuentren los sentidos, más sensible estará todo el cuerpo y mayores serán las posibilidades de placer. Estar en un ambiente agradable relaja las tensiones.

4) Hay que utilizar música calmada, suave, agradable y de un estilo consistente, como si cada tema fuera la continuación del anterior. Se creará así un clima de seducción. Enya es una muy buena sugerencia. En realidad, al preparar la música estamos preparando el oído.

5) Para el sentido del gusto hay que preparar bandejas decoradas con frutas afrodisíacas, como las fresas, las cerezas, las uvas, etc. También deberán tener agua, miel, y si fuera del agrado de la pareja, bebidas suaves como el vino blanco, el champán o el vino espumante. La bandeja forma parte del escenario, de modo que también se deberá prestar atención a las tazas, por ejemplo. La calidad del momento dependerá del cuidado puesto en los pequeños detalles. Hay

que disponer de un balde de hielo para mantener las bebidas a una temperatura agradable: después de todo, pueden pasar horas antes de que el masaje haya terminado.

6) ¿Qué piensas del incienso, las velas aromáticas, el perfume suave repartido por el ambiente y las gotas de esencia? Usándolos, el olfato de quien recibirá el masaje estará siendo preparado y se volverá más agudo.

7) Ahora nos ocuparemos del tacto. Para trabajar el sentido del tacto usaremos pétalos de rosas, de preferencia rojas, porque ese es un color que estimula la sensualidad. Se puede usar otros elementos delicados como herramientas para el masaje, como las plumas para los toques suaves y el aceite para masajes comestible, pues el masaje también se realizará con la lengua y no es nada agradable lamer crema hidratante. Los vibradores también son bien recibidos en los masajes y pueden servir para masajear partes del cuerpo del cliente, como la espalda, las piernas, los brazos, etc.

8) Para trabajar el sentido de la visión hay que usar luz tenue, pero solo suficiente para que el hombre pueda ver las formas del cuerpo de quien le está masajeando. Recuerda que los hombres son 100% visuales. La media luz y las velas repartidas por el ambiente ayudan todavía más a preservar el ambiente de sensualidad; la claridad debe ser la justa, sin perder de vista este objetivo. Se puede repartir pétalos rojos por todo el ambiente a fin de decorarlo, también sobre la cama de masajes, como tapete por donde se camina o en el hidromasaje, en caso se contara con uno.

Siguen las etapas del masaje propiamente dicho:

1) El compañero es desvestido al son de la música. Como va a quedar totalmente desnudo, hay que preocuparse por la temperatura del ambiente, que debe ser tibia. La mujer no deberá desvestirse con él. Es importante tener en cuenta que todos los movimientos necesarios, tanto los del masaje como el simple caminar, bailar o coger objetos deben ser realizados de manera muy lenta. El ambiente debe ser de completa armonía.

2) El debe acostarse lentamente, y con ayuda de la masajista, se colocará en una posición cómoda, con almohadas bajo la cabeza, los brazos y las piernas. Inicialmente, debe acostarse de bruces.

3) La masajista debe expresar placer cada vez que toque al masajeado. Ella no debe tener el cuerpo expuesto, sino que debe llevar una bata ligera para provocar al hombre e instigar su curiosidad. Su piel deberá estar cuidada y bien hidratada, pues debe ser suave al tacto. Todo debe transmitir sensualidad y ligereza. Es una

buena sugerencia usar cremas hidratantes con olor a frutas afrodisíacas, como las fresas, por ejemplo. El perfume también puede caer bien, pero las fragancias fuertes no son las más indicadas, de modo que si se las usa deben ser suaves. Puede usarse un perfume a base de flores, como las rosas, por ejemplo.

El cabello debe llevarse de preferencia suelto, o en un moño que se pueda soltar conforme avance el masaje, en un momento en que él esté mirando. Siempre es sensual mover lentamente el cabello. Si la masajista fuera a soltarse el pelo, esta acción debe realizarse de manera muy lenta. La boca, al igual que los ojos, deberá estar bien maquillada, pues son partes del cuerpo que transmiten mucha sensualidad.

4) Se usarán objetos, pero el accesorio principal debe ser el cuerpo de la masajista. El masaje sensual consiste en que uno de los cuerpos es masajeado por el otro, de modo que la masajista, además de las manos, tendrá que usar su pubis, sus senos, sus antebrazos, su lengua, su cabello, su rostro y su boca, entre otras partes. También se puede acariciar al hombre con plumas, un vibrador y con todo lo que la imaginación de la masajista permita.

Las posibilidades de contacto son infinitas.

Ella debe concentrarse en las sensaciones, y cada milímetro del cuerpo de él debe sentir las. Cada caricia debe repetirse cuando menos tres veces.

5) Los movimientos y caricias deben seguir el ritmo de la música.

6) Erguida sobre sus rodillas entre las piernas de él, la masajista debe frotarse las palmas de las manos para entibiárselas junto con la loción de masaje. Una no debe frotar la loción directamente sobre él, sino que primero hay que tenerla en las manos de a pocos, pues suele estar más fría que la temperatura ambiente.

7) Se usan primero las palmas de las manos, haciendo sentir el calor del cuerpo. Deben ser llevadas lentamente hacia el cuerpo de él y quedarse unos segundos próximas a su piel sin tocarla, apenas lo suficientemente cerca para que sienta el calor y la energía que emanan de las manos de la masajista.

8) El punto de partida son los pies. Cada uno de los dos dedos es masajeado con movimientos circulares y de vaivén, y luego se pasa a la planta del pie, donde se repiten los movimientos. Se debe perder bastante tiempo en los pies, pues en ellos hay múltiples conexiones y reflejos relacionados al resto del cuerpo, y puntos que estimulan y excitan. Nervios importantes conducen reflejos hacia la planta del pie, de modo que al mismo tiempo que se la masajea se está masajeando alguna otra parte del cuerpo, como el corazón, el sistema genital o los riñones.

9) Luego de que los pies fueran lo suficientemente masajeados y acariciados, se sube en dirección a los tobillos, también realizando en ellos movimientos circulares, pero de tal manera que empujen la circulación sanguínea hacia

arriba, en dirección al corazón.

10) Después, de los tobillos se deslizan las palmas de las manos por la parte exterior de las piernas, subiendo en dirección a los muslos. Por esas partes los movimientos se realizan en un solo sentido, siempre en dirección al corazón y nunca en vaivén, pues así mejora la circulación y se ayuda a la erección. Como la parte interior de los muslos es muy sensible a los estímulos sensuales, hay que subir por ella de manera lenta y progresiva.

11) Las manos deben correr suavemente y realizar muchos toques en la parte de atrás de las rodillas, por ser esta una zona erógena, tanto como la ingle, mediante toques en su parte interna, que pueden realizarse también si él está echado de bruces. No hay que olvidar llegar hasta la ingle. Las masajistas de cabello largo pueden deslizarlo sobre su piel en la misma dirección.

12) El paso siguiente es subir en dirección a las nalgas y masajearlas pasándoles las palmas de afuera hacia dentro. En ese momento se puede jugar con los implementos para el masaje, usando una pluma o el vibrador. De usarse el vibrador, se hacen movimientos suaves alrededor del ano, sin penetrarlo.

13) Como el aceite que se está usando es comestible, se lo puede lamer. En el caso de una masajista más osada, se puede lamer también alrededor del ano. También hay que prestar atención al perineo. Los puntos principales donde colocar el aceite son los lados del cuello, la nuca, el pene, el pecho, toda la columna vertebral, los pliegues detrás de las rodillas y los pliegues de los antebrazos.

14) No hay que olvidar que todos los movimientos requieren de mucha repetición, dedicación, suavidad y paciencia. Las áreas más sensibles a los toques suaves son el cuello, los labios, la parte interna de los muslos, la ingle, la parte interna de los brazos, la columna, las nalgas, las tetillas y el glande.

15) También debe aplicarse aceite en la espalda. Se comienza con la lengua y luego se pasa a los demás objetos, siguiendo una secuencia según el aumento de la fricción entre el objeto y el cuerpo. La palma sería el objeto de mayor contacto, y por ende el último en ser usado en el masaje de la espalda. En ese momento se pueden usar otras partes del cuerpo. La masajista utiliza su pubis y sus senos en el masaje, al igual que los lados de sus caderas.

16) El cuello es otra área importante en la que los movimientos también deben ser suaves. Como la nuca es usualmente una zona bastante sensible, hay que dar pequeños soplos cerca de las orejas y estimular este punto erógeno con la lengua.

17) La nuca es acariciada de arriba para abajo, y se puede mordisquear levemente el cabello, jalando suavemente y soltando de inmediato. Estos leves tirones provocarán en el hombre mucho placer.

- 18) Después llega la hora de mirarlo de frente. Se le acaricia el rostro con los labios y se besa su boca sin usar la lengua.
- 19) Se esparce aceite sobre su pecho, masajéandolo con la punta de los dedos.
- 20) Hay que bajar en dirección a la ingle y concentrarse en masajear desde afuera hacia adentro, llegando también a la parte interna de los muslos.
- 21) Se masajea los testículos y los movimientos suben en dirección al cuerpo del pene. Se empieza un oral de forma lenta y con mucho énfasis en el glande (entre las damas de compañía y los clientes se acostumbra usar preservativo), con movimientos de lengua que masajeen el freno del prepucio. De este modo comienza el contacto sexual.
- 22) La masajista se sienta en la zona púbica del masajeado y comienza la penetración.
- 23) Se realizan movimientos leves de caderas y penetración. Solo es ahora que la masajista se desviste. Lo que sigue es una libre expresión sexual.
- 24) Es posible intercalar la interacción sexual con descansos para probar las fresas, por ejemplo.
- 25) También es posible usar la bebida como parte del juego, vertiéndola sobre el pecho de él y lamiéndola enseguida.
- 26) No hay apuro en terminar. El masaje tiene una hora de inicio pero no una de término. Inclusive se puede usar como un previo al sexo tántrico.

Y, finalmente, la revelación de mi último secreto:

100. Cómo ser una mujer bonita

Toda mujer quiere ser bonita. Prácticamente no hay excepciones a esta regla. He recibido muchos emails de lectoras que me piden que escriba sobre cómo cuido de mi cabello, mi piel, mis uñas y mi cintura. En realidad, lo que quieren son secretos para ser más bonitas.

Así que aquí voy a dar todos mis consejos.

Créeme: son infalibles. Jamás te has sentido tan bonita como te sentirás luego de probar este tratamiento. Es de bajo costo y fácil aplicación, y puede ser usado por hombres y mujeres de cualquier edad. El resultado está garantizado.

Adopta una ACTITUD DE VIDA todos los días al despertar. Si no acostumbras a hacerlo en tu día a día puede que demores un poco en obtener resultados, pero tú tranquila: si empiezas por incorporarlo mentalmente, tu cuerpo la asimilará con rapidez. Muchas arrugas son causadas por la amargura de no

haber hecho o dicho nada frente a una injusticia o acerca de un deseo personal que se quedó sin concretar: habiendo abandonado esa amargura, las arrugas se irán sin dejar vestigios. Porque la tristeza pasada se cura con la alegría multiplicada. Aquí la orden es hacer y decir.

Demuestra mucha PERSONALIDAD y has derroche de AUTENTICIDAD. Quedarás linda así. Seas quien seas y pienses como pienses, hazte valer. Créeme: no hay prenda que te quede mejor que tu propia manera de ser. Si alguien critica tu manera de hablar, NO LA CAMBIES. La libertad de expresión es parte de la belleza de la vida. Además, una debe querer agradarse a sí misma y no a los otros.

Ejercita tu mente y ACTUALÍZATE. Vives en el siglo XXI, de modo que no debes dejar de alimentar tu mente con información, ideas y opiniones actuales. Vivir de ideas atrasadas avejenta. La mujer moderna PIENSA Y LLEGA A SUS PROPIAS CONCLUSIONES, y no repite frases hechas ni copia ideas.

LIBERATE del peso de los rencores. Nada de quedarse en el pasado, pues no se puede vivir allá y acá al mismo tiempo. Concéntrate en el día de hoy, piensa en el futuro y abandona ya los dolores del pasado. Los recuerdos densos pesan en la balanza de la vida. Deshazte de ese peso, mantén tu mente *light* y mantente en forma para vivir bien.

Lléname de ALEGRÍA, mas nunca de sonrisas forzadas. La felicidad existe en la satisfacción de los pequeños placeres de todos los días, y de algunos más grandes de vez en cuando. Pon metas en tu vida, porque nadie llega a ninguna parte sin saber antes a dónde quiere ir. Pregúntate en dónde quieres estar de aquí a cinco años. Respóndete y luego pregúntate qué tienes que hacer para llegar allá. ¿Te respondiste? Muy bien: ahora tienes una estrategia, y solo te hace falta seguirla. Pequeñas dosis de alegría llegarán mientras recorras tu camino, y la felicidad mayor llegará en el momento en que llegues al final.

Báñate en FUERZA DE VOLUNTAD y PERSISTENCIA. ¿Las tienes? Probemos, entonces: ¿eres capaz de aplicarte este tratamiento para siempre?

¿Viste? No es difícil ni caro ser irresistible. Yo aseguro un 99% de belleza a las mujeres que actúen así. Si de todas maneras quieres ser 100% bonita, entonces solo te falta besar mucho, usar condón y evitar el sol, entre otras cosas.

Y bien, ahora que he dado mis consejos, solo necesitas aplicarlos. Si ya los sigues, felicitaciones, porque puedes considerarte toda una *pretty woman*.

« Mujer bonita es aquella que es llevada por la voluntad de vivir » .

Tizuka Yamazaki.



VANESSA DE OLIVERA (Porto Alegre, Brasil, 12 de marzo de 1975). Es conocida en Brasil y en el extranjero por sus libros de amor y sexo, además de por sus protestas contra la piratería de libros que realizó desnuda frente al Palacio de Gobierno del Perú y la Avenida Paulista en Brasil.

Trabajó como prostituta durante 5 años, y en 2005 se graduó en Enfermería. En 2013 ingresó al Postgrado en Sexología de la UNISAL en Sao Paulo.

Su autobiografía, publicada en 2006 con el nombre de *O Diário de Marise: A Vida Real de Uma Garota de Programa* se convirtió en un éxito de ventas y tuvo cobertura en los principales medios de comunicación de Brasil como; *Folha de São Paulo*, *Revista Veja*, *Isto É*, *Programa do Jô*, *Mulheres – TV Gazeta*, *Altas Horas*, *Amaury Jr.* y *Pânico*. En 2007 publicó su segundo libro, *Os 100 Segredos de Uma Garota de Programa: Tudo o que você queria saber sobre Sexo, Homens e a Profissão*, siendo un éxito en Brasil y también en el extranjero. En el mismo año se convirtió en consultora de la revista *Playboy*. Sus otros libros son *Seduzir Clientes* publicado en 2008 en coautoría con el publicista Reinaldo Bim Toigo, *Ele Te Traiu? Problema dele! Como Superar a traição ontem mesmo!* (2009), y *Reunião de Bruxas: O Livre Arbítrio é Sagrado* (2011). En 2012 publica su segunda autobiografía, *Psicopatas do Coração*, un libro basado en uno de sus relacionamientos, ocurrido con un psicopata.