



Cómo ser un Hombre Alfa

Los **secretos** para seducir que los
chicos alfa no quieren que sepas

Hombres Peligrosos®

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

1

Cómo ser un Hombre Alfa.

Los secretos para seducir que los chicos alfa no quieren que sepas.

Hombres Peligrosos®

Escrito por el equipo de **Hombres Peligrosos** dirigido por Humberto Montesinos M.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

2



Aviso Legal

Copyright © 2019 por **Hombres Peligrosos ®**

Todos los derechos reservados. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita del editor, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo público.

Los nombres, personajes e incidentes retratados en el libro son experiencias propias del autor y su equipo.

Cualquier parecido con otras personas, eventos o localidades es enteramente una coincidencia.

Hombres Peligrosos® afirma el derecho moral trabajo de ser identificado como el autor de este libro.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

3

“Somos lo que hacemos
día a día. De modo que la
excelencia no es un acto
sino un hábito”

- Aristóteles

“No es suficiente conquistar.

Se debe aprender a
seducir”

- Voltaire

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

4

Contenido

Para empezar: Introducción

Capítulo 1: ¿Qué es lo que una mujer busca en un hombre?

Capítulo 2: Los primeros cambios para ser atractivo **Capítulo 3:** Los secretos para no ser tímido **Capítulo 4:** Las cualidades para seducir chicas

Capítulo 5: Conviértete en un hombre divertido y atrevido **Capítulo 6:**
Lenguaje corporal de un Alfa **Capítulo 7:** Ser un líder alfa

Capítulo 8: Habla con chicas desconocidas **Capítulo 9:** Como seducir por
redes sociales **Capítulo 10:** Es hora de actuar

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

5

Introducción

Hola que tal chicos, este libro ha llevado su tiempo pero gracias a todo el equipo de **Hombres Peligrosos®** por fin lo hemos terminado. Como ven en este libro hablaremos de varios temas acerca de la seducción y como ser mejor al entablar conversaciones con las mujeres. En nuestro anterior libro llamado

“De tímido a seductor” abarcamos muy pocos puntos y a muchos les gusto es por eso que decidimos hacer este libro mucho más completo para poder ayudarte a ti a ser mejor con las chicas.

Hemos recibido una infinidad de mensajes pidiendo ayuda sobre diversos temas y en este libro daremos todos los consejos, trucos y secretos que nosotros como equipo hemos descubierto.

Déjame comentarte que no estás solo en este cambio, yo principalmente era un chico tímido, con temor del que dirán y simplemente quería encajar con “los chicos populares” pero, fue en la escuela secundaria cuando decidí cambiar ya que nunca hable con la chica que me gusto por timidez y siempre me arrepentí porque ella se fue a estudiar lejos. No solo eso además yo también fui víctima de la friendzone así que puedo decirte cómo se siente, en pocas palabras es una porquería; ¿por qué? Porque es feo que tu trates bien a una chica, la ayudes y aconsejes y llegue un chico que apenas conoció y se vuelva su novio ¿no creen? Pero bueno no es toda culpa de las chicas si no también nuestra al no comprenderlas y no comprender lo que realmente buscan. Una vez que paso todo eso decidí cambiar y estudiar acerca del tema, y pues ahora a verdad que me va muy bien a la hora de seducir chicas.

Y eso es lo que quiero para ti que descubras los secretos que me ayudaron a mí a ser un hombre alfa para seducir chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

6

Capítulo 1

¿Qué es lo que una mujer busca en un hombre?

Ahora para empezar hacer un verdadero hombre alfa y seducir a cualquier chica debemos comprender primero que es lo que realmente buscan ellas en un hombre. En la última década muchos dicen que para seducir o conquistar el corazón de una mujer se necesita tener dinero, necesitas ser guapo, necesitas medir 1.80 como mínimo, entre muchas otras cosas. ¿Pero eso es realmente cierto? ¿Tú que piensas?... Bueno si tu respuesta es que importa, muy bien acertaste. ¿Sorprendido? La mayoría de personas, motivadores, y muchos otros libros te dirán que no importa nada de eso que lo importante es la actitud y con eso lograrás todo lo que te propongas a la hora de seducir chicas y podrás seducir a cualquiera, ERROR.

Quiero ser lo más sincero con ustedes y que no se dejen engañar por cualquiera. Hay que destacar que la actitud es un factor muy importante a la hora de seducir, pero no lo es todo. Los que te dicen que la estatura no importa por lo general miden 1.80mts para arriba que van a saber ellos, pero hay muchos casos que he escuchado y visto sobre el problema de la estatura de un chico y es que cuando la chica es más alta por lo general dejan al chico en la zona negra de inmediato, les doy un ejemplo de la vida real: Un chico conoce a chica a través de una app para ligar online y quedan para tener una cita. La cita no fue del todo bien y aunque no sabemos lo que pasó, se intuye. Ahora lo verás.

Él le escribe después de la cita para ver qué pasó, pero ella tarda en responder, hasta que al final lo hace y le envía lo siguiente: CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

“Disculpa por haber tardado tanto en responder. Lo primero, me gustaría pedirte disculpas por mi comportamiento.

Fui extremadamente injusta contigo. Supongo que yo no estaba interesada en ti, pero podría haber hecho las cosas de una forma mucho más civilizada. Hubiera sido todo mucho más fácil si tú me hubieras tirado tu copa a la cara como en las películas. Pero no lo hiciste.

Te comportaste como un perfecto caballero en todo momento. Me quedé en shock cuando nos vimos por primera vez por tu estatura.

La mayoría de tíos con los que he salido medían sobre el 1’83 o así, y yo definitivamente esperaba que no fueras tan alto, pero sí que pensaba que al menos me sacarías 5cm.

Kevin, entiende por favor que es mi culpa y que no hay nada malo en ti. Tú eres uno de los chicos más divertidos e interesantes con los que he hablado en mucho tiempo. Si te gustaría hablar conmigo en unos meses, como AMIGOS, yo estaría abierta.

Ahora mismo estoy viendo cómo van las cosas con un chico (más alto) que he conocido también en Tinder.

¡Por favor no te rindas, vas a hacer muy feliz a una mujer pronto!

ella está ahí fuera.”

¿Cómo lo ves?

¿Qué crees que pensaría Kevin si un gurú guaperas de la seducción de 1’83 le dijera que todo está en su mente?

Leyendo este texto es fácil adivinar que lo que pasó fue que los dos se conocieron a través de una app para ligar online, los dos se gustaron, tanto físicamente como interiormente (hasta ella misma dice que él es uno de los chicos más divertidos e interesantes que ha conocido últimamente).

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

8

Pero luego en persona, nada más verle, a ella se le cortó todo el rollo al ver su estatura.

Fue esa PRIMERA IMPRESIÓN lo que lo arruinó todo.

Y aquí alguno querrá pensar que, si no le has gustado de inicio, podrías hacer cambiar esa situación a través de la seducción.

Pero NO. Nosotros lo que podemos hacer es cambiar la opinión de una mujer que al vernos nos ha puesto en la zona gris, la zona de *“no me gusta, pero tampoco me desagrada, vamos a ver*

qué me ofrece...”.

Pero si ella nada más verte ya tiene más que claro que NI DE

COÑA te quiere tocar ni con un pelo, no vas a cambiar nada, porque mientras hablas, lo único que suena en su cabeza es *“por*

favor, que acabe esto ya”.

Ahora la pregunta es... ¿Qué hubiera pasado si Kevin hubiera medido 5cm más? Seguramente hubiera habido final feliz,

¿verdad?

Bueno eso solo hablando de la estatura, ahora hablando del dinero y ser guapo. Estos 2 puntos son menos relevantes que la estatura, pero todo afecta en esta sociedad. El dinero atrae ya que significa que serás un buen proveedor y ella tendrá seguridad.

Pero en la época que vivimos hay muchas mujeres que son independientes y no buscan que un hombre sea adinerado, pero en un futuro debes ver las 2 caras de la moneda si la mujer es la que ingresa más dinero en la casa es la que puede tomar decisiones que si los 2 ingresaran lo mismo.

“Cuando la pobreza entra por la puerta el amor sale por la ventana” - John Hessin Clarke

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

9

Es por eso que no te decimos que seas un millonario, pero si es bueno principalmente que arregles tus finanzas personales que sepas en que gastas y que no gastes tu dinero a lo tonto; el detalle aquí es que tus ingresos sean mayores a tus gastos y listo.

Ahora lo de ser guapo es lo menos relevante, pero muchos piensan que es realmente importante y no los culpo con tanta publicidad en la Tv o en redes sociales donde salen modelos con chicas muy guapas hace que pensemos: “Rayos nunca conseguiré a una chica así de guapa” o “Ese tipo de chicas solo se fijan en chicos guapos”. Pero eso es un error y no me dejaras mentir, aunque sea una vez en tu vida has visto o tienes a un amigo que no es muy guapo, pero tiene una novia muy linda y dices: “Como es que ese desgraciado tiene una chica así, si él está feo”. Créeme yo también me lo preguntado en mi mente pasaba: “¿Qué le ven a él?”. Porque no solo tuvo una pareja sino tenían como 5 y todas eran muy guapas.

¿Cuál es el secreto? ¿Qué es lo que las chicas le vieron? Simple, ese chico tiene una labia criminal y por criminal quiero decir que él sabe hablar con las chicas de manera excelente, sabe cuándo dar el siguiente paso leyendo su lenguaje corporal y las hace reír.

Hace que pasen buenos momentos estando con él y no tiene miedo al que dirán, tienen una confianza muy buena.

Y es muy probable que ya haya escuchado que **“verbo mata carita”** y déjame decirte que eso es muy cierto.

Una mujer más que el dinero y tener la cara de Brad Pitt va a buscar a alguien que sepa hacerla reír, que pase buenos momentos y que sepa encender la chispa en ella con técnicas de seducción. No quiere al chico tímido que ni si quiera habla y es que hay muchas películas que ves al chico tímido quedarse con la chica linda y que su timidez fue lo que la sedujo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

10

Eso está muy alejado a la realidad las chicas casi nunca dan el primer paso para hablar con un chico. ¿Por qué? Porque la sociedad cataloga a una chica que habla primero con un chico como una “Fácil” o una “Regalada” mientras que un chico que habla primero con una chica le dicen “Valiente” “Héroe sin capa”.

¿Verdad que es cierto? Es por eso que casi nunca verás a una mujer hablar primero con un chico, así que no te quedes esperando a que una chica te hable porque vas a esperar sentado y nunca llegará.

Es algo duro saber que te digan esto si tienes otra mentalidad o tienes otras creencias, pero quiero que mientras lees este libro tengas una actitud positiva y una mente abierta, no digo que me creas todo lo que digo investiga por tu cuenta y actúa. En este libro no queremos decirte lo que quieres escuchar, queremos decirte lo que debes escuchar por más duro que sea.

Entonces cada ejercicio, consejo o sugerencia que leas tómallo con la mente abierta y actúa ya que actuar y practicar es la clave del éxito para convertirte en un hombre alfa.

¿Quieres seguir siendo el chico tímido?, ¿El mejor amigo? Yo creo que no por eso estás leyendo este libro porque quieres hacer un cambio de verdad en tu persona, quieres que las chicas te vean y digan: “Wow”. Y te aseguro que, si aplicas todo lo que te diremos en los siguientes capítulos, ellas lo harán. Así que abrocha tu cinturón que los demás temas que vienen a continuación estarán cargados y emocionantes.

¡Aquí empieza tu aventura, disfruta y actúa!

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

11

En resumen

- Las chicas no buscan a un hombre millonario y mucho menos que sea muy guapo. Lo que ellas buscan es alguien que sepa hacerlas pasar momentos únicos y las sepan divertir.

- Tener montones de dinero tal vez logre atraer chicas, pero al final ella solo estará contigo por el dinero así que lo principal es saberla conquistar cada día.

- El dinero no es tan importante, pero debes tener un cuidado de tus finanzas personales, nadie quiere a alguien que no sepa controlar sus gastos o que no tome responsabilidad del dinero.

- El tamaño es importante ya que la sociedad siempre a puesto que el hombre debe ser más alto que la mujer y si es lo contrario puede verse mal. Pero no te preocupes te diremos una solución más adelante.

- Ser guapo no es importante, es cierto que te puede dar ventaja al inicio, pero si no sabes cómo divertir a las mujeres estas fuera del juego es por eso que tu amigo el menos guapo tiene a las chicas más lindas.

- Es muy raro que a una chica le guste un chico tímido eso solo pasa en películas es por eso que ahora debes ser un hombre de acción.

- Ten una mente abierta y una actitud positiva.

- Práctica, práctica y disfruta el proceso.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

12

Capítulo 2

Los primeros cambios para ser atractivo

Ahora si viene lo bueno, ahora que ya sabes que una mujer no busca un chico tímido debes hacer los primeros cambios para ser alguien atractivo. Para ser sincero tal vez 1 de 10 mujeres les gustan los chicos tímidos pero esos tímidos de 1.80mts ojos azules. Así que si eres como yo un chico

promedio tienes que poner más sobre la mesa si quieres conquistar a la mujer de tus sueños.

Incluso ser más social y carismático te ayudará con las mujeres, pero también en cualquier otro ámbito de la vida. En el trabajo, la escuela, para todo tipo de ocasiones.

¡Así que lo que te diré aquí debes ponerlo en práctica en tu vida, pero no mañana, HOY MISMO! No busques excusas yo sé que tú quieres un cambio en tu vida, quieres poder hablar con una chica sin quedarte congelado o sudando y lo lograrás. ¿Por qué lo lograras? Porque yo era igual que tu o incluso peor, el chico tímido que apenas hablaba con las chicas porque no sabía que decir o cómo actuar, siempre estaba nervioso y muchas veces no hable con una chica que me gustaba por eso. No importa la edad si eres un joven de 18 o de 30 incluso de 40

debes poner en práctica todo. Lo peor que puedes hacer es creerte las historias de: “No te preocupes ya llegará tu alma gemela” o puede ser que tú digas: “Voy a esperar a que el amor me encuentre”. No, no y no debes actuar ya, el amor no tocará a tu puerta, esto es la vida real y no son películas. Así que ahora quiero que te digas: “Ya no seré tímido y voy a hablar con las chicas no me importa lo que digan los demás”.

¿Listo?... Pues ahora con eso en mente analicemos cuales son los primeros cambios que debes hacer para ser un Macho Alfa, lomo plateado, brazo de albañil, jajaja creo que me emocione.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

13

Cambio Mental

El primer cambio que debes hacer es el cambio mental, ese cambio es el principal para poder empezar a entender a las mujeres. ¿Por qué?

Pues como habrás leído en mi libro anterior yo siempre intente ser para la chica que me gustaba el amigo en el cual ella podía confiar, yo le aconsejaba, hablaba con ella y pues de todo. Paso un tiempo y cuando me di

cuenta ya tenía un novio era un chico que apenas había conocido, la verdad quedé muy decepcionado, pero no con ella si no conmigo mismo porque sabía que yo era el que no había actuado estaba esperando que ella se diera cuenta que yo era el chico ideal para ella.

Pero en realidad eso nunca llego y cuando le dije lo que sentía simplemente me dijo que yo era su “mejor amigo” y que me quería como un amigo.

¿Te suena parecido? Pues por eso el primer paso está en la mente y estos son los errores mentales que tienes que repasar y grabártelos muy bien para no cometerlos:

1.- Las mujeres no se van a dar cuenta que eres el chico ideal **2.-** Darle consejos de amor y escuchar sus quejas son para el “mejor amigo”

3.- Ser demasiado amable y atento con ella sin ser pareja está mal **4.-** Estar siempre disponible para ella es como ser su chofer personal **5.-** Contestarle a la brevedad sus mensajes (¿No tienes vida?) **6.-** Esperar a que ella te hable

7.- Esperar a que el amor llegue a tu vida por casualidad **8.-** Decir que estas concentrado en los estudios o en el trabajo como pretexto para no hablar con chicas nuevas o con la que te gusta **9.-** Ser uno más del montón (Que lindos ojos, ¿Tan guapa y sin novio?) **10.-** Ser infantil en pensamientos y acciones (En pocas palabras inmaduro y sin ser responsable)

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

14

Tienes que evitar cometer los errores que están en la lista anterior, si estas cometiendo alguno pues es hora de tomar acción y corregirlo.

Esos son los errores que cometemos la mayoría de hombres al intentar seducir, primeramente.

La verdad es que yo cometí muchos de esos errores de la lista y es por eso que acabé en la “zona del amigo” y no quiero que pase lo mismo contigo. Desde que cometí esos errores comencé a estudiar sobre seducción y como atraer a las mujeres. La verdad que cuando puse en práctica los métodos de

seducción que te diré más adelante vi los resultados en el primer día y la verdad quedé impresionado al ver que era verdad lo que había investigado y que si funciona.

Incluso recuerdo que una vez fuimos de viaje a un centro turístico y comencé a hablarle a una chica como 6 años mayor hasta los amigos de esa chica se impresionaron de que un joven le hablará y mis amigos me aplaudieron. La verdad para serles sincero no sé de dónde demonios saque el valor necesario para hablarle porque era un chico súper tímido con las chicas. Al final me despedí de ella y como era un novato no pedí su número y nunca la volví a ver. Pero me sentí muy bien ese día por que hice algo que estaba fuera de mi mente, fuera de mi zona de confort.

Y eso es lo que quiero que hagas de ahora en adelante y siempre. Salir de tu zona de confort e ir por una chica que hayas visto y te haya gustado. Quiero que comiences a actuar y dejar tus miedos atrás de ahora en adelante serás el nuevo chico y le dirás adiós al chico tímido.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

15

Cambio Físico

El segundo cambio es el cambio físico y con esto no quiero decir que te operes o algo. Ya vimos que ser guapo no lo es todo, pero eso no significa que vas a ir seduciendo chicas si tienes un olor desagradable o te vistes con ropa que no te va. Así que en este punto veremos cómo debes lucir para tener más oportunidades con las chicas y que te volteen a ver más.

Hay mucha gente en la actualidad que piensa que las mujeres se fijan en lo interior y no en lo exterior y este dato tiene un 50/50 de veracidad

¿Por qué? Déjame explicarte, tú cuando vez a una mujer y vez que tiene unos rasgos faciales bonitos o un buen cuerpo dices: “Diablos que guapa esta ella”. Por otro lado, cuando vez a la misma chica no dices:

“Diablos que lindos sentimientos tiene”. Claro que no, nosotros los humanos no podemos ver los sentimientos de las otras personas puede que la chica sea

un amor de persona o no, pero eso no lo sabremos hasta que le hablemos y la conozcamos, pero ella no querrá hablar contigo si no te bañas, te vistes descuidado, estas con un mal olor de boca o cuerpo, entre muchas otras cosas.

Es por eso que la apariencia sí importa ya que es la primera cosa que ve todo humano tanto hombres como mujeres, pero no estoy hablando que debes ser un rubio de ojos azules de 1.80mts de altura y que debes estar musculoso, no, lo que importa en realidad es como te vistes, como te peinas, si te aseas diario, tu cepillado de dientes, etc. Eso es lo que realmente importa, no te quedes estancado en debo ser más alto o no les gustaré a las chicas porque soy feo, puede que en tu camino se crucen chicos más guapos que tú, pero tú no debes perder la seguridad ya que eso atrae a las chicas, hablaremos de eso más adelante. Lo que recalco aquí es que, si te vez bien y hueles bien, las chicas querrán hablar contigo así que lo primero que debes hacer es reorganizar tu guarda ropa no queremos playeras con estampados muy llamativos si quieres seducir debes vestirte como un hombre seductor.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

16



Un par de camisas, una chaqueta, unos buenos jeans y unas buenas botas casuales te harán ver más atractivo no olvides comprar un buen perfume y agregar un reloj no tiene que ser caro simplemente que se te vea bien. Incluso algo que se ve muy bien son los zapatos a botas de gamuza suelen verse casuales y elegantes sirven para todo momento.

Todo eso beneficiará y las chicas comenzarán a verte más te lo aseguro. Puedes pedirle consejos a tu prima, hermana o a una amiga para que te acompañe a comprar ese tipo de ropa ya que las mujeres tienen mejor ojo para esas cosas, igualmente puedes ir a hacerte un corte de pelo más casual y a la moda, pero tampoco exageres y te hagas figuras con tu pelo recuerda que un buen peinado puede hacer la diferencia.

¿Verdad que si hace la diferencia?

Cuando cambies tu forma de vestir pasaran 2 cosas, la primera es que tus amigos (Hombres) se reirán de ti y es posible que te digan: “Ahora CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

17



que te paso pareces payaso” o cosas por ese estilo. ¿Por qué te dirán eso? Porque muy dentro de ellos sentirán celos de cómo te vez, pero los hombres

casi nunca aceptamos que alguien se ve mejor que nosotros es mejor reírnos para que se sienta mal y regrese a como se vestía antes y no nos supere.

Ahora la segunda cosa que pasara es que más chicas voltearan a verte y tus amigas te dirán que te vez mejor que has cambiado. Si comienzas a ver que las chicas voltean a verte más es que vas por buen camino no dejes que tus conocidos te desanimen en este cambio si tú quieres ser un Hombre Peligroso no debes dejar que te afecten los comentarios de gente negativa.

Hombre Casual:

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

18



No hace falta ser un modelo para ser atractivo, te aseguro que, si eres un chico promedio al igual yo, pero te vistes mejor que otros chicos ya obtienes una ventaja significativa.

Mira este ejemplo y dime quien se ve mejor...

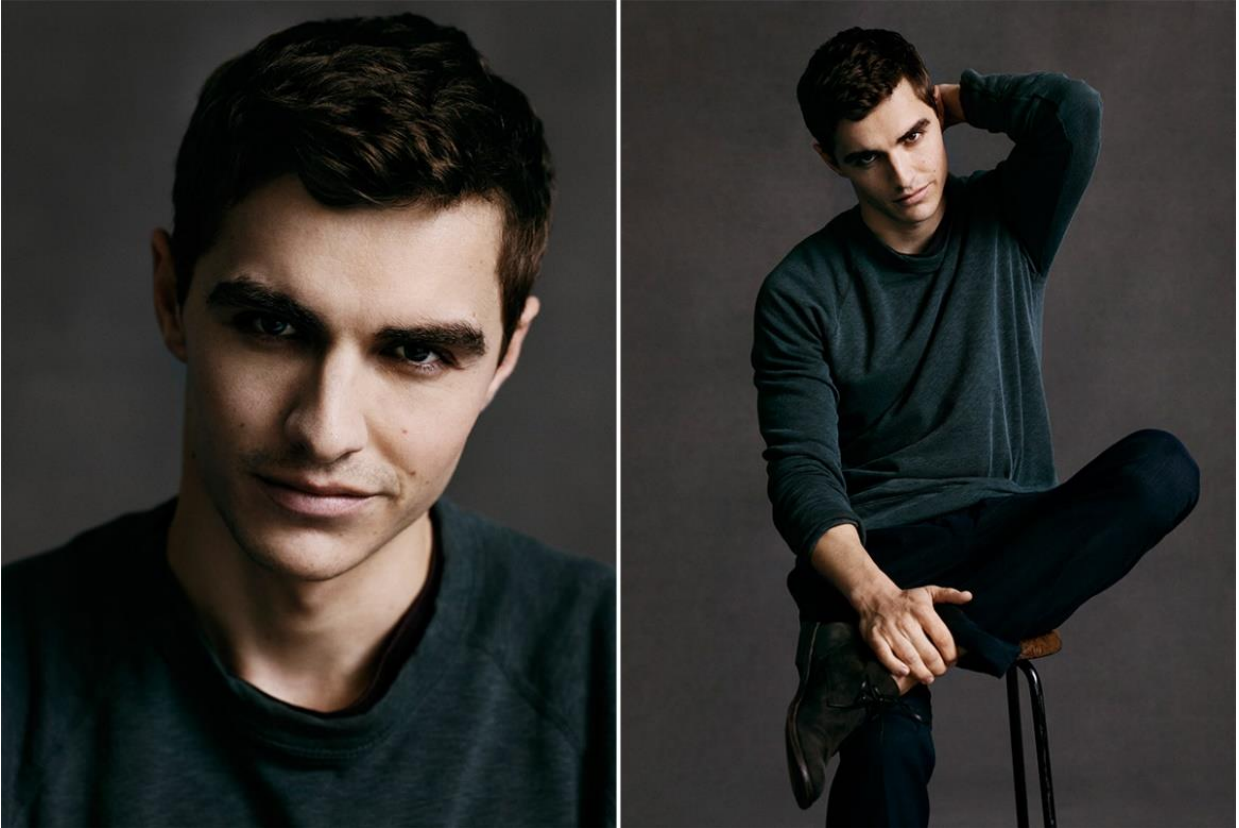
Sin duda se ve mejor el chico de la izquierda una playera sin ningún estampado exagerado y una chaqueta, simple. Las chicas notan cada detalle por pequeños que sean y ellas verán tu cambio de ser un alguien que se viste como niño a alguien más maduro.

“Como te ven te tratan y si te ven mal, te maltratan”

- Mirtha Legrand

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

19



Es una triste realidad, pero si, como te ven te tratan. Si te vistes mal ni te toman en cuenta, eres uno más del montón. Incluso cuando quieras un mejor puesto en tu trabajo muchos especialistas recomiendan que te vistas como si ya estuvieras en ese puesto. Cuando llegas al banco ves a todos arreglados si en verdad no importará la apariencia todos llegaran con ropa casual pero la verdad que somos lo que proyectamos.

En este libro solo destaque la importancia de vestirse bien y los consejos básicos para un chico promedio pero ooooo si tú eres un chico robusto, eres bajo o muy alto la cosa cambia. Es decir que para cada chico es mejor usar otro tipo de ropa. Te recomiendo buscar en google que tipo de ropa te queda

mejor según el tipo de cuerpo que tengas y en conjunto con lo dicho en este libro te verás muy bien.

Ejemplo **Dave Franco** a pesar de ser bajo de estatura se sabe vestir bien y usa ropa que lo hace lucir más alto:

Dave Franco mide 1,70mts

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

20



Igualmente, si eres robusto el tipo de ropa debe cambiar en algunos casos.

Incluso si tienes un cuerpo robusto puedes lucir bien Pero debes hacer estos cambios lo más pronto posible, no debes gastar grandes cantidades en muchos conjuntos de ropa solamente debes comprar un par de prendas como ya te hemos dicho pide recomendación a una chica que te ayude en este proceso en verdad te aseguramos que ella estará en cantada de ayudarte a las mujeres les gusta este tipo de cosas.

Te mencionaré como se viste un **Hombre Alfa**: **1.-** Usa jeans a la medida

2.- Evita los pantalones holgados

3.- Usa Calzado casual

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

21

4.- Evita los tenis de baloncesto **5.-** Usa camisas de botones

6.- Las playeras deben ser cortas y talladas al cuerpo **7.-** Usan ropa interior oscura y sin diseños **8.-** Usan un reloj de metal o cuero

9.- Si usan lentes tienen lentes de estilo juvenil **10.-** Sus abrigos son tallados, de cuero o lana Todo esto es lo que te hará verte mejor y que las chicas se fijen en ti.

Recuerda que la apariencia no lo es todo, pero es lo primero que ven y eso definirá si las mujeres te darán la oportunidad de hablar o no.

Todo lo mencionado varía según tu edad, pero son tips básicos de cómo vestir. Si eres algo más grande puedes usar un look más laboral.

RECUERDA

Todos los días son tu mejor día, las mujeres son muy observadoras, no importa donde estés, en el súper, en el banco o en donde sea siempre va ver una chica que pueda fijarse en ti y si te ven en shorts y sandalias ella recordará eso.

Pero ahora ya hablamos de cómo lucir mejor, ¿pero eso es suficiente?

Pues aun no terminamos, el aspecto físico implica más que solo vestirse bien. Las modas siempre van a cambiar, pero hay unos puntos básicos de aseo personal que siempre son eficaces y te los diré a continuación.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Aseo Personal

Báñate todas las mañanas:

Esto es un punto clave que muchos pasamos por alto sean sinceros,

¿Por qué? Porque muchos pensamos que “ni se nota” pero la verdad es que las mujeres si lo notan por más mínimo que sea.

Usa desodorante:

Esto es una norma básica, debes usar desodorante aun no sudas mucho. Imagínate que un día tienes prisa o es un día demasiado caluroso de seguro la pasaras mal si no tienes puesto tu desodorante.

No creas ese dicho de “huelo a hombre”, no a lo que hueles es a animal muerto y ninguna mujer va querer acercarse a ti.

Rasúrate todos los días:

Esto no aplica para todos si tú tienes una buena barba y te cierra completamente solo es necesario que la mantengas limpia y recortada.

Pero si eres de los que te sale 2 o 3 pelos o no te cierra la barba es mejor que te la quites eso se ve mal y da entender de que no cuidas tu higiene.

Para que me entiendas de lo que hablo de podre 2 imágenes una es de una mala barba y otra de una buena barba para que veas la diferencia y si tu barba es como la primera es mejor que te la quites.

¿Preparado? Pues vamos a ello...

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



Esto se ve mal y no es una buena barba:

Esto si es una barba y se ve bien:

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

24

¿Pelo largo o Corto?:

El pelo largo en hombres por lo general se ve sucio y afeminado. El pelo corto siempre se ve bien y nunca pasa de moda en hombres ya que da una apariencia ordenada y limpia. Son muy pocas los hombres que usan el pelo largo y se ven bien, pero muy poco y no usan el pelo taaaan largo. Así que no pases por alto este punto y córtate el cabello.

Tener un aseo personal es algo muy importante y necesario si quieres tener éxito con las mujeres. Incluso puede a ver momentos en los que digas: “Hoy no voy a ver a ninguna chica” o “Hoy no voy a salir” pero te aseguro que por obras del destino encontraras a alguien conocido te lo digo por experiencia a veces no me arreglaba y salía a la tienda un poco desarreglado y me encontraba a una chica linda o a una amiga. La verdad que cuando me pasaba eso decía en mi mente: “Maldita sea porque no me cambie”. A veces por muy breve que sea el encuentro debemos vernos bien así que todos los días debes lucir bien y en cada momento, exacto TODOS LOS DIAS.

No busques pretextos para lucir mal, y tampoco queremos siempre estés de traje o camisa, pero en los momentos más cómodos usa alguna playera para verte bien.

¿Debo ir al gimnasio y ponerme cómo Toro?

Primero que nada, debo mencionar que hacer deporte es importante para la salud de cualquier persona. Así que debes buscar algún deporte que te guste y practicarlo.

Cuándo tu cuerpo se ejercita libera endorfinas que es un poderoso antidepresivo eso a su vez te ayuda a sentirte mejor y pensar mejor.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

25



Hay que enfatizar que un buen físico no atrae a las mujeres por si solas, porque no vas a ir por la calle sin camisa mostrando tu sixpack o ir con playeras de tirantes. Lo importante de tener un buen físico es para que te sientas mejor contigo mismo y para mejorar tu autoestima.

Un punto a favor de los gimnasios o cualquier otro deporte que elijas es que vas a conocer muchos chicos y chicas, eso te ayudará a mejorar tu vida social. Proponerte a bajar unos kilos extra o a tener un cuerpo tonificado siempre es bueno ya que representa buena salud y aumenta la autoestima así que te invito a que lo hagas.

Pero no te limites a hacer ejercicio de brazos si no te verás cómo Johnny Bravo, debes hacer un ejercicio completo para tu cuerpo, si eres nuevo es bueno buscar ayuda con algún instructor para que te diga cómo usar las máquinas. No te dejes intimidar por las demás personas ya que muchos tal vez se rían por lo general son los que llevan más tiempo, pero eso no te debe importar a ti ya que estás en proceso de un cambio para ser un hombre seductor un hombre peligroso.

Él es **Johnny Bravo**, ya vieron sus piernitas no debes verte así...

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

26

En resumen

- No busques pretextos si quieres de verdad mejorar debes actuar HOY no mañana.
- El primer cambio que debes hacer es el mental, ser más maduro, responsable y repasar los 10 errores mentales de los hombres.
- Debes fomentar hábitos exitosos como la lectura y deporte.
- No olvides que a la par que mejoras tu mentalidad tu físico debe cambiar y hablamos más que nada de tu apariencia.
- Debes salir de tu zona de confort
- Recuerda los 10 puntos clave de cómo se debe vestirse un Alfa y deja de usar ropa con estampados llamativos eso es de niños.
- Todos los días son tu mejor día siempre puedes encontrarte a una chica y debes verte bien.
- Báñate todas las mañanas, rasúrate, usa desodorante y una buena loción y córtate el pelo.
- Ve al gimnasio o haz algún deporte que te guste para ponerte tonificado y aumentar tu autoestima.
- Al ir al gimnasio o practicar algún deporte debes expandir tu círculo social.
- No olvides de trabajar todo el cuerpo y no solo los brazos.
- No dejes que los demás te intimiden, que no te importe lo que digan los demás.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

27

Capítulo 3

Los secretos para no ser tímido

Muy bien ahora debes olvidarte por completo de ser el chico tímido que tiene miedo de iniciar conversaciones con las chicas o que cuando ser arma de valor lo único que hace es ponerlas en un pedestal. Debes ser el chico diferente e impredecible, pero, ¿Cómo se puede llegar a serlo o que hago para hacerlo? Simple haciendo lo opuesto a todos los demás.

En este capítulo veremos cómo superar tus miedos y actuar, mucho de lo que veras te puede parecer ilógico, pero te aseguro al 100%

que funciona. Simplemente ponlo en práctica no pierdes nada y ganarás mucho te lo aseguro.

No pierdas más tiempo

Muchos son los hombres que piensa que la chica ideal está esperando por ellos o que encontrarán a su media naranja sin hacer nada. Solo te digo que la vida real no es como las películas donde los 2 se encuentran de forma mágica y tienen una bonita relación eso solo es un juego. Debes tomar acción, si quieres algo debes ir a por ello. ¿Eres de los que actúa o de los que observa?...

Imagina que estas frente al amor de tu vida, ella es una chica muy guapa y tiene todo lo que te gusta, imagínatela por favor, hazlo. ¿Ya la tienes en mente? Bueno ahora que la tienes imagina que llega un chico y comienza a besarla y se va con él.

¿Qué te pareció? ¿Feo? Pues eso es lo que va pasar si no te pones las pilas y te quedas sentado.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Si estás leyendo este libro es porque quieres convertirte en un hombre de acción, aquel que toma la iniciativa, el líder, el ALFA.

Recuerda de nada sirve toda la teoría del mundo, de nada sirve que te leas todo este libro si no aplicas los consejos que vienen en él. Así que de ahora en adelante tú vas a hacer el hombre que dé el primer paso.

Para comenzar a quitarte el miedo quiero que te hagas esta pregunta siempre que dudes:

“¿Qué es lo peor que podría pasar?”

Cuando veas a una chica linda que te guste, pero te da miedo o pena hablarle debes repetir esa pregunta y responderla con sinceridad.

Cuando veas a una chica linda te pueden surgir muchas excusas y la verdad que es lo que más se nos pasa en la mente: “No le voy hablar porque me va a rechazar”, “No sé qué decirle”, “Ahora estoy concentrado en los estudios” “Voy a pensarlo antes de hablarle”.

Cualquier excusa que te pongas te dejará ahí mismo donde estas y te aseguro que la chica se ira del lugar y no le hablaste.

Seamos sinceros tú te arrepentirás porque te faltaron las pelotas para ir a hablarle a esa chica. En México decimos te faltaron pelotas a los que no tienen la valentía de hacer algo.

Recuerda tienes mucho que ganar y poco que perder.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Ahora imagina que estas en la misma cafetería y vas a hablarle a la chica porque te armas de valor y eres un alfa. Entonces le dices que necesitas un consejo de moda porque vas a ir a ver a alguien especial más tarde, ella puede rechazarte y decirte que está ocupada pero no pasa nada más puede

ser que nunca más la veas. Y tú lo hiciste te aseguro que vas a sentir una gran satisfacción por haberle hablado y no ser el que se queda sentado sin hacer nada.

Si te rechaza pues ya no pasa nada, no te vas a morir y tampoco te quedarás con la duda: “¿Qué hubiera pasado si le hablaba? De ahora en adelante ya sabes qué hacer cuando estés en una situación así, es momento de actuar.

Ahora que de hoy en adelante vas a actuar debes quitarte la personalidad del chico tímido. Porque imagina que vas a comprar una casa y el vendedor está nervioso, se corta en sus palabras, está sudando, voltea a todos lados. De seguro vas a desconfiar de él y no compras la casa. Pues lo mismo pasa con las mujeres si tu estas nervioso ellas lo van a notar y te verán como el “chico tímido” que lo máximo que puede aspirar es a convertirse en el “mejor amigo”. Así para empezar a ser más social, amable y olvidarte de ser tímido debes:

Sonreír

Este es el primer cambio de chico tímido a sociable. Cuando ves a alguien con una cara triste o enojada la verdad que no quieres acercarte a hablarle, pero si la vez con una sonrisa pensarás que es una persona amigable.

Los seres humanos estamos atraídos hacia las personas positivas y alegres.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



Sonreír es la clave

Puede ser que digas que digas que estás pasando por problemas, el estrés o por los estudios. Pero hay personas que están en una situación peor que la tuya y eso te lo puedo asegurar. Se agradecido por lo que tienes, tienes salud, tienes una casa, tienes la vida que es más importante. Así que no busques pretextos para no sonreír.

Estos niños tienen que recorrer kilómetros solo para tomar agua y tienen una sonrisa. No busques pretextos y sonríe...

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

31

Ahora sí, sonreír es muy simple: cuando cualquier mujer te vuelve a ver a los ojos, lo único que debes hacer es sonreír. No demasiado que parezca que te estás esforzando, sonríe sutilmente, como el chico de la foto.

Puedes aplicarlo en la calle, el bus, centros comerciales, y vas a ver que muchas chicas van a sonreír de vuelta involuntariamente. Claro, no quiere decir que todas te vayan a sonreír o que quieran hablar contigo (muchas están apuradas), pero es buena práctica para que vayas quitándote todo lo tímido y te vean como un chico agradable, amigable.

Ahora sí, en los lugares que frecuentas: tus clases, el gimnasio, la piscina, en fiestas y con tus amigos y amigas, debes sonreírles a absolutamente todas las chicas que te vuelven a ver. Te vas a topar que 4 de cada 5 mujeres te sonríen, Tal vez al principio vas a sentir un poco de dificultad, pero vas a ver que poco a poco se va a convertir en tu reacción natural cuando ves a una persona.

Además, no importa si alguien no te sonríe de vuelta, a muchas de esas chicas no las vas a volver a ver nunca, ni se van a acordar, así que, de verdad, úsalas para practicar tu sonrisa y olvidarte de la timidez y no te preocupes por el que dirán. Por otro lado, imagínate que siempre estás amargado y enojado con la vida, quejándote de todo. Estos pensamientos negativos también son contagiosos, así que las chicas no van a querer estar contigo si irradian pensamientos negativos, ya ellas tienen suficientes

problemas como para querer meterse en los problemas de los demás. Así que ya lo sabes, una simple sonrisa transmite un mensaje positivo que atrae a las personas cerca de ti, que quieren contagiarse de tu felicidad.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

32

Contacto Visual

La mirada dice mucho incluso puedes detectar el estado de animo de una persona con tan solo ver e movimiento de sus ojos. Y las chicas pueden llegar a saber cuándo un hombre está nervioso, está mintiendo, etc.

Por eso es muy importante que desarrolles la habilidad del contacto visual, si dices que el contacto visual es fácil pues no lo es tanto.

Debes practicar más que nada ver a las mujeres a los ojos porque ver a una chica a los ojos y no sentirse asustado porque ella te ve, dice que eres confiado; la falta de contacto visual, cuando le quitas la mirada a las chicas, o estás viendo para todo lado, te va a delatar y ellas sabrán inmediatamente que eres tímido, que le temes a algo, a ella.

Ahora además de sonreírle a todas las chicas, trata de prolongar el contacto visual lo más que se pueda, al menos por unos segundos.

De nuevo, al principio vas a ver que se te dificulta y te sientes extraño y te sientes observado, pero después de varios intentos vas a ver que se convierte en algo natural para ti, así es como dejas de ser tímido.

Eso sí, de aquí viene la importancia del paso anterior, aprender a sonreír siempre. Un error que hacen los chicos es que mantienen el contacto visual con una mujer, pero si no sonríes, vas a parecer un acosador y ella pensará, “Ese chico me está viendo, con esa cara tan seria. ¡Qué miedo!” Ella inmediatamente va a sentir que un hombre raro y tímido la está viendo y va a querer irse. No seas ese hombre raro y acosador.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



En cambio, si sonríes, cuando la veas a los ojos, ella va a notar que no eres tímido, y pensará “Ese chico se ve amigable”. Es más, inclusive, seguro va a ser ella quien te quite la vista, porque le da pena verte, los papeles se intercambian y ahora tú no vas a ser el chico tímido.

Eso sí, el contacto visual se utiliza para dar una primera impresión y llamar la atención, y posteriormente hablarle a la chica. Si hiciste contacto visual con una chica, pero no pretendes hablarle, es mejor que no lo hagas recurrentemente, está bien si le sonríes una vez, pero si a la tercera vez que le sonríes no te has atrevido a hablarle, ella va a saber que algo anda mal y va a tratar de evadir el contacto visual.

Y eso mis hermanos es un error de muchos e incluso fue un error mío. Te digo, podemos sacar el valor para ver a una chica a los ojos y sonreírle, pero a la hora de hablar con ella es como si el juego subiera de dificultad y necesitaríamos más valor. ¿Por qué? Pues por el simple hecho de los temas de conversación. ¿Qué le puedo decir?

¿Cómo iniciar la conversación? Estas preguntas nos las hemos CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

hecho un sinfín de veces te lo puedo asegurar y es algo que te enseñare más adelante no temas.

Dependiendo de tus intenciones, tu forma de ver a las chicas les transmite un mensaje que ellas captan inconscientemente. Por ejemplo:

Si hablas sobre tu trabajo o pasatiempos, la mayoría del tiempo mira hacia el horizonte. Eso le demostrará que estás apasionado por lo que haces.

Si estás divirtiéndote con ella, puedes sonreírle y verla la mayoría del tiempo a ella. Eso le demostrará que eres divertido.

Si quieres darle un mensaje directo de que tú estás interesado en ella, mírala seriamente a los ojos para que sienta tensión sexual.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

35

Iniciar la Conversación

Ahora ya sabes cómo lucir amigable, vestirse bien, sonreír y tener contacto visual. Pero es hora de dar el siguiente paso y es ir hablarle a esa chica.

Ahora si haces contacto visual con una chica, le sonríes y ella te sonríe de nueva cuenta debes acercarte a hablarle. Ve, salúdala y hazle una pregunta sencilla. Si es en lugares que frecuentas mucho puedes decir lo siguiente:

Humberto: “Hola, ¿Cómo estás?, ¿Todo bien?”

Esmeralda: “Bien, ¿Y tú? ¿Vas a clases?”

Humberto: “Si, como siempre tarde”

Como ves, una simple pregunta es suficiente para ir practicando.

Ahora cuando vas a hablarle a una chica por primera vez, no debes hacer preguntas tan directas ya que ellas no te conocen y no quieres incomodarlas

¿Verdad? Por eso preguntas como: “Disculpa ¿me podría dar la hora?” o “Disculpa, ¿sabes dónde queda tal calle?”

Lo importante es que empieces a practicar y hacer ese tipo de preguntas para ir quitándote la timidez y vayas adquiriendo experiencia hablando con las chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

36



No importa lo que digas no tienes que rebuscar tanto solo quiero que vayas y practiques lo más que puedas con cualquier chica que te devuelva la sonrisa.

Después veremos temas para hablar con las chicas, pero primero haz esto, práctica, práctica y práctica.

“Sin miedo ve y habla con esa chica guapa que viste”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

37



Contacto Físico

Ahora por ultimo veremos el contacto físico, muchas personas piensas que el contacto físico se trata de caricias o abrazos muy afectuosos, pero no. Tu puedes tener contacto físico desde que conoces a una chica.

Esto es realmente importante porque nuestra lengua corporal puede decir más que nuestras palabras. Unos ejemplos simples de contacto físico pueden ser:

Cuando le preguntas algo a una desconocida y ella está de espaldas puedes tocarle sutilmente el hombro.

Cuando saludas a una conocida igualmente puedes darle una palmada en su hombro para poder saludarla.

Cuando abres una puerta para una amiga puedes tocar ligeramente su espalda alta

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

38

Todo lo que vimos es más que nada sobre el lenguaje corporal como la sonrisa, la mirada y el contacto físico. Esos son pocos, pero hay muchos más y los veremos más adelante en el Capítulo 6 el “Lenguaje Corporal de un Alfa”. Si logras controlar y mejorar tu lenguaje corporal y además conoces el lenguaje corporal de las mujeres ya tienes un 99% más de ventaja que el resto. Y es que demos darle importancia a esto porque una mujer te puede decir algo, pero en realidad es todo lo contrario, ejemplo:

Juan: “Mi amor ¿Qué tienes?”

Alejandra: “No tengo nada”

Juan: “Muy bien, entonces voy a salir, nos vemos más tarde”

Entonces vemos que “Alejandra” dice que “No tiene nada” pero su lenguaje corporal puede decir que tiene todo.

Pero bueno por ahora solamente quiero que practique tu contacto físico con todas las chicas que conozcas. Si vas a hacer una pregunta toca su hombro o su codo y si es una amiga puedes darle una palmada en el hombro siempre ten en cuenta tu sonrisa. Si lo haces sin una sonrisa o con nervios las chicas se darán cuenta de inmediato que algo anda mal.

Ten cuidado de excederte y tratar de forzar el contacto físico cuando las chicas aún no están listas. Evita tener demasiado contacto con una chica que conociste hace poco, como por ejemplo abrazarla.

Todo el contacto físico debe ir paso a paso, no puedes pasar de un tocar su hombro a abrazarla ella se sentirá mal y extraña. Por ejemplo, con puedes

usar el “choca esos 5”. No existe ningún compromiso por parte de la mujer, y a ellas les encantan este tipo de juegos masculinos, vas a ver que se va a sentir muy cómoda y amigable.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

39



Igualmente, hay muchos juegos del contacto físico, tanto para una conversación amigable, como para crear tensión y roces sexuales, que a las mujeres les encantan y son la clave para seducirlas.

Muy bien ahora ya sabes cómo ser más sociable y como empezar para ser más seductor. Pero una cosa es saber y otra aplicar lo que sabes y en **Hombres Peligrosos** ® creemos en: “Lo que escuchas lo olvidas, lo que ves lo recuerdas, lo que haces lo aprendes”. Así es hora de salir a aplicar todo lo que has aprendido hasta ahora no mañana, debes aplicarlo hoy mismo. No pierdas más tiempo ya que el tiempo es oro.

Si estás pensando que los consejos no te sirven porque tú solo quieres a una chica, tengo que decirte que todo lo que aprendas a partir de ahora debes aplicarlo con todas las chicas, aunque solo te guste una.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

40

Cuanto más practiques, más refinadas y mejores serán tus técnicas de seducción. Así que para conquistar a esa mujer que te gusta, es necesario que practiques con todas. Sólo así vas a obtener la experiencia necesaria para conquistarla.

Es más, practicando con otras mujeres te vas a topar que van a haber muchas aún más guapas que están interesadas en ti...

No lo tomes personal

Pero antes de que sigas, quiero advertirte que van a haber chicas, conocidas y desconocidas, que te van a rechazar cuando te metes con ellas.

La verdad, no todos estamos dispuestos a hablar en un cierto momento: tal vez está demasiado apurada, tal vez tiene novio y no quiere nada con otro hombre, tal vez tuvo un verdadero mal día en su trabajo, o quizá simplemente está pasando por su período de menstruación y está malhumorada.

Lo importante es que cuando fallas, no te rindas y no te llenes de pensamientos negativos, porque eso te baja tu autoestima, te vuelves tímido y con miedo de actuar. La clave está en dejarlo ir. Ya pasó, piensa en el lado positivo, tal vez ella no estaba de humor, y si aplicaste la broma mal, ya sabes que vas mejorando.

Evita pensamientos como: “hice el ridículo”, “ninguna chica me quiere”, o “es mi culpa por no saber seducirlas”. No es tu culpa, nadie te enseña estas cosas y estás aquí para aprender y cambiar, en cambio, piensa: CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

41



“Con cada vez que practico, me convierto en un mejor hombre, en un hombre peligroso”

Por eso es que resalto la importancia de aplicar lo que aprendes con todas las chicas, tanto con tus amigas cercanas, como con chicas que acabas de conocer, para que aproveches todas las oportunidades para mejorar. Imagínate que estás jugando fútbol y estás haciendo tiros a marco. Muchos los vas a fallar, pero no importa, porque a la hora de hacer el gol vas a ver que el esfuerzo valió la pena.

Espero que estés listo a tomar acción y dejar de ser tímido, porque a partir de ahora te voy a enseñar los consejos de seducción y consejos únicos sobre atracción.

No lo tomes personal, recuerda que cada rechazo significa que estas aprendiendo. La clave es dejar pasar ese momento y no desanimarte.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

En resumen

- De nada sirve toda la teoría del mundo, de nada sirve que te leas todo este libro si no aplicas los consejos que vienen en él.
- Hazte esta pregunta siempre que dudes: “¿Qué es lo peor que podría pasar?”
- Si te rechaza una chica pues ya no pasa nada, no te vas a morir y tampoco te quedarás con la duda: “¿Qué hubiera pasado si le hablaba?”
- Cuando cualquier mujer te vuelve a ver a los ojos, lo único que debes hacer es sonreír. No demasiado que parezca que te estás esforzando, sonríe sutilmente.
- Trata de prolongar el contacto visual lo más que se pueda, al menos por unos segundos y sin olvidar tu sonrisa. Queremos que pienses que eres sociable no un acosador.
- Ahora si haces contacto visual con una chica, le sonríes y ella te sonríe de nueva cuenta debes acercarte a hablarle. Ve, salúdala y hazle una pregunta sencilla.
- Si vas a hacer una pregunta toca su hombro o su codo y si es una amiga puedes darle una palmada en el hombro para saludarla y siempre ten en cuenta tu sonrisa.
- Puedes saludarla con “Dame esos 5” a ellas les encantan ese tipo de juegos masculinos.
- Lo importante es que cuando fallas, no te rindas y no te llenes de pensamientos negativos. Sigue practicando y mejorando.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

43

Capítulo 4

Las cualidades para seducir chicas

Si ya lograste dejar a un lado la timidez atrás es hora de comenzar a enamorar a las chicas y por eso en este capítulo hablaremos de las cualidades atractivas. No importa si ella es mayor, si tiene un signo incompatible o cualquier otra cosa, las cualidades atractivas son para todo tipo de chicas, tímidas o extrovertidas, guapas, flacas, de todo.

Las cualidades atractivas son las siguientes:

Confiado

Divertido

Interesante

Maduro

Estas cualidades están relacionadas entre sí y son muy importantes a la hora de seducir a las mujeres.

El Hombre Confiado: Es aquel que sabe lo que vale y lo refleja, sus gestos, su lenguaje corporal todo debe fluir adecuadamente y no debe ser fingido.

El Hombre Divertido: Aquel que transmite alegría, tiene sentido de humor, el que sabe bromear, jugar y divertir a las chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

44

El Hombre Interesante: Aquel que sabe cómo causar misterio y convertirse en un líder atractivo.

El Hombre Maduro: Es aquel que toma responsabilidad de sus acciones, que sabe que es lo que quiere en la vida y cuida sus finanzas personales.

Es importante desarrollar estas cualidades muchos chicos nacen con cierto porcentaje de ellas y hay otros como que naces con una minúscula parte y es

por eso que debemos trabajar un poco más para desarrollarlas, pero no es imposible incluso podemos mejorar a tal punto de ser mejores que los chicos que nacen con ese porcentaje de ventaja.

Hay cualidades atractivas como las que te mencione anteriormente pero igual hay cualidades no atractivas, por ejemplo:

Aburridos

Poco interesantes

Inseguros

Desesperados

Esas cualidades son como un repelente de chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



*Debes evitar esas cualidades
y solo lo harás desarrollando
las cualidades atractivas.*

Déjame decirte que las chicas tienen como un radar para detectar rápidamente los detalles más simples o más pequeños. Es por eso que ellas se dan cuenta de cada cosa. ¿Cómo es eso posible? Pues nosotros cuando éramos niños jugábamos fútbol con nuestros amigos, carros, o videojuegos

en cambio las niñas se sentaban a platicar y a jugar al té. Entonces ellas nos llevan ventaja sobre el comportamiento social.

Ellas te van a poner a prueba para ver si eres un mentiroso o si de verdad eres un alfa. Estas pruebas las van a hacer inconscientemente ellas siempre piensan por adelantado así que debes estar listo para esto y es por eso que te ayudaremos a superar sus pruebas y demostrarles que en verdad eres un Hombre Alfa.

Ahora que sabes cuales son las cualidades que atraen a las chicas, solamente debes mejorarlas y desarrollarlas para poder conquistarlas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

46

Seducir a una mujer es una verdadera carrera de fondo repleta de obstáculos que deberás sortear. Difícilmente vas a poder [ganarte a la](#)

[mujer deseada](#) con un par de simples **gestos y recomendaciones**; aunque los “flechazos” existen, suelen ser mucho más frecuentes en el cine y las telenovelas por lo que no debes dejarlo todo a la suerte.

Para comenzar, levanta de la silla y sitúate frente al espejo; obsérvate con atención y pregunta a tu interior: “¿es esto lo que desea una mujer?”. Tal vez seas el hombre más atractivo del mundo, y tal vez te cuides más que “Cristiano Ronaldo”, pero siempre habrá algo que puedas mejorar. Recuerda que las mujeres son mucho más detallistas que los hombres, se fijan en todo, desde el corte de pelo, hasta los zapatos, el reloj y, ¡atento!, las manos.

Y por supuesto, no abandones tu higiene bucal. Si antes de encontrarte con ella has bebido o fumado, procura masticar un chicle o un caramelo.

¡Ah! Y nunca está demás llevar contigo un cepillo de dientes y dentífrico, por lo que pueda pasar. Todo esto evitarás que tengas mal aliento, algo que está comprobado que reduce incluso el deseo sexual, y así entramos en lo siguiente de debes cuidar al máximo para conquistar a una mujer: el olor.

Si la vista será un sentido determinante para conquistar a una mujer, no menos lo va a ser el olfato. A las mujeres les encantan los hombres que huelen bien, como también a los hombres les gustan las mujeres que huelen bien. Así que perfúmate, pero tampoco te pases, no es necesario zambullirte en el frasco de perfume, sé sutil echando sólo unas gotas tras las orejas, el cuello o el interior de las muñecas.

Hablamos de apariencia, y hablamos de aroma, pero cuando esa mujer comience a conocerte, tu interior, tu forma de ser, pasará a un primer **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

47

plano. Recuerda que debes mostrarte seguro, deja de lado toda actitud pesimista y derrotista porque esos sentimientos se reflejan en tu rostro, en tu mirada e incluso en tu lenguaje corporal: “¡Tú puedes!”, debes decirte a diario a ti mismo.

Pero tampoco te crezcas, aprende a escuchar, a ser sincero y a respetar. El mundo no gira en torno a ti, y a las mujeres les gusta que las escuchen, pero también querrá escucharte a ti. Trata de encontrar intereses comunes y conduce las conversaciones hacia ellos, eso sí, tratando de evitar siempre los temas más polémicos.

El camino para seducir a una mujer, y tener éxito en ello, requiere conocer la psicología femenina o, al menos, ser capaz de comprender cómo piensan las mujeres, por ello, algunas cosas que siempre deberás evitar son:

Muchos hombres creen que para conquistar a una mujer es esencial decirle “te quiero”. Esto es cierto, pero sólo en parte. No tengas prisa, no corras, no le digas “te quiero” demasiado pronto.

Para que una mujer contemple la posibilidad de tener algo más contigo, primero deberá confiar en ti; cuando te hayas ganado su confianza plena, será el momento de poder decir “te quiero”, porque te creerá dado que ya lo sabía antes de que tú se lo dijeras.

No seas “pegajoso”, es decir, por pasar mucho tiempo con ella no la vas a conquistar antes, tal vez el efecto pueda ser al contrario.

Deja espacio, sin pasarte; deja que te eche de menos de vez en cuando. En esto, hombres y mujeres somos prácticamente iguales, nos damos cuenta de que nos necesitamos uno al otro cuando nos echamos en falta.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

48

No manifiestes interés demasiado pronto, genera algo de expectación, incluso inaccesibilidad. Lo cierto es que deseamos más aquello que no podemos tener.

Por último, no te muestres desesperado, desconsolado o con carencias afectivas.

Muy bien ya sabes cómo son los primeros pasos para conquistar, pero como te dije antes es hora de desarrollar a tope tus habilidades atractivas para poder superar las pruebas de las chicas.

¡Así que vamos a ello!

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

49

En resumen

- Debes desarrollar tus cualidades atractivas: Divertido, confiado, interesante y maduro.
- Debes matar tus cualidades no atractivas: Aburrido, poco interesante, desesperado e inseguro.
- Tienes que estar preparado para las pruebas de las chicas ellas nos llevan mucha ventaja ya que han desarrollado sus técnicas sociales desde pequeñas.
- Si quieres de verdad seducir a una chica debes estar en constante mejora y cuidar tu aspecto, pelo, ropa, zapatos, reloj. Las mujeres se fijan en los detalles minúsculos ellas tienen un radar para eso.

- Cuidar tu higiene bucal y tu olor es fundamental para seducir.
- Muéstrate seguro, pero aprende a escuchar. No es lo mismo ser seguro a ser un patán creído.
- No seas desesperado y no manifiestes interés demasiado pronto debes generar expectación.
- No seas pegajoso y no estés siempre disponible.
- Has que ella confía en ti.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

50

Capítulo 5

Conviértete en un hombre divertido y atrevido

Las primeras cualidades que trabajaremos son las de un hombre divertido y atrevido. Las mujeres detestan los hombres aburridos porque no tienen nada interesante que aportar. Estos chicos aburridos o normales son igual que los otros así que las chicas te van a ver como otro más del montón.

Si te pones en su lugar pues si tiene lógica. Imagina que terminas de trabajar o un largo día en la escuela lleno de tareas. Tú lo que quieres es desestresarte y divertirte, ellas no quieren que les digas a cada rato lo lindas que son o que la quieres invitar a comer. Por eso las discotecas o bares se llenan porque todos queremos darnos una escapada del trabajo o de los estudios y solo pasarla bien.

Ser tímido, usar frases típicas, ser sumiso, poner a las mujeres en un pedestal, y tener una actitud negativa hacia la vida simplemente van a espantar a todas las mujeres. Al igual que los chicos sin metas, que siguen a los demás, que no tienen confianza en sí mismo y no tienen sentido del humor.

Estás Loco

Muchos de los consejos que investigue la verdad yo decía que eran consejos que no servían, que eran una tontería. Pero la verdad estaba en una etapa donde no tenía nada que perder y me dije a mi mismo que debía abrir mi mente a nuevos consejos. Tenía que vaciar mi mente y estar dispuesto a intentar.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

51

Así que es posible que muchos de los consejos que veas de ahora en adelante te parezcan un poco locos, pero dime, estás leyendo este libro porque todo en lo que te han enseñado sobre las chicas y sobre cómo actuar con ellas no ha funcionado también ¿Verdad?

No temas yo también tuve miedo de practicar, pero lo hice **y te puedo asegurar que obtuve resultados** los mismos resultados que tendrás tu si aplicas los consejos que veras.

El Sentido del Humor de un Alfa

Es hora de que desarrolles esta habilidad de ser el chico divertido, pero debes tener un sentido del humor de un Alfa porque si no haces lo correcto simplemente te convertirás en el payaso de tus amigos y de las chicas.

Te lo digo por experiencia yo estaba en el proceso de desarrollar esta habilidad y quería hacerme el chistoso. Al principio me fue bien las chicas se reían y mis amigos también, pero nadie me dijo que hay un límite. Quería hacer de cada situación algo gracioso y tampoco es por ahí el camino, incluso le hice bromas a un profesor, pero nadie se reía y si quedé en ridículo. Fue ahí donde dije que me estaba desviando del camino seductor y me estaba subiendo al del payaso.

Por eso aquí te mostraré los consejos de un hombre divertido y maduro para no caer en la zona del payaso de todos, las chicas aman a alguien divertido, pero no al payaso de todos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Si preguntas a una mujer qué busca ella en un hombre, el humor es una de las respuestas más comunes. Sí, sabemos que lo que ellas dicen buscar en un hombre no es lo que buscan realmente, pero el sentido del humor es una excepción.

Investigadores de la Escuela de Medicina de la Universidad de Stanford descubrieron que la evolución ha llevado a las mujeres a buscar el humor y experimentar atracción hacia el hombre que lo posee. Sí, el humor es una característica de hombre alfa.

Sigue estos 10 tips y les estarás arrancando risillas sexys a las chicas todo el tiempo:

1.- Evita Payasadas

En los tempranos días del cortejo, hay formas ciertamente más sexys de impresionar a una mujer que comportarte como Mr. Bean con ella.

Así que puedes ser que estés caminando en un terreno difícil y te dirijas a ti mismo hacia la última cita con ella. En vez de exhibir tu lado ridículo, enfócate en las tres C: Coqueto, carismático y cortés, para asegurarte de que ella deseará verte de nuevo.

2.- Guarda Tus Risas Para Sus Bromas

Tú podrías encontrar tu propio humor grandioso, pero trata de no hacerlo demasiado obvio. Está bien permitirte una risa, especialmente si ves que ella está disfrutando y sientes que está buscando compartir esa alegría que has creado, pero solo asegúrate de mantener esto discreto. Si los roles se invierten, asegúrate de reír de sus bromas. Ella sentirá bien si puede hacerte reír.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

3.- Compartir es querer

Las mujeres son compartidas por naturaleza: Ella está muriéndose por decirte sus secretos, sentimientos e historias. Acelera el proceso natural de unión compartiendo historias familiares divertidas. No solo se sentirá instintivamente más atraída hacia ti si acaricias sus huesos de la diversión, lo cierto que estás compartiendo memorias íntimas que la harán sentir más valorada, aceptada y feliz. Tenlo en mente, esto solo funciona si no lo haces abstracto, tal como un momento “tenías que estar ahí”. También deberías evitar detalles gráficos por ahora; este no es el momento correcto para hablarle sobre el día en que tuviste una diarrea incontrolable o un viaje de campamento con tu hermano.

4.- El modo de expresar lo es todo

El humor seco e inexpresivo generalmente va a funcionar bien. Pero una parte crucial de este estilo de comedia es cómo lo dices. Si estás pronunciando una ocurrente línea mientras conversas con ella, no vas a obtener el efecto completo, así que asegúrate de afilar tus herramientas y gestos correctos. Igualmente, mientras lo haces, no vayas a ser inexpresivo sobre algo serio en una forma cómica, esto no se verá bien.

5.- Da una buena primera impresión

Si tu mamá dice que tú das una buena impresión, no creas automáticamente que eres el próximo Robin Williams. Ella te trajo al mundo, así que ama automáticamente lo que haces, siempre y cuando sea legal. Pero si tus amigos te han dicho que tienes buen tino para imitar a otras personas y su rostro refleja agrado cuando conviven contigo, posiblemente lo estás haciendo bien. Pero no te lo tomes muy en serio, guarda tus impresiones para la pregunta “¿Cuál es tu talento secreto?” y puedes estar seguro de que ellos (o ellas) reirán.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

54

6.- Se positivo

A las mujeres les gustan los hombres que tienen su ego bajo control, por eso un aire de humildad es más fuerte que cualquier Lamborghini, traje de

diseñador o penthouse en Miami. Reírte un poco de sí mismo puede obrar a tu favor porque muestra el lado vulnerable de un hombre, lo que es similar a compartir escenas personales de su vida.

Pero mientras una ocurrencia sobre no ser “número uno en yoga”

después que los servicios de emergencia han sido llamados porque no pudiste colocar tu pierna detrás de tu cabeza es divertida, no le digas a tu cita que eres un bueno para nada y una basura de persona. Hay un punto donde pasa a mostrar falta de confianza, y no es nada sexy.

7.- La modestia es una virtud

No vayas a desbordar la confianza hasta el punto que comienza a parecer auto-indulgencia. Si tienes una reputación de ser un poco audaz, está bien. Pero mientras un hombre confiable es muy agradable, un hombre desilusionado con un falso sentido de autoridad y superioridad no lo es. Para la mayoría de las personas es aburrido escuchar cuán mucho mejor eres tú con respecto a los demás, ¿lo sabías?

8.- Sé Original

Cualquier puede citar líneas de los programas televisivos de comedia.

Pero mientras estas líneas la harán reír, solo funcionarán por un tiempo.

Tú puedes ofrecerle mucho más que una línea aprendida. Tú eres totalmente único, tú tienes experiencias de vida que no tiene ninguna otra persona en este planeta. Tienes tu propio repertorio de cosas, y eso incluye humor. Si piensas en algo que te hace reír, es posible que también le haga reír a ella.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

55

9.- Ríe de ti mismo

Una de las cosas más atractivas que puedes hacer es mostrarle que eres capaz de reírte de ti mismo. ¿Quién querrá salir con un chico que se toma a

sí mismo y a su vida demasiado enserio? Si se derrama un poco de vino sobre tu camisa en la primera, mantente tranquilo. Eso no importa, solo riéte de ello.

10.- Sé tú mismo

Si sientes presión por tener que ofrecer un poco de diversión a otra persona, no te preocupes. No hay nada malo en aprender nuevas técnicas para hacer que la mujer que te interesa ría, pero, ultimadamente, una relación de largo plazo no debe involucrar perder tu sentido de ti mismo. No tomes una estrategia de comedia que no te hace sentir genuino.

Imagínate la siguiente conversación entre un chico y una chica:

Chico: “Hola, ¿por qué tan seria hoy?”

Chica: “Mi maestro me dejó demasiada tarea...”

Chico: “A mí también me dejaron mucha tarea ... qué pereza, no quiero hacerla.”

Chica: “Yo tampoco...”

En este caso, el chico le sigue la corriente y los dos terminan teniendo una conversación aburrida, la chica sigue frustrada por su escuela y aburrida de hablar contigo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

56

En cambio, más bien podrías usar una broma para levantarle los ánimos y que se ría un rato. La conversación anterior podría ir así:

Chico: “Hola, ¿por qué tan seria hoy?”

Chica: “Mi maestro me dejó demasiada tarea...”

Chico: “Espera un segundo, necesito hacer una llamada...” (sacas tu teléfono celular) “¿Aló? Sí, necesito que se deshagan del maestro para mañana.”

¿Ves la diferencia? Con eso levantarás los ánimos y se reirán un rato a comparación del ejemplo anterior que solamente se lamentaban los dos, tal vez pensemos que es bueno ser simpaticante de ella y decirle que tú también la comprendes porque tienes tarea o trabajo, pero recuerda que las chicas quieren divertirse.

Ese sólo fue un ejemplo, pero como puedes ver cualquier broma ligera va a hacer reír a una chica, la hará olvidarse de sus problemas diarios y se va a divertir.

Recuerda

Las personas acuden a bares, discotecas, y al alcohol para escapar del estrés de la vida cotidiana y divertirse.

Y si estás pensando que a las chicas les puede parecer de mal gusto una broma cuando ellas están tan estresadas, déjame decirte que ese es el error que todos los hombres aburridos hacen. Como temen que una chica no esté con ganas de divertirse, entonces creen que consolarlas o escucharlas quejarse de la vida es la mejor manera de **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

57

actuar. Y la verdad es que hacerlas reír y alegrarles la vida es la manera de ser diferente.

Sí existen momentos en que las chicas no quieren reírse, claro, todos tenemos muy malos momentos. Imagínate que la chica tiene un familiar enfermo. En esos casos obviamente evita las bromas, usa el sentido común. Sin embargo, estos momentos son pocos y por lo general una broma le levantará los ánimos.

Recuerda la regla: “No lo tomes personal si algo sale mal, tal vez no era un buen momento y ya”

Bueno ahora que ya sabes cómo ser un chico divertido vas a tener que fusionar otra cualidad y sumarla a la divertida, esa cualidad es: Confianza.

Divertido + Confiado = Atrevido

Básicamente, un hombre atrevido es aquel que tiene la confianza suficiente para hacerles bromas a las chicas sin que le importe. Para él, las chicas no están en un pedestal, más bien son como sus hermanas menores a las que pasa molestando.

La cualidad de atrevido es una de las que te hace diferente de los otros chicos, puesto que todos los hombres pierden la confianza en sí mismos, empiezan a llenarse de pensamientos como, “esa mujer es demasiado bella para mí”, o “ella es perfecta, yo viviría para satisfacerla”, y es así como empiezan a besarle los pies y volvemos a lo mismo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

58

Quiero que a partir de hoy, cuando ves a una mujer que te gusta, dejes de pensar que ella te va a rechazar o que no tienes lo que se necesita para atraerla. Ella es una simple mujer más y ya.

De hecho, las mujeres están acostumbradas a que 9 de cada 10

hombres las idolatren, así que cuando eres la excepción, el simple hecho de ser diferente las sorprende, las altera, y es ahí cuando quedan con ganas de más.

Ser un Hombre Atrevido

Si eres un hombre que se guarda la mayoría de sus emociones naturalmente no eres para nada un tipo atrevido, es decir, por ejemplo, un día subes al autobús y el conductor te entrega tu cambio con algunas monedas de menos, ves el error del conductor y te dices a ti mismo que no vale la pena decirle

nada al respecto ¿Por qué no lo haces? ¿Por vergüenza? ¿Crees que no vale la pena decirlo?

Lo que sucede en sí, es que te guardas todo para dentro, es decir no expresas tus pensamientos y sobretodo tus emociones, todo lo que sientes que se queda en tu mente y no fluye ni en palabras y ni en tu lenguaje corporal. Quizás pienses, pero ¿Qué tiene qué ver esto con las mujeres y seducir? Tiene que ver mucho, porque si eres un tipo que se guarda para sí mismo todo lo que siente o le molesta, como en el caso de las monedas... difícilmente expresara lo que desee en el caso de seducir a una chica ¿Ahora lo entiendes?

En el ejemplo anterior, en tu mente creó la idea de dar la vuelta y decirle al conductor que te faltaba alguna moneda, lo pensaste, pero no fuiste capaz de expresarlo con palabras; lo mismo te sucede en el campo de la seducción, ves a una compañera de trabajo con un vestido nuevo, el CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

59

cual le queda como un anillo al dedo, luce fantástica y da a su figura un gran punto sexy, pero no te atreviste a decirle nada al respecto, a lo mucho dices algo como ¿Nuevo ese vestido? y no dices más.

Como he dicho anteriormente solo lo piensas, pero no lo dices, el motivo porque el cual no te atreves a decir algo al respecto son innumerables:

Miedo por lo que pueda pensar

Vergüenza

Podría pensar que eres un tipo que piensa todo tiempo en el sexo

Temor a que sienta que te gusta... y más

Al final nos debería dar igual el motivo por el cual no lo expresas, pero lo que sí es importante es que deberías expresarlo en el momento y en lugar donde te encuentres, por supuesto siempre y cuando desees mejorar tu vida

amorosa, ya que desarrollar características de un hombre atrevido con las chicas te ayudara notablemente a conseguir lo que deseas en tus citas.

¿El Atrevimiento resulta Atractivo?

Ser Atrevido implica decir lo que piensas sin temor a decirlo ni al resultado de ello, lo cual mires por donde lo mires requiere de una gran valentía, como lo es también romper las reglas de lo que supuestamente es normal, sin duda en resumen, aunque pasen los años este tipo de atracción siempre funcionara, es decir ser valiente y rebelde en el sentido que intento explicarte.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

60

Acercarte a una total desconocida en la calle simplemente para decirle lo atractiva que te parece es una situación realmente atrevida, ya que hay tener un gran par para hacerlo de la forma correcta y no parecer un gilipolla al intentarlo ¿No es cierto? Por lo tanto, eres valiente al hacerlo, es decir atrevido y en consecuencia atractivo.

Mantener la mirada a una mujer realmente guapa es una proeza hecha por pocos hombres, no hay que negarlo ni avergonzarse por ello, es difícil para muchos así que lograrlo requiere cierta valentía y una gran determinación ¿Acaso no eres atrevido al hacerlo?

Piensa por un minuto que tu compañera de clase se hace sin querer un pequeño corte en el dedo, como es normal uno se chuparía el dedo para calmar la herida o retirar una minúscula cantidad de sangre, pero en este caso eres tu quien se adelanta y terminas chupándole ligeramente el dedo, acto seguido le sueltas una frase pausada como... “tranquila, acabo de salvarte la vida”, ¿Acaso no le subirían los colores al rostro?

¿No te empezaría a ver diferente?

El falso cumplido

La situación más típica con las chicas es que todos los hombres les dicen un cumplido, pensando que van a ser diferentes. Te doy un ejemplo:

Chico: “Hola...”

Chica: “Hola...”

Chico: “Te quería decir que ese vestido te luce muy bien”

Chica: “Gracias...” (te ignora)

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

61

La mayoría de los chicos creen que pueden hacer un cumplido y decirle algo bonito a las chicas que no le hayan dicho antes (como el ejemplo del vestido), pero la triste realidad es que ella ya lo ha oído antes de otros chicos, y te decide ignorar pues eres más de lo mismo.

En cambio, imagínate que le dices algo así:

Chico: “Hola...”

Chica: “Hola...”

Chico: “Ese vestido te luce muy bien... ¿es de tu abuela?”

Chica: “¿QUÉ?”

¿Viste lo que está pasando? A esto, se le llama el falso cumplido: Primero, utilizas un cumplido común y corriente para que las chicas crean que eres un chico igual a todos... y después aprovechas para hacerle una broma o decirle algo brusco, que las toma por sorpresa.

Si le dices esto a una chica, lo que ella pensará es:

“¿Será que de verdad parece que es de mi abuela? ¿Será que es anticuado? Yo pensé que lucía muy bien, todos los chicos me han

dicen que es hermoso... ¿por qué él no?"

Un punto muy importante que debes saber es que cuando demuestras confianza y que eres atrevido, nunca debes perder tu compostura.

Recuerda que las chicas te están probando a todo momento, para ver si eres real o no. Imagínate que decides disculparte.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

62

A veces por miedo a que ellas piensen mal nos disculpamos, ellas suelen exagerar todo así que no des paso atrás.

Chica: "¿QUÉ? ¿Qué te pasa, por qué crees que es anticuado?"

Chico: "Perdona, era una broma nada más, discúlpame, no quería ofenderte."

Chica: "Lo sabía..." (te ignora)

Nunca actúes así. Después de hacer una broma, nunca pidas perdón ni digas que fue una broma, cuando haces esto básicamente le estás diciendo a las mujeres que eres sumiso a ellas y que haces todo lo que ellas te digan. Recuerda: ¡Es una prueba!

En cambio, continúa la broma y toma una posición seria:

Chica: "¿QUÉ? ¿Qué te pasa, por qué crees que es anticuado?"

Chico: "Perdona. No creo que se te vea mal. Nada más que mi abuela usaba uno igual hace 50 años y me acordé de ella."

Chica: "¿Hace 50 años?"

De nuevo, al decir: "Perdona. No creo que se te vea mal", ella va a pensar que te estás disculpando. Y ahí es donde aprovechas para darle a entender

que te estás burlando de ella.

Después de esto, la chica probablemente se dé cuenta que cayó en tu broma, y va a querer seguir hablando contigo, porque la sorprendiste y se está divirtiendo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

63

Este falso cumplido debe ser aplicado con una actitud relajada y sin temor. Ese fue solo un ejemplo, pero puedes aplicarlo a cualquier cosa.

La regla general es que te imagines que las chicas son tus hermanas o primas menores, con las que pasas bromeando siempre.

Eso sí, algunas de tus bromas van a fallar, por cualquiera de las siguientes tres razones:

No es su día y está de mal humor. Intenta en otro momento o con otra chica.

No usaste un tono de voz ni el lenguaje corporal adecuado, así que se notó que estabas fingiendo.

Tu broma está muy pasada y no les gusta a las chicas. No te disculpes, nada más baja el tono de tus bromas.

Ten cuidado de no excederte en las bromas porque puedes caer pesado.

Es tentador caer en el error de pensar que las chicas de tu país o de tu zona son muy engreídas, malhumoradas, pesadas, y que no les gustan las bromas. Pero realmente, la mayoría de las veces el problema está en tu forma de transmitir la broma. Dicen que un buen chiste no depende del chiste en sí, sino del que lo cuenta, y lo mismo sucede cuando haces bromas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

64

Debes aplicar el hombre atrevido desde el instante en que conoces a una mujer. No esperes días o semanas para aplicarlo porque se notará forzado, aplícalo desde el día en que la conoces para que el jugueteo empiece desde el primer día.

Te doy un ejemplo más del falso cumplido:

Chica A: “Te presento a mi amiga, ¿verdad que es linda?”

Chico: “Mucho gusto!”

Chica B: “Mucho gusto...”

Chico: ¿De cuál chica linda me estabas hablando?”

Recuerda: siempre debes buscar la forma de jugar con ellas y tratarlas como tus hermanas o primas menores.

Haz lo inesperado

Los hombres atrevidos no tienen miedo de hacer algo nuevo y una de las razones por la que es tan emocionante estar cerca de ellas es que te mantienen a la expectativa. Esto podría ser algo nuevo para ti, como un baile de salsa o aprender a practicar esquí acuático. Cualquier cosa que hagas, asegúrate de hacerlo por ti, no por los demás.

Hacer algo nuevo e inesperado podría hacer que te sientas vulnerable o con miedo. No sucumbas ante esas sensaciones. En vez de eso, acepta lo nuevo de esa habilidad y no tengas miedo de ser tú mismo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

65

Lo que siempre recomiendo cuando me preguntan: “¿A dónde llevo a mi amiga? O ¿Qué lugar es bueno para una cita?”. Simplemente les digo que deben llevarlas a lugares que activen las emociones de una mujer. Por ejemplo, si llevas a tu “amiga” a una cafetería o a un restaurante serás uno más del montón, pero si la llevas a una montaña rusa, a escalar o algún otro

lugar poco común eso sin duda lo recordará y pensará: “Nadie me ha traído aquí”. Eso deben hacer crear emociones en ella y que te recuerden, hacer lo inesperado para no ser del montón.

Aprende a decir NO

Algo que los hombres alfa igualmente hacen es aprender a decir no. Si alguien te pide que hagas algo que no quieres hacer, niégate a hacerlo.

Decir “No” revitalizará tu individualidad y te ayudará a sentirte atrevido, asegurándote de estar listo y dispuesto a salir y a conseguir lo que quieras. No sientas como si tuvieras que inventar una excusa o una explicación. Las personas tendrán que aprender a respetar tu honestidad y audacia, y conseguirás lo que quieras. Debes darte cuenta de que, si te comprometes a hacer algo, debes llevarlo a término. Tu sentido de respeto por ti mismo crecerá, así como lo hará el respeto que te tengan otras personas. Por eso debes llevar cabo lo que afirmas hasta completarlo. No es suficiente que simplemente digas que vas a hacer algo, en realidad tienes que hacerlo o los demás te considerarán una persona de poco fiar. Cuando tus palabras son buenas y llevas tus acciones a término, las personas confían en ti y te consideran una persona atrevida, confiable y compleja.

Si aceptaste hacer algo que realmente no deseas hacer, es probable que simplemente debas llevarlo a término porque ya diste tu palabra.

La próxima vez, recuerda decir “No” y hazte valer.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

66

Chicas a la defensiva

Cuando una chica te hace una prueba que parece que te insulte, no les echas la culpa, ellas lo hacen inconscientemente. En cambio, ten una actitud tranquila y trata de meterla en tu juego. Ahora es ella la que trata de probarse ante ti y se va a poner a decirte razones de por qué deberías invitarla. Claro, aprovecha todo lo que dice para ser atrevido y seguir bromeando y jugueteando con ella.

Normalmente, las chicas hacen pruebas que pueden insultarte porque están hartas de tantos hombres que llegan a hablarles. Imagínate que eres una mujer y 9 chicos te han dicho ya que te invitan a un trago porque eres guapísima. Si tú eres el décimo hombre, seguro que te va a tratar mal.

Claramente, las chicas se hartan, y se ponen a la defensiva. La idea es usar un escudo para espantar a los hombres inseguros y desesperados, crear un tipo de “coladero” por donde solo pasen los chicos que de verdad saben seducirla. Es como que te tocara entrevistar a 300

personas para un sólo puesto, va a haber cartas y currículos que vas a botar y ni siquiera vas a leer... ¿cierto?

Comúnmente, las chicas van a estar a la defensiva en ciertos lugares donde los hombres generalmente las tratan de “impresionar”.

Normalmente son lugares donde hay chicos alcoholizados, algunos hasta violentos, en bares, discotecas, antros, y fiestas. Con el licor muchos hombres se desinhiben y por eso las mujeres van a probarte aún más fuerte en estos lugares.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

67

Por eso, te recomiendo lugares más amigables o donde las chicas no están acostumbradas a que hombres las traten de conquistar.

Sin embargo, no quiero que confundas la diferencia entre una chica que está a la defensiva, y cuando realmente estás molestándola. Por regla general, si estás actuando de forma desesperada y rogándoles por atención, estás actuando mal.

Por ejemplo, cuando te quieren probar:

Chica: “¿Te crees muy gracioso?”

Chico: “¿Qué, no tienes sentido del humor? Para tus amigos debe

ser una pesadilla hablar contigo.”

Generalmente, esto lo hacen las chicas físicamente más atractivas o más engreídas, en ese caso son un poco más difíciles de conquistar si no tienes experiencia con mujeres normales.

Sin embargo, te invito a que, si alguna vez estás en esta situación, pruebes viendo qué tan defensiva está. No te preocupes si crees que la insultaste, normalmente ella no lo va a tomar personal si tú no lo tomas personal.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

68

Los beneficios

Ser atrevido es de los estilos de vida más emocionantes que existen.

Así que, si te consideras atrevido, ya sabes de lo que hablo.

Cuando se trata de intentar cosas nuevas, ir a lo desconocido, atreverse a marcar la diferencia, etc, te topará con algunos obstáculos. Entre ellos están miedos, críticas, envidia y lo incomodísimo que se siente salir de tu zona de confort. Sin embargo, los beneficios harán que al final todo valga la pena.

Es por eso que vamos a recordarte las ventajas que tiene ser atrevido, te explicaré cómo puedes beneficiarte de ello y así nunca más dejar pasar una oportunidad.

Beneficio #1

No sabes qué es el arrepentimiento

Para alguien atrevido el arrepentimiento es de esas palabras que no existen en su diccionario. Esta persona cuando ve una oportunidad, va por ella y punto. Así de intenso es.

Sabe perfectamente que es mil veces mejor aprender intentándolo, que fracasar quedándose con él hubiera. Por cierto, él hubiera es de esas

horribles palabras que existen y a la vez de las peores emociones que el ser humano puede sentir. Si me hubiera acercado..., si hubiera dicho esto..., si hubiera hecho lo otro..., ¿te ha pasado?, ¡Es lo peor!

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

69

Así que la próxima vez que se te presente una oportunidad sólo recuerda que es preferible hacer el ridículo más grande del planeta, que quedarte con la frustrante duda de ¿qué hubiera pasado?

Beneficio #2

Las oportunidades son ilimitadas

La persona común esperará que el momento perfecto llegue, mientras que el atrevido creará la oportunidad para sí mismo y a la hora que él desee. Es así de emocionante.

Por ejemplo, algunos conformistas se convencen de que el amor de su vida llegará cuando la vida quiera.

– ¿Y qué tal si ya no hay vida? – les pregunto. Esta es la peor manera de dejar pasar los mejores años de tu vida esperando. El momento es ahora.

En ocasiones el amor de tu vida está más cerca de lo que crees.

¿Recuerdas a esa chica del parque?, ¿o la que estaba caminando en el centro comercial y no le hablaste por miedo?

Quizá ella se moría de ganas por conocerte y tú no se lo permitiste. Por miedo tuyo dejaste pasar 2 cosas: descubrir si ella era la indicada y a la vez permitirle a ella descubrir si tú también lo eras.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

70

Beneficio #3

Adquieres más energía y presencia sexual

Cuando pienso en atrevido, lo primero que me viene a la mente es intensidad. Intensidad por llevar una vida totalmente libre, sin remordimientos y sin miedo al fracaso.

¿Imagínate a alguien que ve algo que quiere y de inmediato va por ello?,

¿cómo sería vivir así? ser así de intenso es algo que a las mujeres les fascina.

Cuando las mujeres hablan de los famosos chicos malos, realmente se refieren a los atrevidos. Esos que roban besos, dicen lo que piensan tal cual, son sinceros en su forma de ser... Esto es lo que yo llamo energía sexual en un hombre.

Beneficio #4

Te desmarcas de inmediato

¿Quieres salir con esa chica tan atractiva verdad? Pues bien, déjame informarte que miles de hombres están pensando y algunos intentando lo mismo que tú. Dicho esto, si quieres tener éxito la única manera es desmarcándote de todos ellos.

Si quieres algo que los demás no tienen, debes estar dispuesto a hacer lo que los demás no hacen. Y en este caso, hacer lo que los demás no hacen de una forma muy atractiva. Por ejemplo, acercarte a decirle a una chica tal cual tus intenciones, es algo que muy pocos hombres se atreven y por lo tanto te hace desmarcarte en segundos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

71

Beneficio #5

Hay más gente valiosa en tu vida

Supongamos que llegas a una fiesta y eres el que se atreve a hablar con todo mundo. Te atreves a contar las mejores historias, te atreves a bromear, bailar, y en pocas palabras, eres el que se atreve a ser el alma de la fiesta. ¿Adivina qué va a pasar? Todo mundo va a querer convivir contigo.

Dicho esto, te pones en una excelente posición para conocer a mucha gente. Y en esta vida todo es contactos...

Por otra parte, cuando hablamos de un ambiente nocturno, como antros y bares, esto es lo primero que buscamos para atraer a la mujer que tanto nos gustó.

Beneficio #6

Sacas el grandioso potencial que llevas dentro Digamos que en este momento estamos Cristiano Ronaldo y yo con una pelota cada uno, frente a una portería.

Cristiano es uno de los mejores del mundo en fútbol, sino es que el mejor, mientras que yo sólo soy alguien con muy poca experiencia en este deporte. Sin embargo, a él le indican que no puede patear la pelota y a mí me dicen que sí puedo. Si yo pateo la pelota hacia la portería,

¿quién crees que tiene mayor posibilidad de un gol? ¿Cristiano o yo?

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

72

¡Exacto, yo! a pesar de que él sea Cristiano Ronaldo, si no lo intenta, yo con mucho menos talento que él puedo superarlo sólo porque lo intenté y él no.

Así sucede con muchas personas que tienen un talento gigantesco, pero nunca lo descubrirán porque no se atreven a intentarlo.

Beneficio #7

Puedes pasar a la historia

Si vamos más lejos, imagínate todas las personas que se atrevieron a crear cosas que cambiaron para siempre el mundo: Thomas Edison con el foco eléctrico, Louis Pasteur con la pasteurización, Alessandro Volta creando la primera pila eléctrica, entre muchos más.

En el camino al éxito mucha gente no sólo los criticó de manera negativa, sino también hubo algunos que los llamaban locos e intentaron detener lo que estaban haciendo. Y literal, al ser atrevidos, nunca se rindieron.

Sólo imagínate qué hubiese pasado si ellos no se hubieran atrevido...

Conclusión, la próxima vez que te de miedo intentar algo nuevo con esa chica que te gustó, sólo recuerda que hay gente que no sólo se atreve a ir por lo que quiere, sino también arriesgan su vida en el proceso.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

73

Juego de rol

Una excelente forma de jugar con una chica es incluirla en un rol o papel ficticio. Mi favorito es que le das a entender que ustedes son una pareja de novios, o de esposos. Claro, esto sirve mejor con un tono ligero, molestándola, y como siempre usando falsos cumplidos para burlarte de ella. Por ejemplo:

Chico: “Ese es el vestido que quiero que uses en nuestra boda, es hermoso.”

Chica: “¿En NUESTRA boda?”

Chico: “¡Claro, aunque vas a tener que bajar unos kilos para que te quede, mejor empiezas ya o no nos casamos!”

Al final, siempre agrega que vas a quebrar o separarte de ella porque no pueden resolver tus diferencias:

Chico: “¿Te gusta el rock?”

Chica: “¿El rock? No... para nada.”

Chico: “No puede ser! ¿Cómo no te gusta el rock? ¡Fue un placer, pero hasta aquí llegamos, pido el divorcio!”

Este tipo de jugueteo funciona excelente apenas conoces a una chica.

A las chicas les encanta el juego de rol, desde niñas juegan a la casa, al doctor, este tipo de juegos donde tienen un papel ficticio. Si tú las metes en un papel ficticio de que es tu pareja, nada está pasando, simplemente dejas que la imaginación de ella vuele.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

74

Además, usando una frase para cortar le das a entender que no quieres nada con ella, y además aplicas la cualidad atractiva del hombre impredecible, misterioso. Al final ella no sabe si quieres estar con ella o no.

La clave está en la frase final: darle a entender que entre ustedes las cosas no iban a funcionar, pero que es culpa de ella. Así, ella va a tratar de esforzarse porque la aceptes.

Otro que técnica que puedes usar para agarrar a las mujeres desprevenidas es decirles que les puedo encontrar al hombre perfecto.

Claro, decir que ese hombre perfecto eres tú sería completamente predecible, aburrido, y te haría ver muy desesperado. Recuerda que te vuelves aburrido cuando te tomas todo muy en serio y eres demasiado predecible.

Observa cómo puedes salirte con las tuyas en una de las tantas pruebas de las chicas:

Chica: “Yo necesito estar con un buen hombre que me entienda...”

Chico: “Yo tengo uno para ti...” (señalas al hombre más perdedor del lugar) “¿Qué tal ese? Se ve como un hombre bueno.”

Chica: “¿Ese? ¡Es horrible!”

Chico: “Es perfecto para ti! Es bueno, te va a querer, te va a tratar bien, y va a saber cómo complacerte.”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

75



Esta es la forma perfecta de ser impredecible, porque le estás dando a entender que para ti ella es una simple amiga más. Normalmente, todos los chicos andan detrás de ella idolatrándola. Pero tú tienes tantas opciones que nada más quieres tenerla como amiga y pasar un buen rato. Ella es la que tiene que tratar de sobresalir para que tú la apruebes para algo más.

Además, si quieres parecer aún más atrevido puedes hacer como que lo vas a llamar para que hable con tu amiga. Puedes decir algo así:

“Claro se nota que sabe seducir a las chicas y sabe cómo relajarlas. Ya vengo, voy a llamarlo para presentártelo.”

Eso sí, cuando hagas esta broma, siempre escoge al hombre más feo o inapropiado para ella del lugar. ¡**No cometas el error de buscarle al hombre más atractivo**, porque a ese sí lo va a querer! Recuerda, las chicas te están probando y ponerte celoso es una de las pruebas más comunes.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

76

Otra cosa que puedes hacer es llevarle la contraria a las mujeres es decirle que seamos amigos primero. Normalmente, las mujeres Siempre son las que le dicen a los hombres **“te quiero... como amigo”**.

La frase que más odio.

Para evitar este tipo de frases es adelantarme y decirles que seamos amigos antes de que ellas ni siquiera lo hayan pensado. Digamos, si conoces a una chica y se están divirtiendo, le dices:

“Creo que vas a ser una excelente amiga, me caes bien.”

De esta forma, ella no siente presión porque tú le dijiste que van a ser amigos, y va a aceptar que la coquetees o le hagas bromas atrevidas, porque tú ya le dijiste que van a ser amigos primero.

Además, como le das a entender que estás interesado en su personalidad y no en cómo se ve, demuestras que no estás desesperado por cualquier chica bonita. Y además, vas a ver que la agarras de sorpresa, porque ningún hombre se atrevería a decirle que sean amigos primero.

Y si estás pensando: **“pero si le digo eso después va a ser imposible tener algo más con esa chica!”**, vas a ver que más bien ella va a cooperar más y ahí es el momento indicado para empezar a seducirla.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Mantener una actitud relajada

Una de las cosas más importantes es que nunca olvides que las chicas te están probando constantemente: poniéndote celoso, ignorándote, o diciéndote de todo.

Recuerda que lo más importante es que siempre tengas esa actitud relajada y cool tipo James Bond. Mentalízate a que nada de lo que una mujer te diga o te haga te va a afectar, todo es una simple prueba.

Porque si te afecta y te muestras enojado o molesto con las chicas, ellas se darán cuenta que no eres tan fuerte ni confiado como pareces. ¡Es una trampa!

Además de hacer bromas para superar los tests de las chicas, una excelente forma de mantener tu actitud es ignorándolas y manteniéndote indiferente. Ignora todo tipo de comentario que te compromete o trata de probarte:

Chico: “Tú me caes bien, eres interesante y diferente.”

Chica: “¿Eso le dices a todas?”

Chico: (Pausa)

Chico: “¿Te gusta leer?”

En este caso, ella realmente no cree que tú le digas a todas eso, sin embargo, si pierdes tu carácter, y te descontrolas, se dará cuenta que hay algo raro. En cambio, haz como que ella no te dijo nada. Mantén una actitud tranquila, pausa por unos segundos y continúa la conversación. Vas a ver que ella te la va a seguir, porque para ella la pregunta no era tan importante, nada más era una simple prueba.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Igualmente, algo que funciona es malinterpretarlas ya que normalmente, las chicas interpretan lo que tú les dices al gusto de ellas, y los hombres suelen enfadarse y perder la actitud cuando esto pasa.

Lo que no sabes, es que interpretarlas a ellas como tú quieres funciona increíble, y para eso vamos a malinterpretarlas de vez en cuando. Mira el ejemplo:

Chica: “Tú me caes bien.”

Chico: “¿Estás tratando de conquistarme?” “Momento!! Apenas nos estamos conociendo y tengo que ver si tú vales la pena, no vayas tan rápido.”

Chica: “Ey! ¡Yo no quise decir eso! ¡Me entendiste mal!”

Chico: “Tranquila, ya entendí, pero primero me gustaría que nos conociéramos y llevar las cosas más despacio.”

Chico: “¿Qué estás leyendo?” (cambio de tema)

Al final de la conversación, con el cambio de tema aplicamos la técnica de ignorarla y así tú no dejas que ella explique el malentendido y lo lleve hasta el final. Si ella vuelve al tema puedes decir:

Chica: “Ey, pero es un malentendido! ¡Yo no te estoy persiguiendo!”

Chico: “Ya te entendí, ¿por qué le das tanta importancia? ¿Te gusta?”

¿Viste cómo funciona? Recuerda, no hay nada peor para una mujer que cuando la malinterpretas, así que aprovecha para jugar y molestarla.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Claro, nunca debes dejar de lado la actitud divertida ni dejar de molestarlas. Un error que hacen muchos hombres es que una vez que una chica muestra interés y la está pasando bien, ellos creen que ya la ganaron y vuelven a su estado sumiso y las ponen en el pedestal... a lo que una mujer responde rechazándote y dándose cuenta que eras pura apariencia. Te vuelves un hombre más de los aburridos.

Otro ejemplo que puedes usar una vez que las chicas ven que eres atrevido, bromista, y no te tomas nada en serio:

Chica: “Necesito a un buen hombre en mi vida...”

Chico: “Frente a ti tienes un hombre serio, bueno, que te va a consentir y te va a decir cosas lindas todos los días.”

Chica: “¡Ay, no me molestes! ¡Tú nunca vas a ser así!”

Chico: “Bueno, por ti, hoy he decidido cambiar, a partir de hoy voy a ser serio y bueno. Te lo prometo.”

Por cierto, ya que mencioné la frase, es muy común que escuches a las chicas decir que quieren a un “hombre bueno”, a uno sumiso y que las ponga en un pedestal.

La verdad es que lo que una chica dice que quiere y lo que termina haciendo siempre es diferente, y es la razón por la que muchos hombres son sumisos esperando que así las van a poder complacer. Es muy común que pensemos así yo lo hice por mucho tiempo.

Te recomiendo que practiques con tus amigas o con chicas con las que no quieres nada, para que notes cómo tu actitud es tranquila y lo tomas a la ligera. Así aprenderás a dominarlo con las chicas que sí te gustan.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Sentido del humor alfa

Te voy a dar varios tips que puedes usar para mejorar tu sentido del humor en general:

Haz bromas de ti mismo: Una buena forma de practicar tu sentido del humor es hacer que los demás se rían de ti. Por ejemplo, “yo hago ejercicio muy seguido... camino de mi cama al baño varias veces al día”. Este tipo de bromas ligeras suelen divertir a las personas. Eso sí, no te abuses porque va a parecer que tienes baja autoestima.

Ten una actitud alegre y dinámica: recuerda que todos nos sentimos atraídos hacia las personas positivas. Olvídate de tus problemas, más bien, busca ser la diversión de las demás personas en tu manera de hablar y gestos.

Recuerda anécdotas divertidas: Inclusive, puedes usar una anécdota negativa y convertirla en algo divertido. Siempre uso mi anécdota real de cuando tomé el tren equivocado:

“Recuerdo que una vez tomé el tren en dirección contraria a mi ciudad.

¡Aproveché para dormir todo el viaje sólo para darme cuenta cuando me levanté que había tomado el tren correcto... pero en dirección opuesta!

¡Tuve que cambiar de tren y al final llegué a medianoche a mi casa, con hambre y sueño!”

Observa a los demás: Seguro que conoces otras personas con buen sentido del humor. Préstales atención en su manera de decir las cosas, sus gestos, el tono de voz.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



Recuerda, lo que te diferencia de los chicos aburridos es tu actitud positiva, confiada, y cómo tomas todo a la ligera, para reírte y pasarla bien.

Además, si te pones a pensar en las personas que te hacen reír, la clave no está en lo que dicen, sino en cómo lo dicen: generalmente son personas alegres y muy expresivas. Por eso es que un chiste o broma que te cuenta un amigo puede parecerle muy divertido, pero si cuando tú lo cuentas nadie se ríe, es porque no lo estás haciendo de forma correcta. Lo importante no es el chiste, es la actitud.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

82

En resumen

- Debes trabajar en tu sentido del humor, pero no exageres hasta el punto de ser el payaso del grupo.
- El modo de expresar una broma lo es todo.

- Puedes hacer bromas incluso cuando las chicas están estresadas, ellas quieren divertirse. Pero igual hay momentos en los cuales debes evitar las bromas así que aprende a distinguir.
- No lo tomes personal si algo sale mal, tal vez no era un buen momento y ya.
- Un hombre atrevido es aquel que tiene la confianza suficiente para hacerles bromas a las chicas sin que le importe. Para él, las chicas no están en un pedestal, más bien son como sus hermanas menores a las que pasa molestando.
- Usa el falso cumplido, primero, utilizas un cumplido común y corriente para que las chicas crean que eres un chico igual a todos... y después aprovechas para hacerle una broma o decirle algo brusco, que las toma por sorpresa.
- Deben llevarlas a lugares que activen las emociones de una mujer a la montaña rusa, casa de sustos, escalar, go karts, etc.
- Algo que los hombres alfa igualmente hacen es aprender a decir no cuando no tienen tiempo o no quieren hacer algo.
- Las chicas van a estar a la defensiva en ciertos lugares donde los hombres generalmente las tratan de “impresionar”, bares, fiestas, etc.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

83

- Si me hubiera acercado..., si hubiera dicho esto..., si hubiera hecho lo otro..., esas palabras no las conoce un hombre atrevido.
- Aplica el juego de rol como ejemplo que le des a entender que ustedes son una pareja de novios, o de esposos. Pero recuerda siempre jugando y en tono de broma.
- Puedes llevarle la contraria a las mujeres es decirle que seamos amigos primero para derribar sus barreras al inicio.

- Recuerda que lo más importante es que siempre tengas esa actitud relajada y cool tipo James Bond. Mentalízate a que nada de lo que una mujer te diga o te haga te va a afectar.

- Haz bromas sobre ti y siempre ten una actitud positiva, pero claro no te pases con las bromas hacia ti, nada es bueno en exceso.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

84

Capítulo 6

Lenguaje corporal de un Alfa

Por milenios, nuestros antepasados dependieron de su capacidad para leer el lenguaje corporal de otras personas y de los animales para poder sobrevivir. Un rápido e instintivo análisis les permitía saber cuándo debían atacar, defenderse o cuando retirarse. Comunicarnos a través del lenguaje corporal está grabado en nuestro ADN porque es incluso anterior al lenguaje de las palabras. Por eso no necesitamos ir a la escuela para aprender a leerlo, nuestro subconsciente es capaz de sacar conclusiones en milésimas de segundo, y decirnos si una persona es confiable o no.

Las mujeres especialmente, a lo largo de los siglos, desarrollan una mayor habilidad para leer el lenguaje corporal ya que sus hijos no se comunican por medio de palabras durante el tiempo más crítico de su vida, haciendo que su mera existencia dependa de la habilidad de sus madres para entender sus necesidades. Por otra parte, las mujeres desde siempre han sentido la necesidad de leer el lenguaje corporal de los hombres, ya que ellos, al ser más reservados, despiertan esa curiosidad intrínseca en las mujeres que les hace querer leer lo que pasa por sus mentes.

Por esta razón es tan importante para los hombres tener un lenguaje corporal de ALFA, un lenguaje que transmita ciertas características que las mujeres buscan por naturaleza, lenguaje que de a entender que él está muy en contacto con su masculinidad, que es protector, que domina su entorno, seguro de sí mismo, confiado en sus acciones y en su propio poder interior, lo que se refleja en un alto nivel de influencia en los demás y un buen

control de las circunstancias. Un hombre que haga sentir a las mujeres atraídas, acogidas y protegidas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

85

Desde niños, los hombres son naturalmente seguros de sí mismos, pero la presión socio-familiar y muchas veces los entornos negativos hacen que el chico se retraiga y le cueste expresar su esencia natural, creando problemas de expresión e inseguridades que permanecen hasta la edad adulta. Por esta razón, es importante reforzar tu masculinidad por medio del lenguaje corporal, para que te veas más seguro y en control.

Hay muchas características del lenguaje corporal de un hombre Alfa que podríamos analizar y describir una a una para que las pongas en práctica, pero de momento solo vamos a describir 10 de ellas. Si logras interiorizarlas y hacer que se vean naturales, inicialmente ya habrás ganado bastante terreno, recuerda que con el tiempo y la práctica se harán parte de tu naturaleza y se convertirán en un reflejo de tu personalidad.

Ahora, antes de entrar a describir acciones físicas, es importante tener en cuenta que, si te ves bien, te sientes bien y eso reflejarás. Asegúrate de tener un buen aseo personal, un corte de cabello adecuado, oler bien, dientes limpios y buen aliento, uñas cortas y limpias, usa desodorante, entre otros detalles, lo cual incrementará tu seguridad en ti mismo y la percepción de los demás hacia ti.

Al pararte en el espejo, haz críticas constructivas, que te permitan mejorar tu apariencia, sin irte al extremo de afectar tu autoestima o sentirte mal contigo mismo. Recuerda que la idea es generar una transformación, paso a paso, para que te veas y te sientas bien en todo momento.

Por ejemplo, si tienes unos kilitos de más, no te ataques a ti mismo por esa razón, mejor incorpora en tu plan de vida una rutina de ejercicio y modifica tu alimentación, de modo que a mediano y largo plazo llegues a tener un cuerpo cada vez más saludable.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Técnica 1: Postura Corporal de un Hombre Alfa Si quieres verte como un hombre alfa necesitas ser notado, sentirte orgulloso del espacio que ocupas en el mundo y seguro de ti mismo y de todas las cosas que puedes lograr en la vida. ¿Cómo lograrlo?

Teniendo una postura ganadora.

Si pareciera que quieres ocultar tu cabeza entre tus hombros y que tu espalda está a punto de formar un signo de interrogación, todos creerán que no estas cómodo contigo mismo o con tu vida. Así que saca pecho, endereza la columna y levanta la cabeza y separa las piernas.

Tip: De pié, pon tu espalda contra la pared, hombros tocando la pared, cara posterior de la cabeza tocando la pared, mandíbula o barbilla levantada, mirada arriba y al frente, abdominales comprimidos, piernas separadas, puntas de los pies mirando al frente y con una separación mínima de la distancia de los hombros. Imagina la postura de un militar, pero con una separación de piernas un poco menor.

Tip: En un lugar visible, un recordatorio de que debes enderezarte, algo que solamente tu entiendas y que puedas ver constantemente, como un signo de interrogación en el fondo de pantalla de tu computadora.

Técnica 2: Un Hombre Alfa memoriza el nombre de su interlocutor Un hombre en control de si mismo siempre llama a las demás personas por su nombre. Recuerda, las personas generan una relación de familiaridad con aquellos que dicen su nombre, mucho más rápido que con quienes no lo hacen. Casi todos desarrollamos una satisfacción inconsciente al escuchar que otra persona nos llama, porque nos sentimos reconocidos y aceptados. Además de que vas a lucir más interesado en tu interlocutor, si repites su nombre varias veces durante CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

la conversación, le vas a hacer sentir más cómodo, de modo que te dará la razón con mayor facilidad.

Tip: Si eres una de esas personas a las que les cuesta aprenderse los nombres de los demás, trata de relacionarlos con algo conocido, para que te resulte más fácil y divertido. Ahora bien, si a lo largo de la conversación, definitivamente no recuerdas el nombre de la persona con la que estás hablando, es mejor que preguntes nuevamente, sin miedo, a que apeles a seudónimos o apodos que pueden llegar a disgustar.

Técnica 3: A un Hombre Alfa no le da miedo el contacto físico Cuando estés conversando con alguien de una forma respetuosa toca a tu interlocutor. Ojo, No de una forma ruda o irrespetuosa, sino apenas penetrando su espacio vital, sin generar incomodidad. Esto generará una sensación de complicidad, calidez y acogimiento que muy seguramente perdurará en el tiempo.

Tip: Una buena forma, es poniendo tu mano sobre su hombro, suavemente, antes de hacer un comentario amistoso.

Técnica 4: Un Hombre Alfa mira siempre a los ojos El contacto visual es muy importante, no se trata únicamente de sostener la mirada cuando estás hablando con otras personas, sino de poder transmitirle la emoción correcta: interés, empatía, que tienes una autoestima alta o que tienes razón en lo que dices. En el reino animal el contacto visual es tan importante, que solo a través de una mirada, un animal es capaz de someter a otro. ¿No te gustaría tener esa habilidad?

Hay muchas técnicas que podrías poner en práctica para mejorar tu lenguaje corporal, detalles que pueden hacer que sobresalgas, pero necesitamos analizar más fondo tu caso en particular.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

88

Te recomendamos solicitar una asesoría personalizada por WhatsApp, mandándonos un mensaje directo en Facebook o en Instagram nos encuentras como “**Hombres Peligrosos**” y con mucho gusto analizamos tu caso por particular.

Tip: Pídele a un amigo de confianza que practique contigo. Escribe en diferentes hojas, las emociones más importantes o las que quieras dominar

mejor: alegría, tristeza, miedo, desconfianza, amor, confianza en uno mismo, entre otros; mezcla las tarjetas y dile a tu amigo que te las muestre una a la vez. Mírale a los ojos e interpreta la emoción que está en la tarjeta. Es posible que al comienzo tu amigo no sepa lo que estás haciendo, pero con el tiempo te vas a ir apropiando mucho más de tus emociones y las expresarás con mayor claridad mientras crece tu habilidad para mantener el contacto visual.

Tip: ¿Te has dado cuenta cuando entras a un elevador donde se para la gente? (en las esquinas, pegados a las paredes, con la cabeza agachada evitando el contacto visual, o en sus teléfonos. Este es un lugar perfecto para analizar quien tiene postura **Alfa** o Beta.

Tip: ¿Ahora, que debes hacer? Caminando con una postura Alfa, (la numero 1), Entra a un ascensor o elevador, camina hasta el centro del elevador, mira a cada una de las personas a los ojos, sonríe si lo deseas, luego párate en el centro del elevador mirando hacia afuera, (no te acerques a las esquinas ni a las paredes, mantente en el centro.

Nuevamente, adopta la postura número 1. Esta postura sumada a el sitio que escogiste para pararte muestra una alta seguridad en ti mismo, control de tu espacio y del entorno y le deja claro a los demás quien es el Alfa del grupo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

89

Técnica 5: Un Hombre Alfa Siempre está Alerta!

Uno de los lugares más importantes para practicar el lenguaje corporal es la calle, cuando caminas estás dando una gran cantidad de información sobre ti mismo. Si te fijas, descubrirás que la mayoría de las personas van por la ciudad mirando hacia el piso, absortos en sí mismos y en sus problemas diarios; esto los hace blancos fáciles para los delincuentes, que buscan víctimas distraídas e incapaces de reaccionar con rapidez.

Tip: No solo para evitar ser un blanco de los ladrones, sino para aumentar la confianza en ti mismo y sentirte más cómodo a la hora de interactuar con los demás, cuando salgas a la calle procura estar alerta a lo que sucede a tu

alrededor; haz contacto visual con las personas, de manera formal, sin adoptar posturas intimidantes, pero ampliando tu espacio corporal.

Asume la posición de la técnica número 1, muévete despacio, sin afanes y escanea tu entorno con la mirada. Cuando repitas este mismo tip en una reunión de trabajo, con seguridad todas las personas te verán y respetarán como un Alfa, porque ya habrás interiorizado el lenguaje corporal que te permitirá desenvolverte con seguridad porque te sentirás y te verás poderoso.

Técnica 6: Un hombre Alfa no invade el espacio vital de los demás Es muy molesto cuando alguien se acerca más de lo que debe, porque produce una sensación de incomodidad y malestar. Cuando invaden nuestro espacio vital tendemos a rechazar a esa persona y a querer alejarnos para recuperar el control de nuestro entorno próximo. Por otro lado, de forma instintiva queremos tener cerca a todas aquellas personas que nos producen confianza porque nos generan una sensación de bienestar y seguridad. Por esta razón, es importante saber **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

90

acercarse a los demás, de una forma respetuosa, pero que los haga sentir bien cuando están cerca de uno.

Esto es especialmente importante cuando estás tratando de acercarte a una mujer que acabas de conocer. Si la tocas más de lo que puede hacerla sentir cómoda y no prestas mucha atención a su lenguaje corporal, puedes terminar haciendo que ella salga corriendo o te diga que “no invadas su espacio vital” alejándose de ti, y por supuesto que nunca más querrá tenerte cerca.

Tip: Para medir el nivel de compenetración que tienes con tu interlocutor, especialmente cuando es una mujer, acercarte de medio lado, manteniendo el cuerpo recto y una postura varonil. Aproxima tu costado sutilmente. Si la otra persona se muestra tranquila y cómoda, es porque se siente a gusto contigo; si da un paso atrás o se curva ligeramente para alejarse, con mucha tranquilidad recupera tu postura inicial y sigue conversando porque aún no te has ganado su confianza.

Técnica 7: Un Hombre Alfa no oculta sus manos Poner las manos dentro de los bolsillos muestra inseguridad, temor y da la sensación de que estas ocultando algo. Tampoco deberías cruzarte de brazos a menos que desees que tu interlocutor piense que no te interesa el tema del que está hablando y que quieres bloquearte o alejarte. Es bastante común, cuando una persona se siente atacada, que cruce los brazos o meta las manos dentro de su ropa como

“tratando de protegerse a sí mismo”.

Si en algún momento notas que tu interlocutor estás tomando esa actitud, trata de relajarte y que tus brazos estén en una posición que luzca más cómoda.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

91

Tip: Si un día tu jefe te está acusando de haber hecho algo mal, o estás en cualquier otra conversación angustiante, tu recuerdas que no debes cruzar los brazos, pero sencillamente no se te ocurre que hacer con ellos: ponlos sobre tu cadera, es una pose cómoda, abierta, que disminuirá la tensión de tus manos y al mismo tiempo reflejará una mayor seguridad en ti mismo, mientras le dice a la otra persona, “estoy pensando en lo que dices, aunque lo desapruébe”.

Técnica 8: Un Hombre Alfa camina con seguridad Aunque caminar es una de las primeras cosas que aprendemos a hacer, la forma en que lo hacemos revela mucho de nuestra personalidad, nos puede hacer ver inseguros, tímidos, incómodos y hasta fuera de lugar.

Muchas personas tímidas, corren de un lugar a otro, no porque tengan afán, sino porque quieren salir de la vista de los demás lo más pronto posible. Un hombre alfa no quiere eso, un hombre alfa quiere ser notado y respetado.

Tip 1: Prográmate para hacer las cosas con suficiente tiempo. Evita la procrastinación, no solo porque es un hábito que puede destruir tus proyectos de vida más importantes, sino porque al hacer las cosas a última hora, con seguridad tu marcha se verá ansiosa y fuera de control.

Tip 2: Camina con pasos amplios y sin afanes, incluso si tienes que correr hazlo a un ritmo que puedas controlar. Como dice el dicho, “es mejor lento pero seguro”.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

92

Técnica 9: Un Hombre Alfa Sonríe Todos queremos rodearnos de personas positivas y que contagien felicidad. Además, si te muestras como alguien alegre, vas a tener una probabilidad mucho más amplia de convencer a los demás, ya sea un cliente, a tu jefe o a la mujer que te gusta, porque las personas relacionan inconscientemente tu actitud con la propuesta que les estás haciendo. Así que, para conquistar todos los retos de tu vida, ponles buena cara y sonríe.

Tip: Cuando te levantas de la cama, tu cerebro está como nuevo, después de haberse “receteado” durante la noche, por eso la primera emoción suele prolongarse a lo largo de la jornada. Así que haz lo posible para que tu mañana sea lo más alegre y optimista posible.

Recompénsate a lo largo del día: Crea una rutina de afirmaciones positivas y de valor; haz actividades que te pongan de buen humor; has deporte, juega con tus hijos; pasar tiempo de calidad con tu pareja; toma un café con buenos amigos; lee libros enriquecedores o divertidos, o simplemente reírte con tu “stand up comedy” favorito.

Técnica 10: Un Hombre Alfa se rodea de personas positivas y ganadoras

Por más que practiques tu lenguaje corporal, siempre vas a ser un reflejo de tu interior, lo bueno es que siempre es posible cambiar la actitud con que nos enfrentamos a la vida y, como dice el dicho, “el que anda entre la miel, algo se le pega”. Bueno, trata de que todo lo que se te pegue a ti sea positivo: alegría, optimismo, emprendimiento, valor, destreza. Si estás cerca de personas extraordinarias, talentosas, exitosas, optimistas, positivas y felices, vas a empatizar con ellas y a entrar en armonía con todas estas cualidades y estados de ánimo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

93

Tip 1: Por supuesto que siempre te encontrarás con personas y situaciones desafortunadas que te llevarán a estados de tristeza. Si llega a tu vida de una persona que está pasando por una situación vulnerable, ofrécele tu apoyo y déjale saber que cuenta contigo, haz todo lo que puedas para ayudarlo, pero no te quedes sufriendo su dolor. En cambio, trata de ser optimista e irradiarle parte de tu alegría y esperanza.

Tip 2: A pesar de lo que sea que estés viviendo en este momento, de las dificultades a las que te enfrentas o los retos que tengas por delante, está en tus manos la decisión de enfrentar la vida con optimismo o negativismo. Pero debes tener en cuenta que esa actitud que tomes hoy va a afectar la forma en la que vivas el día de mañana, así que haz tu mayor esfuerzo por enfrentar eso que te causa dolor; tómallo como un reto que la vida te ha puesto para fortalecerte y salir del problema siendo una mejor persona.

Tip 3. Evita leer cosas tristes cuando te levantas, evita los post negativos en tu Facebook.

Tip 4. Practica ejercicios de respiración y meditación, donde te enfoques mentalmente en tus metas, en agradecer a la creación todas las cosas perfectas que tienes, tu cuerpo, estar vivo, tener todas las posibilidades de crecer y madurar profesionalmente, económicamente y psicológicamente, y enfocarte en las posibilidades infinitas que tienes al tener vida. Recuerda, cuando desees algo vas a encontrar la forma de hacerlo, pero si no lo desees de corazón, vas a encontrar excusas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

94

Haz contacto físico al inicio Lo primero que deberías hacer cuando hablas o saludas a una chica, es tocar su codo o su hombro muy suavemente, nada más para llamarle la atención. Al igual, cuando lo haces con una chica que no conoces para hablarle o hacerle una pregunta, cuando le preguntas: “**hola**

disculpa (...)”, pon tu mano muy ligeramente en su hombro, y quítala una vez que ella se voltee y te ponga atención.

Vas a ver que las chicas reaccionan de una buena forma y van a estar amigables contigo. Esto es porque el contacto físico es una parte natural en las relaciones humanas.

De igual forma, cuando saludas a una amiga tuya, puedes usar el

“choca esos cinco” que te enseñé anteriormente o una simple palmada en la espalda, como saludas a los chicos. A las mujeres les encanta que las trates así porque estás creando una relación de amistad y ellas sienten que eres como el hermano grande que las cuida.

El problema que cometen muchos hombres es que dejan de lado el contacto físico al principio porque temen que a una chica le moleste, o les da pena tocarla.

Si haces esto, las mujeres notarán que te da miedo tocarlas, y lo peor es que cuando decidas que es un empezar el contacto físico, ellas se van a sentir extrañas y el contacto no va a ser fluido ni sutil. Va a parecer que estás excediéndote de confianza y eso no les gusta a las chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



Lo importante en tu lenguaje corporal cuando eres atrevido y divertido es que se note que no lo estás forzando. Si te ves nervioso, preocupado, tartamudeas, o hablas de forma tímida, ellas sabrán que lo estás forzando...

Por eso es importante practicarlo con cualquier persona, donde sea, aunque sean chicas que no te interesen: en el dentista, en clases, en tu gimnasio, con tus amigas, en fiestas... recuerda, el lenguaje corporal requiere práctica, la primera vez claro que vas a estar un poco ansioso, pero si practicas, vas a ver que cuando te toca aplicarlo con una chica que sí te gusta, lo vas a tener dominado.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

96

Indicadores de Interés

Un indicador de interés es una señal universal que hace una chica cuando está interesada en ti: así como los perros mueven su cola cuando quieren

jugar contigo, existen una serie de señales que te dan las chicas cuando están interesadas en ti.

Recuerda que estas señales son progresivas: cuanto más avanzas con una chica, más indicadores de interés te dará.

Ante el desconcertante mundo de las mujeres, en el que constantemente nos preguntamos si le gustamos o no, el poder descubrir si le gusto a una mujer, es un verdadero reto. Muchas veces no nos arriesgamos a dar el siguiente paso por miedo al rechazo. Pero aquí te mostraré cómo puedes estar completamente seguro, de manera que no des un solo paso en falso. Todo tiene un fundamento psicológico, así que veamos:

1. El roce físico

Si constantemente provoca algún contacto físico contigo, es una excelente señal. Así mismo, es una buena señal si quiere acomodarte la camisa o la corbata, si quiere darte un abrazo por cualquier motivo, son signos muy claros, y creo que no te estoy diciendo nada nuevo.

Pero si no le gustas, ella evitará todo contacto contigo, y esto ocurre porque las chicas se cuidan mucho de no enviar falsas señales, son muy inteligentes, así que no te ilusiones si siempre evita el contacto contigo. En este caso, lograr llegar a atraerla va a requerir otro tipo de técnicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

97

2. Recordando anécdotas

Aunque creas que estás en la “friendzone”, si ella normalmente te sorprende recordando cosas, como conversaciones, o ciertos acontecimientos que ni siquiera tú te acordabas, quiere decir que guarda positivamente en su mente. Aquí pueden darse dos escenarios: o bien se siente atraída hacia ti (lo más probable), o es exageradamente detallista (lo menos probable).

3. Las bromas

El buen sentido del humor, es un paso anterior muy cercano al enamoramiento. Si cuando está a tu lado cambia su humor, es positiva, es una señal muy clara de que disfruta muchísimo de tu compañía, y que le atraes.

Además de esto, si su risa es un poco nerviosa, o se ríe siempre por cualquier cosa que le dices, es una buena pista. Disfruta a tu lado y se siente muy bien. Ese buen humor, y esa risa constante cuando está junto a ti, debes observar si lo hace con todo el mundo. ¡Si ves que contigo es diferente, te felicito campeón!

4. La ves por todo lado

¡Si vas a coger el autobús y te la encuentras, o si vas al centro y también te la encuentras, o a cualquier lado y te la encuentras!, es clara señal de que tiene el afán de encontrarse contigo. Puede que también sea casualidad, pero personalmente creo que nada es casualidad en la vida, más bien es “causalidad”.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

98

El indicador de que le gustas es muy alto. El hecho de que te la encuentres normalmente en lugares que ella sabe que frecuentas, es muy buen indicador.

5. Contacto visual

Las mujeres suelen hacer algo muy curioso, y es que establecen contactos visuales barriendo a la persona de arriba hacia abajo, es algo común, y es su forma de comunicación no verbal. Pero si hace lo contrario contigo, y mantiene la mirada en tus ojos por más tiempo de lo normal, puedes estar 99% seguro de que se ha interesado por ti.

De hecho, mirar fijamente a los ojos es una estrategia de seducción que ellas tienen para mandar señales directas. Pero puede resultar un poco incómodo si ese contacto se prolonga por mucho tiempo.

6. Los mensajes

Esta es la señal que jamás fallará. Si le envías un mensaje, y responde de inmediato, es bueno, y si adicionalmente lo hace muy expresivamente, usando emoticonos, de una manera muy expresiva, es excelente. Puede que esté buscando más que una amistad contigo. ¡Así que ponte las pilas!

7. Presta atención a sus pies

La manera en que ella mueve sus pies es indicativa de sus nervios. Si cuando ella está sentada, o de pie, y mantiene sus pies quietos, quiere decir que no está buscando nada, y el estar contigo es un momento más, irrelevante en su vida.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

99

Pero si empieza a mover sus pies de manera inquieta, de un lado para otro, y está con nosotros, quiere decir que no se siente distante y que además le ponemos nerviosa.

Como te dije antes, las mujeres conocen bien sus armas de seducción, y saben muy bien exponerse para gustar. Si cruza las piernas delante de ti, es otra forma de demostrar que le interesas.

8. La posición de la cara

¡Aunque te parezca algo irrelevante, no lo es! La manera en que sitúa su cara cuando está contigo dice mucho. Así que fíjate si ubica su rostro hacia ti, o hacia otro lado. Creo que la interpretación está clara,

¿no? Lógicamente debería también otro tipo de señales para estar seguro.

9. Lluvia de preguntas

No te hará solo una pregunta, te hará 40.000 preguntas si está interesada en ti, y una detrás de otra. Bueno, estoy exagerando un poco, pero el hecho de que te formule varias preguntas seguidas demuestra interés. Te estará

sometiendo a su test psicológico del amor para verificar qué tan compatible eres con ella, así que necesitará recopilar la mayor cantidad de datos posible.

Será como hablar con un niño de 5 años, recibiendo constantemente preguntas para verificar si eres su media naranja o no. Te darás cuenta cuando ocurra.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

100

10. La comunicación

Continuando en la misma línea del punto anterior, si ella se comunica contigo de una manera fluida, y rápida, quiere decir que está muy cómoda contigo, y no se está aburriendo en la conversación. pero si te responde con monosílabos: si, no, quizás, etc, lamentablemente pasa de ti.

11. Señales

Antes hablamos de una señal muy clara de que le gustas, hablamos del movimiento de los pies, y del cruce de las piernas, pero existen otros movimientos claves que también van en la misma línea, como tocarse el cabello ya sea a través de movimientos rápidos, o través de movimientos suaves enroscando el pelo entre sus dedos. Y por supuesto, el enrojecimiento de sus mejillas es una clara señal de que la tienes loca por ti.

Indicadores posteriores

Según tu manera de interactuar con ella, ella proseguirá a mostrar otros indicadores de interés. Notarás que mostrará algunos cuando eres divertido y atrevido, otros cuando usas el contacto físico que aprendes en este capítulo, y otros cuando aplicas la conversación interesante que aprendes en el siguiente capítulo.

Recuerda que, aunque ella se muestre interesada, tú debes progresar para que cada vez muestre más indicadores:

1. **Ella se ríe contigo** y te mira a los ojos, ya sea cuando dices algo divertido, atrevido, o te burlas de ella, si ella se ríe es que la está pasando bien, y que quiere estar contigo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

101

2. **Ella te golpea:** El mejor indicador que puedes recibir es cuando le dices una broma atrevida a una chica y ella te golpea. Esta es la mejor señal para saber que debes progresar físicamente.

3. **Ella juega con su pelo:** es una señal de que quiere coquetear contigo y verse lo más bonita posible para que tú la tomes en cuenta.

4. **Ella se acerca a ti e inicia el contacto físico:** ya sea que el cuerpo de ella toca el tuyo, agarrando tu brazo, o tu codo, te abraza y te toma de las manos, para progresar físicamente.

5. **Ella te sigue cuando te mueves,** te mira, y aunque se aleje de ti, vuelve a hablar contigo, aunque sus amigas se vayan.

6. **Te pregunta tu nombre,** tu edad, si tienes novia, te dice que eres un Casanova o te pregunta por tu novia sin que tú hayas mencionado el tema. Recuerda, con todas estas preguntas, diviértete con ella y aprovecha para hacer bromas o para decirle que trate de adivinar.

7. **Juguetea contigo y trata de retarte:** cuando haces tus bromas atrevidas, ella te sigue la corriente y va a bromear contigo también para ver cómo respondes.

8. **Te dice cumplidos,** y se interesa por tus gustos y pasiones, y te pide que te hable más sobre ellos y si sabes hacer algo (por ejemplo, lectura de manos), te pide que te enseñe.

9. **Te presenta frente a sus amigas,** inventa razones para estar contigo, y se acerca a ti para despedirse. (aprovecha ese momento para pedirle el número de teléfono)

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

102



Recuerda, estos indicadores son una señal de que debes progresar, pero no creas que simplemente porque te los da, ya te la ganaste o que si vuelves a ser sumiso y a ponerlas en un pedestal te van a corresponder.

Es importante que prograses de manera fluida y que mantengas la actitud con la que lograste que se fijaran en ti. Si no, dejarás de ser un reto para las chicas, dejarás de ser el premio.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

103

Indicadores de desinterés

Igualmente, cuando una chica no está interesada en ti y está aburrida, va a mostrarlo con diferentes indicadores:

1. **Te evade:** no se acerca a ti, no te mira, y trata de evadirte de cualquier forma.

2. **No le interesa tu conversación**, y lo único que responde es “sí, ajá” sin contribuir nada, tratando de ignorarte.

3. **Ella se aleja de ti**, te da la espalda, o busca a alguien más para hablar.

4. **No sigue tus juegos**, no se ríe de tus bromas, y vuelve los ojos hacia los lados cuando dices un comentario atrevido.

5. **Ella mira hacia otros lados**, ve la hora, o busca a sus amigas con la mirada para que la rescaten y pueda irse.

No te desmotives cuando una chica te muestra desinterés. Cuanto más practiques, más chicas te muestran interés, y cada vez menos chicas te muestran desinterés.

Por eso es tan importante practicar con todas las chicas. Dependiendo de sus reacciones, así vas a ir aprendiendo y midiendo qué te está sirviendo y qué no, basándote en los indicadores que te acabo de enseñar.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

104

Además, si una chica te muestra desinterés, nunca trates de “ganarse”

su interés convirtiéndote en un hombre sumiso o poniéndolas en un pedestal. Esto solo lo hará peor. En cambio, sigue siendo diferente y divertido, aunque una chica puede no mostrarse interesada al inicio, eso puede

cambiar,

pues

recuerda

que

muchas

se

muestran

desinteresadas cuando están a la defensiva.

En algunos casos, vas a notar que las chicas te tiran indicadores de interés tempranos (como que una chica que no conoces te sonríe, te ve a los ojos varias veces, o que comenta con sus amigas acerca de ti). Y

esto puede pasar por varias razones:

Tienes un atractivo físico: y con esto no me refiero solo a tu físico, más que todo me refiero a tu manera de vestir y tu sentido de la moda. Llega un punto en que vistes tan a la moda que las chicas no pueden evitar verte.

Tienes un lenguaje corporal irresistible: Tienes tanta confianza en ti mismo, eres tan relajado, y tienes un lenguaje corporal tan fuerte que cualquier chica te ve y sabe que eres el macho alfa.

Esto sólo se logra con práctica.

Eres el líder, la autoridad: Una chica sabe que eres el líder de un grupo o de alguna de tus actividades o pasiones y te quiere conocer porque eres muy interesante: eres el más inteligente de clase, eres famoso (por ejemplo, eres una figura en tu país o un actor de cine), o eres el chico más conocido por ser amigable y social, entre otros.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

105

Si cuando ella pica el anzuelo y muestra interés, tú muestras demasiado interés (la consientes, le dices cumplidos, o la abrazas como si fuera tu novia), vas a notar que ella se va a desinteresar. Debe quedarte muy claro que los indicadores de interés son 100% necesarios para que una chica quiera algo más contigo. No pienses que puedes tratar de convencerla a algo más.

Sin indicadores de interés, las chicas no se sienten atraídas a ti, punto.

Si te saltas este paso y sigues insistiendo, pensando en que así ella te va a premiar por tu esfuerzo, lo único que lograrás es que ella se enfade y te rechace de la peor forma. En ti, puesto que no estás cumpliendo con la imagen de hombre relajado y divertido, se está volviendo aburrido estar contigo.

Por otro lado, si ella pica el anzuelo, pero tú no das señas de interés (no haces contacto físico, no le demuestras que te interesa para algo más), ella se aburrirá de estar detrás de ti pidiéndote que te fijas en ella, y se irá. Pensará que tú no estabas interesado en ella, o que no sabes cómo demostrar interés y eres muy lento. Si empiezas a notar que una chica está desinteresándose en ti, quiere decir que o vas demasiado rápido, o vas demasiado despacio.

Quiero que vayas a tu navegador y mires los siguientes videos para que se te quede grabado todo lo que te he dicho anteriormente:

https://www.youtube.com/watch?v=82musn1v_sM

https://www.youtube.com/watch?v=sD_vmgweBr0

<https://www.youtube.com/watch?v=edvBPMMnOK0>

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

106

Anteriormente te vimos el contacto visual amigable, que se trata de sonreírle a las chicas, puesto que es la mejor manera de entablar una conversación con una chica que no te ha mostrado indicadores de interés.

Sin embargo, una vez que una chica está interesada, es importante que hagas la transición y dejes tu lado amigable y dejes de reírte y sonreír demasiado, y pases al contacto visual seductivo. Una vez que está interesada y ella está tratando de demostrarte que te interesa, aprovecha para mirarla seductivamente:

Mírala profundamente a los ojos, con mirada seria, y mira todo su cuerpo bajando la vista. Eso sí, evita ver demasiado hacia su pecho, escote, o sus piernas, puesto que por ahora es muy temprano. Nada más mírala toda, con una mirada de que te agrada. Claro, siempre relajado y echado para atrás. Vuelve a ver la fotografía y mira como Marlon está apoyado en el respaldo de su silla, mirándola de pies a cabeza.

La idea de este contacto es darle a entender a las chicas que eres demasiado confiado y que tú seleccionas a la mujer que quieres, no ellas a ti. Otras chicas cuando haces contacto visual seductivo, te dan otro indicador: ellas te miran seductivamente y te devuelven el mismo gesto, puesto que les está gustando que seas tan atrevido. Inclusive, una chica podría iniciar una conversación atrevida:

Chica: “¿Por qué me miras así?”

Chico: “Porque tú me miras así.”

Chica: “¿Te gusto?”

Chico: (La ignoras y cambias de tema) “¿Tu hermana se parece a ti?”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

107

Recuerda, si una chica te muestra indicadores de desinterés (llama a sus amigas o se quiere ir, etc.), entonces tal vez estás apurándote mucho y aún no estaba lo suficientemente interesada en ti.

Eso sí, no pienses que para empezar a aplicar todas estas técnicas debes esperar días o conocerla bien. Todo esto debes aplicarlo justo cuando las chicas te muestran interés: recuerda a Marlon Brando, él lo está aplicando justo en el momento en que conoce a una chica, y la verdad es que yo también lo hago, y tú deberías hacerlo.

Avanza en el contacto físico

Progresar físicamente La idea de tú iniciar el contacto físico con una chica y que sea sutil es para ver si ella está interesada y te lo devuelve.

Si tocas a una chica por el hombro y ella te devuelve el contacto físico, entonces quiere decir que ella está dispuesta a que prograses, pero debe ser poco a poco.

Si una mujer decide progresar primero contigo, por decir así, cuando tú bromeas con ella te pega o se agarra de tu brazo, entonces quiere decir que tú también puedes ir progresando (pegarles a las chicas en broma es algo muy divertido pues ellas sienten que ya las aceptaste como aceptas a tus amigos hombres).

Claro, no te tires a abrazarla porque te mostró un poco de contacto físico porque te vas a ver desesperado y a las chicas les va a dar miedo tu actitud. La progresión debe ser sutil y fluida, que ella de repente no se dé cuenta cuándo empezó a abrazarte...

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

108

Una vez que las chicas progresan, lo siguiente es que pases de sus codos y sus hombros, a tocarle su brazo por ejemplo cuando le vas a contar algo emocionante. O bien, puedes progresar de su hombro a su espalda: una excelente forma es corriéndola si alguien tiene que pasar o si están moviendo: pon tu mano en su espalda para moverla cuando alguien tiene que pasar. Es una excelente forma de hacer un contacto sutil.

Una pequeña nota: lo normal, es que las mujeres cuando inician el contacto físico, se apoyan o se guindan de tus brazos, como para que tú las cuides, porque a ellas les gusta agarrar a un hombre confiado que las guía. No cometas el error de ser tú quien se agarra y se aferra a las chicas como un hombre desconfiado, les das a entender que ellas tienen el poder y que tú eres sumiso a ellas.

Imagina qué pasaría con tu hermanita menor: si le ladra un perro, ella se agarra de tu brazo para que la cuides y tú la proteges del perro. En cambio, si cuando el perro ladra eres tú el que se guinda de ella,

¿verdad que se vería extraño? De hecho, hombres de este tipo vas a ver muchos, y te invito a que los observes para que veas cómo se ve desde afuera: parecen hombres necesitados de una mujer, desesperados, sumisos, tímidos, y débiles.

A partir de este momento, puedes tratar de abrazar a las chicas por la espalda (nada de abrazos fuertes y apretujones), siempre manteniendo tu actitud divertida, y sobretodo directa y atrevida. Si ellas te permiten progresar físicamente, te están mostrando interés. Si ellas no te lo permiten o muestras desinterés, es que vas muy rápido, devuélvete un poco a donde estaban cómodos y empieza otra vez a progresar desde ahí.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

109

En resumen

- Debes tener una postura de un alfa así que saca pecho, endereza la columna y levanta la cabeza y separa las piernas.
- Memoriza los nombres de las personas.
- No tengas miedo a usar el contacto físico desde el inicio.
- Mirar siempre a los ojos.
- No ocultar tus manos y caminar con seguridad.
- Ser siempre positivo y sonreír
- Repasa los indicadores de interés: Se ríe mucho contigo, te mira mucho, juega con su cabello, etc.
- Repasa los indicadores de desinterés: Te evade, no sigue tus juegos, no le interesa tu platica, etc.
- Sin indicadores de interés, las chicas no se sienten atraídas a ti, punto. Si te saltas este paso y sigues insistiendo, pensando en que así ella te va a premiar

por tu esfuerzo, lo único que lograrás es que ella se enfade y te rechace de la peor forma.

- Una vez que una chica está interesada, es importante que hagas la transición y dejes tu lado amigable y dejes de reírte y sonreír demasiado, y pases al contacto visual seductivo.

- Progresa en el contacto físico paso a paso.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

110



Capítulo 7

Ser un Líder Alfa

Aceptémoslo, a todos los hombres les gustaría entrar en la envidiable categoría de “macho alfa” ¿Por qué? pues porque, según lo que nos ha

enseñado la experiencia, el macho alfa es el espécimen social con más oportunidades y posibilidades de éxito.

1.- Ser buena persona

“Ser bueno” ya no es una cualidad tan admirada como era antes. Ahora le damos más importancia a lo que las personas tienen que a lo que son. Y ser una buena persona no es precisamente el camino más rápido que existe para llenarse de riquezas. Un macho alfa, en este sentido, tiene valores tradicionales. Aunque está aspectado hacia el logro y muchas veces le gusta mantener un buen estilo de vida, sabe que la prioridad es ser una buena persona. Sabe que todos somos parte de CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

111

algo mucho más grande y que el mayor regalo de la vida es la posibilidad de ayudar y servir a los demás.

Un macho alfa de verdad es una buena persona simple y llanamente porque quiere vivir en un lugar mejor. Cuando el macho alfa hace el balance general de su vida, voltea a ver la cantidad de bondad que hay en su interior, antes de revisar la cantidad de dinero en su cuenta bancaria. Jamás pasaría por encima de los derechos de nadie para lograr sus fines, y siempre ayuda desinteresadamente a los demás.

Ser una buena persona ya no se asocia con el hecho de ser un macho alfa. Y es una verdadera pena. Por encima de todas las cosas de esta lista, debería estar el hecho de ser una buena persona. Solo a partir de eso un hombre puede construirse una personalidad de “Alfa” que le haga destacar por sobre el resto y ser un referente de confianza para toda su comunidad. Ser una buena persona está al principio de esta lista por una razón. Porque sin esa cualidad del espíritu, todo lo demás no es más que una falsa apariencia. Por eso muchas veces diferenciamos entre el “buen macho alfa” y el “mal macho alfa”. Y la diferencia principal entre ambos es que uno es inherentemente una mala persona y el otro no.

Para dejar un poco más claro este punto, aquí hay una muy breve lista de lo que hace un buen macho alfa:

a) Nunca habla mal de otras personas a sus espaldas. Todo lo que tiene que decir, lo dice de frente.

b) Ayuda a otras personas a pesar de que no le conviene. Todos pueden ayudar a los demás cuando es fácil u obtienen alguna recompensa al respecto, pero hacerlo cuando implica un sacrificio es uno de los distintivos de los machos alfa.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

112

c) Vive una vida que tenga algún beneficio real para los demás. No sólo para ti. Un macho alfa de verdad siempre está comprometido con alguna buena causa.

d) Nunca intentes obstaculizar el camino ni humillar a los demás para sentirte mejor tú mismo, más poderoso o más importante. Un macho alfa conoce el verdadero significado de la humildad y su alta autoestima viene de su capacidad de hacer de este mundo un lugar mejor con amabilidad y ética.

2.- Construye tu propio camino

El macho alfa se caracteriza por avanzar a su ritmo y según sus propios deseos y ambiciones. No es una persona que se deje llevar por lo que todos los demás le dicen que haga u opinen que debe hacer. Lo que genera la diferencia entre un gran macho alfa y uno mediocre, es el juicio y los valores que se encuentran orientando sus acciones.

El macho alfa en el que quieres convertirte, toma sus decisiones de manera sabia y tomando en cuenta las implicaciones éticas, lógicas y emocionales de lo que haga. Una vez que está seguro de que va por buen camino, no permite que otras personas lo disuadan en sus sueños y sus formas. Sin embargo, si encuentra un obstáculo o un argumento lo suficientemente importante como para hacerlo cambiar de opinión, se detiene a analizarlo y es capaz de considerarlo.

Por otra parte, el mal macho alfa va hacia donde quiere de forma completamente terca e irreflexiva. Encuentra placer en ir en contra de los

demás más que en alcanzar su meta. Este tipo de machos alfa pueden llegar a lastimar mucho a los demás y a sí mismos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

113



3.- Enfrenta todos y cada uno de tus miedos

El miedo es un sentimiento que todos llevamos dentro. No existe una sola persona que no le tenga miedo a nada, y si existe, entonces no es un ser humano. Los machos alfa son seres humanos como cualquier otro, y, por tanto, tienen miedos.

Lo que diferencia a un buen macho alfa de uno mediocre es lo que hace con esos miedos. El primer tipo, sabe que la única manera que existe de superar los miedos es enfrentarlos. Así que reconoce que está experimentando miedo, se arma de valor y le da la cara a esa situación o persona que lo asusta.

Sabe que tiene grandes posibilidades de fallar. Pero también sabe que si tiene éxito habrá superado ese miedo de manera definitiva y se convertirá en una persona con más herramientas de vida. Así mismo, prefiere arriesgarse a fallar, porque sabe que puede levantarse y que sería mucho peor vivir toda su vida con ese miedo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

114

Curiosamente, muchos machos alfa que se dedican a cosas “riesgosas”

como los deportes extremos o las inversiones de alto riesgo, justamente le tenían miedo a eso que ahora hacen con tanta soltura. La sensación de dominar un miedo es tan placentera que muchas veces terminan dedicando sus vidas al perfeccionamiento de una habilidad que justamente era la que menos tenían.

Por otra parte, el otro tipo de macho alfa, en lugar de enfrentar sus miedos, hace hasta lo imposible por evadirlos. Incluso pueden llegar a hacer cosas peligrosas, pero a las que no le temen tanto, con tal de que parezca que no le tienen miedo a nada y nadie ponga en duda su valía.

El caso típico es el macho alfa irreflexivo que se la pasa metiéndose en problemas porque quizá tiene un miedo muy profundo a madurar que se niega a enfrentar.

4.- Vive la vida como un guerrero

¿Te la pasaste viendo películas de héroes chinos? Bueno, pues no es necesario irnos a esos extremos. Vivir como un guerrero significa que siempre estás listo para lo que vengas y estás dispuesto a enfrentar cualquier problema que la vida te ponga por delante sin darte por vencido. Pero, sobre todo, significa que tienes un motivo, una serie de valores que te importan lo suficiente como para luchar por ellos todos los días.

Vivir como un guerrero significa vivir persiguiendo un objetivo a como dé lugar. Lo que diferencia a los machos alfa buenos de los malos, es que los primeros tienen objetivos nobles y siempre toman decisiones éticas y el

camino correcto al perseguirlos. El segundo tipo de machos alfa, por lo general también tiene objetivos claros y están dispuestos a todo para lograrlos, pero estos objetivos no son morales y tampoco lo son las acciones, y herramientas que usan para alcanzarlos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

115

Tener un propósito superior que te haga sentir como el guerrero de una causa noble es un gran atributo si lo que quieres es ser un macho alfa.

Si tu motivación es decirle qué hacer a todo el mundo, rodearte de mujeres hermosas y hacer lo que te dé la gana demostrando que eres mejor que los demás, no eres un guerrero de verdad.

5.- Sé un hombre auto suficiente

Un macho alfa no tiene que depender de otras personas para alcanzar el éxito en la vida. No necesita de los demás para pagar sus cuentas, hacer sus comidas, para apoyo emocional o para obtener fuerzas. Su fuerza es interior y puede desarrollarla por su cuenta.

El verdadero macho alfa no se comporta de manera autosuficiente por orgullo, sino porque comprende que en esta vida prácticamente nadie le debe nada a nadie. Todo lo que deseas, ya se trate de mejores relaciones interpersonales, dinero, fama, felicidad, sexo, trabajar en lo que amas, etc. Es algo que tienes que conseguir para ti mismo y que nadie te va a regalar. El mundo no es un lugar color de rosa. De hecho, puede llegar a ser bastante malvado y cruel. Por eso el macho alfa jamás se sienta a lamentarse de lo que no le dieron o de lo que no tuvo, por que comprende que la justicia en el mundo generalmente es más algo que uno hace que algo que uno obtiene.

Pero no le importa luchar para alcanzar lo que desea y está dispuesto a hacerlo cada día. Esa es una de sus motivaciones. Un macho alfa autosuficiente por lo general no solo cuida de sí mismo, también cuida de las personas que le rodean. Esta autosuficiencia puede venir en muchas formas y tener distintos significados, pero debe de ser tanto física como emocional.

No nos referimos a que desprecies el afecto que pueden darte otras personas, sino a que siempre estés bien por y para ti mismo.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

116

Si tienes que extender la mano para pedirle dinero a tus padres, o eres incapaz de meter una carga de ropa a la lavadora, o no puedes encontrar motivación para ir al gimnasio si no vas con tu amigo, entonces lamentamos decirte que estás muy lejos de ser un verdadero macho alfa.

6.- No tengas miedo de meter las manos

Todos sabemos que siempre es preferible evitar el conflicto y que muchas veces es más fuerte quien sabe conservar la paz que quien busca alterarla. Aquí no vamos a convencerte de lo contrario, sin embargo, no puedes evitar los conflictos y las peleas si no tienes primero el coraje para enfrentarlas y pelear. Un verdadero guerrero no anda por allí buscando peleas.

Pero sabe que en ocasiones estas simplemente son necesarias o no pueden evitarse. El verdadero macho alfa sabe cuándo pelear y cuando no. Y, sobre todo, sabe cuándo detenerse en una pelea. Cuándo ya ha demostrado lo que necesitaba demostrar, y no hace daño jamás de manera innecesaria.

Por otro lado, el mal macho alfa hace todo lo contrario. Anda por la vida buscando pelea y cuando la encuentra, no para hasta que lastima seriamente a otro o hasta que lo lastiman seriamente a él. Desconoce que entre los humanos como en la naturaleza, el instinto no debe llevar a dos criaturas a hacerse tanto daño que no puedan reponerse, porque esa no es la forma en la que opera la evolución.

Además, a diferencia del buen macho alfa que jamás atacará a alguien que lleve las de perder de manera evidente, aunque le esté provocando, el mal macho alfa tiende a buscar consciente o inconscientemente rivales que sean de menor envergadura para asegurar una victoria fácil.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

El macho alfa no le tiene miedo a una ceja abierta, a una fractura de nariz o a un diente roto. Pero no es tan estúpido como para no tenerle miedo a un arma. Es importante que el macho alfa esté en buen estado físico para que pueda enfrentarse a una amplia gama de peligros, pero también que sea lo bastante inteligente para saber cuándo la solución es la astucia, y no la fuerza.

El macho alfa sabe en su interior, cuando declina una oportunidad de pelear, que no lo hace por cobardía o por miedo, si no por preservar uno de los valores por los cuales vive, que es el bien común y la paz entre las personas.

7.- El tamaño no importa, pero los músculos sí Existen muchos estereotipos físicos, la mayoría inalcanzables, sobre cómo se tiene que ver un macho alfa. Aunque no necesariamente tiene que pasar ocho horas diarias en el gimnasio (pues de seguro tienes otras muchas ocupaciones), sí debes de saber que llevar a tu cuerpo a un buen nivel de salud y musculatura es imprescindible. Y aquí todo se trata de disciplina.

Tienes que levantarte temprano o hacerte tiempo para ejercitarte, tienes que cuidar lo que comes y también tienes que evitar cosas que te dañen como el cigarro, el alcohol y otras drogas. El macho alfa solo puede serlo si está sano. Y esto es igual entre los animales y entre las personas.

8.- Vuélvete un lector voraz

Un macho alfa sabe que cultivar el físico y la fuerza muscular no lo es todo. La inteligencia, la audacia y la cultura general también son importantes y, de hecho, son sus mejores aliadas para resolver problemas en casi todas las ocasiones. El buen macho alfa es un lector **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

voraz que no deja pasar oportunidades de aprendizaje y de cultivarse a sí mismo. Por otra parte, el macho alfa mediocre, considera que lo único que necesita para triunfar en la vida es la fuerza bruta y si acaso el físico, y desprecia a las personas que leen o que son intelectuales.

No agarra un libro ni en defensa propia porque considera el conocimiento como una especie de pasatiempo para los débiles, y con ello, se vuelve ignorante. Esta ignorancia es peligrosa para él y para las personas que lo rodean. Un hombre muy fuerte físicamente, pero sin recursos intelectuales, no puede llegar a ser un macho alfa porque tarde o temprano llegará alguien con más inteligencia a quitarle el puesto.

Así que, si quieres ser un verdadero macho alfa, equilibra sanamente el tiempo que pasas en el gimnasio y el tiempo que pasas aprendiendo y llenándote de cultura.

9.- Aprende cómo ser exitoso con las mujeres Y el primer paso es dejar de preocuparte en exceso por ello. Así como lo lees. Debes ejercer atracción sobre las mujeres de una manera completamente auténtica por su modo de ser y por la forma en la que se maneja en todos los aspectos de su vida.

Cuando una mujer realmente le gusta, no se anda con medias tintas.

Hace todo lo que esté en sus manos por ganarse su amor. El mal macho alfa, por el contrario, sí tiende a ser bastante mujeriego. El problema es que considera que mientras más mujeres tenga en la lista, más crece su hombría.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

119

10.- Sé honesto contigo mismo En general, a los machos alfa les cuesta mucho trabajo reconocer que están mal o que se equivocaron. Es parte de su naturaleza porque dependen en gran medida de proyectar la imagen de que son infalibles.

Sin embargo, reconocer que no somos perfectos es necesarios seamos o no machos alfa.

Un mal macho alfa jamás reconocerá un error ante sí mismo y mucho menos ante los demás. Un buen macho alfa será su mayor crítico y aceptará cada error que cometa pues sabe que esa es la única manera en la que puede crecer y ser mejor cada día. Con respecto a la aceptación de sus errores frente a los demás, quizá no ande por allí pidiendo disculpas a diestra y

sinistra, pero al menos se preocupará de pedir las al menos cuando sean estrictamente necesarias. La honestidad consigo mismo es una de las características más importantes de los machos alfa “buenos”, y una de las carencias más peligrosa de los machos alfa “malos”. La falta de honestidad a este nivel puede llevarlos a cometer grandes errores y a culpar siempre a los demás.

11.- Vuélvete verdaderamente bueno en algo

El macho alfa es bueno en casi todo lo que hace, o como mínimo, intenta serlo. Pero no basta con eso. Por lo menos en algún tipo de habilidad, el macho alfa tiene que ser verdaderamente bueno. No importa si se trata de tocar la batería, entender los movimientos de la bolsa, preparar el mejor sushi del mundo o cazar tiburones.

El macho alfa destaca, y mucho. Y no, esto no se debe precisamente a un golpe de suerte o algo así. El macho alfa de verdad ha invertido mucho tiempo, compromiso y esfuerzo en convertirse en un maestro de su arte, y conoce el valor del trabajo rudo y las recompensas que solo este puede brindar.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

120

Por eso no se tienta el corazón con niñerías y le molestan las personas que, en lugar de alcanzar sus objetivos, ponen pretextos todo el tiempo.

Por el contrario, el mal macho alfa, se la pasa alardeando de habilidades y capacidades que en realidad no tiene, con lo cual termina decepcionando a todo el mundo, tarde o temprano.

12.-Estudia las vidas de otros machos alfa

Esta es la mejor manera de aprender que no existe un solo tipo de macho alfa, y que muchos de ellos distan bastante del estereotipo que normalmente tenemos. El verdadero macho alfa sabe que no necesita medir dos metros, tener pelo en pecho ni ninguna otra clase de accidente genético para serlo.

Ya que conoce la historia de muchos hombres que, sin tener un físico imponente o un historial de vida favorecedor, terminaron destacando él lo que hacían y convirtiéndose en una gran fuente de inspiración para los demás. Los malos machos alfa consideran que solo hay una forma de serlo (la suya) y desprecian todas las demás formas de ser un macho alfa que no alcanzan a comprender por sus recursos limitados.

13.- Deja de pedir ayuda y ayúdate a ti mismo Esto es igual de importante que ser autosuficiente, pero viene desde un ángulo particular en lo social y lo financiero. Un macho alfa, para convertirse en un verdadero líder que pueda guiar a los demás, a veces necesita comenzar haciendo las cosas por su cuenta. Necesita ser completamente libre de las personas de las que dependía para ser enteramente un hombre. Las relaciones con otros seres humanos son una de las mayores fuentes de felicidad en este planeta. Son lo que le da a nuestra vida sentido y dirección.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

121

Pero también pueden debilitarte si desarrollas una dependencia con los demás para que siempre te ayuden y resuelvan tus problemas. Una de las cosas que suelen marcar el desarrollo de un macho alfa es que se atreven a ser libres desde muy jóvenes, con todas las consecuencias y responsabilidades que ello implica.

Además, lejos de seguir succionando recursos de su núcleo familiar, comienzan a ser un apoyo económico muy pronto para sus padres, sus hermanos menores o sus familiares menos afortunados. Para lograr llegar a este punto, es importante que no subestimemos nuestra propia fuerza y capacidades. Lo que muchas veces no aleja de convertirnos en verdaderos machos alfa es que no tenemos suficiente confianza y fe en nosotros mismos.

No creemos tener lo que se necesita para triunfar en el mundo real, o tenemos miedo de tanto trabajo y tantas responsabilidades. Si estás en el punto en el cual sientes que no puedes vivir sin el apoyo de tu familia, estás bastante lejos de convertirte en un macho alfa.

14.- Sal a buscar un poco de aventura

No tiene nada de malo ser una persona tranquila y hogareña. Pero el macho alfa de verdad sabe que, al menos de vez en cuando, es necesario salir de su zona de confort y buscar la aventura. No se trata de venderlo todo y salir a perderse en el ancho mundo con solo una mochila y una navaja suiza. Se trata de identificar los retos a los que no nos hemos enfrentado y tener al valor de salir a encararlos con espíritu aventurero y audaz.

El macho alfa de verdad tiene una gran lista de “cosas que quiero hacer” y siempre está buscando tiempo y recursos para completar una más.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

122

Generalmente estas aventuras son muy variadas. Pueden tener que ver con visitar alguna tierra exótica, o tocar en una banda de rock, aventarse de un paracaídas o simple y llanamente probar cosas nuevas, sin miedo al fracaso o al qué dirán. ¿Cuándo fue la última vez que cediste al llamado de la aventura? si no puedes recordarlo, quizá eso te hace un poco falta para ser un macho alfa.

15.- Aprende el verdadero significado del honor

¿Qué es el honor? ¿Qué es lo que te viene a la mente cuando escuchas esa palabra? ¿Una película de militares estadounidenses? ¿Un japonés haciéndose harakiri? La verdad es que el honor tiene que ver mucho más con las acciones de nuestra vida cotidiana que con las películas de acción. Ser una persona honorable puede resumirse a que tus actos, tus palabras y tus convicciones vivan en armonía y sean reflejos las unas de las otras. Un macho alfa de verdad es un hombre de honor y vive su vida de acuerdo a sus valores. Honra su palabra y conoce el valor de sus promesas y de sus compromisos.

16.- Acepta que eres mortal y algún día vas a morir Quizá este punto te agarre por sorpresa por que suena casi casi a que te estamos diciendo que te vas a morir. Pero en realidad, así es. Un macho alfa necesita tomar una

conciencia verdadera de su mortalidad para poder vivir a plenitud. Dicen que el ser humano es el único animal que sabe que va a morir, y que aun así actúa como si tal cosa nunca fuera a sucederle. Para explicarme mejor: perdemos una cantidad pavorosa del limitado tiempo con el que contamos en la vida en actividades inútiles y que no nos llenan como seres humanos. Dejamos que nuestros sueños y motivaciones se marchiten y lentamente nos vamos acercando a la muerte dejando una estela de insatisfacción como única prueba de nuestra existencia.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

123

Pero el macho alfa no está dispuesto a que le ocurra eso. Vive cada día como si literalmente fuera el último. No se anda con tonterías ni deja las cosas para “mañana” porque sabe que lo que tiene seguro, es el hoy.

Está tranquilo con la idea de que puede morir en un accidente mientras maneja su auto o a los noventa años mientras duerme plácidamente, y esto es porque sabe que, aunque su vida terminara en este momento, ha valido la pena. El buen macho alfa, entonces, conoce el valor de su vida y de su tiempo, y, por añadidura, de la vida y el tiempo de los demás.

El mal macho alfa, por el contrario, presume de enfrentarse una y otra vez a situaciones peligrosas y salir ileso. Pero en el fondo, solo lo hace para aparentar que no le tiene miedo a nada. Cuando de verdad aparece una situación “de vida o muerte”, el macho alfa real levanta la cara y la enfrenta con todo. El macho alfa impostor, huye.

17.- Atrévete a fallar en grande

Los machos alfa se diferencian de otras personas por un atributo muy particular: Se atreven a hacer cosas que otros consideran demasiado riesgosas si fallan. Un macho alfa sabe que, si falla, fallará en grande, pero también sabe que, si tiene éxito, habrá llegado mucho más lejos que los demás por la vía rápida. En cuanto al buen macho alfa, aunque tiene la capacidad de arriesgar y de atreverse, lo hace juiciosamente.

Puede darse el lujo de perder dinero, recursos, tiempo y oportunidades porque sabe que volverá a generarlas más adelante si las cosas no van del todo bien.

Pero nunca arriesga bienes irrecuperables, como su vida o su salud, o la de los demás. Este aspecto de la personalidad se vuelve desventajoso en un macho alfa cuando pierde ese delicado balance entre lo que sí puede arriesgar, y lo que no.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

124

Algunos machos alfa han alcanzado grandes cosas a costa de ponerse en un riesgo demasiado alto, incluso a otras personas. Cuando se falla en este nivel, no es algo que podamos solucionar. El buen macho alfa no tiene miedo de perder, porque sabe que nunca perderá nada que no pueda recuperar, y jamás pondrá en riesgo innecesario a otros.

18.- Sé un hombre de principios

Alguien dijo una vez “si no te gustan mis principios, no te preocupes ¡tengo otros!”.

Esta persona era un gran comediante, pero definitivamente no era un macho alfa. No se trata de ser un fanático, ni nada por el estilo.

Tampoco de esgrimir la bandera de todas las buenas causas que se nos atraviesen. El macho alfa tiene pocos principios, pero les es fiel. Y

son los suficientes como para que pueda vivir su vida en el marco de la bondad, la legalidad y la honradez. El macho alfa de verdad no está a la venta, y no hay virtualmente ninguna cantidad de dinero, fama o poder que lo haga vender sus ideales más altos.

Por otra parte, el falso macho alfa seguramente perseguirá algún nuevo principios o metas en la vida cada semana, y no tendrá problemas traicionándolos para obtener bienes materiales. Por ejemplo, el “macho alfa”

que traiciona su honestidad mintiéndole a una mujer sólo para llevársela a la cama.

19.- Defiende a los que son más débiles

Un macho alfa jamás se aprovecha de las personas que son más débiles que él. Todo lo contrario. Siempre que está en sus manos, destina su tiempo y sus recursos a ayudar a todas las personas que son **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

125

menos afortunadas. Esto también implica que no se queda incólume cuando está presencia de una injusticia y siempre mete las manos, y sí es necesario, pelea. Nunca desprecia ni subestiman a las personas.

Simplemente las ayudan porque están verdaderamente convencidos, no de que son inferiores.

Sino de que todos somos iguales y merecemos las mismas oportunidades y ser tratados con dignidad. Su motivación no está en hacerse los héroes, sino en conseguir un mundo mejor. El macho alfa

“impostor” por su parte, solo defenderá a otros cuando la causa le convenga o cuando quiera quedar bien. Y claro, siempre y cuando él no corre ningún peligro.

20.- No busques una vida fácil

Una vida fácil, ya sea física, emocional o espiritualmente, puede ser cómoda, pero definitivamente no será interesante o gratificante. La vida debe tener sus altibajos para poder disfrutar de las cosas buenas. No se trata de andar por allí buscando problemas, sino de esforzarse un poco más cada día de lo que nos esforzamos el día anterior para llegar a metas verdaderamente importantes.

Y puedes lograrlo con acciones muy sencillas, como levantarte temprano, no tenerle miedo a dejar los pulmones en el gimnasio, salir de tu zona de

confort y en general hacer cosas que sabes que te costarán trabajo y disciplina. No te dejes llevar por la pereza.

El bien macho alfa siempre está buscando un nuevo objetivo, una nueva marca que romper. El mal macho alfa tendrá suficiente con algún logro mediocre y se aferrará a él el resto de su vida como pretexto para no seguir avanzando. Convirtiéndote en un macho alfa.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

126

Lo único que podemos hacer para asegurar que nuestra vida será exitosa, es tomar responsabilidad absoluta sobre nosotros mismos, sobre lo que deseamos y sobre nuestro modo de vida.

- 1) Depender de la opinión de los demás es un paso hacia la cobardía, no hacia el estilo de vida de un macho alfa.
- 2) Querer lo que otros quieren y no trabajar duro para obtenerlo es la vida de un cobarde.
- 3) Ser una persona envidiosa es cobardía. Igual que hablar de las personas a sus espaldas. Mentir, engañar y robar, también es cobardía.

El macho alfa es la contraparte natural del cobarde. El cobarde puede tener muchos compañeros, pero el macho alfa tiene muchas personas que cuidar y de las cuales es responsable de una u otra manera.

Cuando lucha una batalla en su vida, no solo la está peleando por su propio orgullo y honor, también por el honor de todos los que lo rodean.

Convertirse en un macho alfa, en conclusión, no es tarea fácil.

Seguramente después de leer este artículo ya te diste cuenta de eso.

Pero vale la pena si lo tomas como un reto para convertirte en la mejor persona que puedas llegar a ser. Me gustaría aclarar que cuando se trata de ser una “mujer alfa”, los pasos a seguir son exactamente los mismos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

127

No hay distinción de género y no solo los hombres pueden alcanzar altos niveles de significado y honorabilidad en sus vidas. Todo lo que haces en tu vida tiene una consecuencia. Solo tienes una vida (hasta donde tenemos de cierto) y es tu decisión si la vives como un ser humano alfa, o como un borrego más del rebaño.

La Conversación Divertida

Antes de explicarte cómo, espero que te haya quedado claro que las primeras palabras que debes tener con una chica son para divertirse.

Una vez que una chica se está divirtiendo contigo, es cuando debes pasar a temas de conversación más serios y a tratar de hacer conexión con ella. Hasta ahora hemos visto la parte práctica, así que quiero explicarte la teoría detrás de por qué funciona.

Primero veamos el caso de los hombres: a primera vista, un hombre ve a una mujer según su atractivo físico (su manera de vestir, su cuerpo, rostro, su edad), y después de evaluarla, él decide si es interesante, buena gente, divertida y compatible.

A primera vista, una mujer va a ver si sabes hacer una conversación divertida: con esto, me refiero a aplicar todo lo que te he enseñado en los últimos dos capítulos: ser confiado, atrevido, divertir a las chicas, mostrar que no estás desesperado, y crear tensión sexual. Así, una chica con sus diferentes pruebas sabrá si sabes cómo tratar a las chicas y si vales la pena.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

128

Una vez que ella se interesa por ti, progresas físicamente, para que se sienta atraída a tu personalidad atrevida, misteriosa y llena de roces sexuales...

Y aquí es cuando utilizas los puntos de la conversación seria: hablar de los gustos que tienen en común, de cómo tú tienes tus sueños y pasiones, para que ella se sienta identificada contigo y quiera conocerte mejor.

Así que la razón por la que las chicas se aburren cuando hablan contigo es porque no estás creando atracción... en realidad, el problema no es tanto que tu conversación no sea divertida, sino que ella no tiene ningún interés en ti, así que no importa cuál sea el tema de conversación, no le va a interesar.

Así que si me preguntas cómo puedes tener un tema de conversación entretenida con una chica, cualquiera de tus gustos se puede usar para que una chica sienta conexión a ti siempre y cuando hayas generado atracción e interés.

Por ejemplo, digamos que te gusta la cocina. Una vez que hayas generado atracción, puedes decirle a una chica:

“¿Te gusta la comida asiática? Un día podría cocinarte una cena, sale a \$100 por ser ti.”

Inclusive, imagínate que una chica te pregunta por tu trabajo. Podría ser que tu trabajo es muy aburrido, quizá trabajas frente a una computadora. Pero en lugar de contarle sobre tu trabajo aburrido y que **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

129

ella sienta que no eres interesante, puedes aprovechar para bromear con ella y crear una conversación divertida:

Chico: “¿Y en qué trabajas?”

Chica: “Pues nada especial, tengo un trabajo normal de 8 de la mañana a 4 de la tarde.”

Chico: “Igual que yo...” “¿Sí, lo normal, tú sabes, llamar a los clientes, enviarles cartas, amenazarlos a muerte...”

Chica: “Lo normal! ¿Qué tipo de trabajo tienes?”

Chico: “Me encantaría contarte, pero si te cuento tendría que matarte al final de la noche.”

Además de ser divertido, ella no sabe de tu trabajo (el aburrido), por lo que terminas siendo misterioso y ella queda intrigada por saber qué haces realmente. Y aunque insista, sigue jugando con ella y bromeándola, verás cómo ella se intriga y se interesa por ti cada vez más.

De nuevo, recuerda que la conexión sólo la puedes crear una vez que ella se siente atraída a ti. Te lo voy a decir cuantas veces sea necesario porque muchos hombres olvidan lo importante que es que se sienta atraída.

No caigas en el error de pensar: “voy a demostrarle que tengo muchas cualidades que le van a gustar”. Porque las mujeres se van a dar cuenta que estás tratando de impresionarlas al igual que todos los otros chicos lo hacen.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

130

Tampoco olvides lo importante de seguir siendo divertido y usar el contacto físico, mira el ejemplo de la guitarra: a pesar de que estás tocando un tema de conversación serio, le agregas un toque divertido.

A partir del momento en que ella está interesada en ti y muestra muchos indicadores de interés, debes tocar diversos temas de tu interés para que ella se sienta interesada. Y aunque muchos hombres creen que a veces no tienen nada en común ni de qué hablar con una chica, están equivocados. La mejor manera de saber qué tipo de intereses tiene una chica es contando tus propias anécdotas.

Por ejemplo, puedes tocar el tema de la comida y contarle una anécdota:

“¿El otro día fui a comer comida japonesa, el sushi estaba excelente! ¿Te gusta la comida japonesa?”

Si a ella le gusta, pueden comentar acerca de qué restaurantes prefieren y hasta puedes invitarla a que salgan a comer un día a un restaurante nuevo de muy buen precio. Y aún si no le gusta la comida japonesa, puedes preguntarle qué tipo de comida. Tal vez le guste la comida italiana y a ti también, y pueden hablar sobre eso.

Puedes hablar de temas emocionales. Los temas emocionales son los que involucran los sentimientos de las personas, por ejemplo:

“¿Alguna vez te has tirado de paracaídas? Es una sensación increíble de adrenalina y de libertad.”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

131

A las mujeres les encanta que toques el tema de las emociones porque pueden imaginárselas muy claramente. ¡En este caso, si ella ya se ha tirado de paracaídas, de seguro dirá “qué coincidencia! ¡Yo también me he tirado, el sentimiento es increíble!”, y si no, va a querer que le describas cómo fue cada segundo. Y si fuera el caso, ya tendrías un tema interesante de conversación.

Recuerda, debes ser descriptivo y llenar la conversación de emociones, con tus gestos, con tu tono de voz. Por ejemplo:

“Es una experiencia única: tú te subes al avión, y ves hacia abajo pensando en que es imposible tirarte, piensas en que puedes morir, piensas en todo lo que tienes. ¡Pero de un momento a otro, también piensas en que la vida sólo se vive una vez, y de un pronto a otro... decides tirarte! La sensación de ser realmente libre por unos minutos es espectacular, es como si volvieras a nacer.”

¿Ves? Una experiencia tuya puede ir llena de emociones, estoy seguro que al leer este párrafo te llenaste de los sentimientos que quise transmitirte.

Tú puedes gastar todo el tiempo que quieras en lucir mejor, buscar el restaurante perfecto o encontrar el mejor bar en la zona, y hacer todo el dinero que desees, pero cuando se trata de hechizar a una mujer todo

comienza con la conversación. Por eso es frustrante cuando descubres que ciertas conversaciones parecer estancarse, terminando con largos momentos de incómodos silencios hasta que uno de los dos se aleja.

El problema es que están enfocándote en los temas de conversación equivocados. Y aquí te diremos cuales son algunos temas emocionales para poder platicar con las chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

132

1.- Cuando eran niños...

No importa cuál sea tu edad, tu niñez tendrá siempre un lugar especial dentro de tu corazón. Al abrirte y permitir a la mujer saber qué tipo de circunstancias viviste, tú no solo le mostrarás tu lado emocional, sino que también le darás una oportunidad de estrechar la relación. Así, ella compartirá contigo sus propias experiencias, lo que significa que tendrá muchísimo qué decir acerca de sí misma.

2.- Cosas Que Te Apasionan...

Este es el más fácil tema de conversación por dos razones. Primero, esto permite a la dama (una vez más) ver tu lado emocional, algo que te ayudará a ganarte su confianza. ¡Segundo, este te permitirá hablar sobre algo de lo que disfrutas muchísimo hablar! Esto permitirá que la conversación fluya fácilmente, hablando muchísimo sobre este tema.

Después de hablar sobre lo que te apasiona dirige la conversación en dirección hacia ella, haciéndole muchas preguntas sobre lo que ella disfruta hacer. Así, más tarde, cuando ella piense en la conversación que tuvo contigo, ella recordará que fue algo muy divertido porque ella estuvo hablando sobre cosas que ama.

3.- La Gente A Su Alrededor...

Como ella es una mujer a la que no conoces bien aún no tienen demasiadas experiencias en común que hayan compartido... excepto la experiencia que

están teniendo actualmente. Así, puedes formar un enlace con ella hablando sobre lo que les rodea, como el tipo de bar en el que están, la comida en el restaurante, o la gente a su alrededor. Una cosa que me gusta hacer cuando estoy hablando con una mujer es crear **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

133

historias sobre los extraños que están alrededor nuestro. Esto nos pone en un modo colaborativo y me permite ejercitar mi creatividad.

4.- Sus Ambiciones...

Mientras hablan sobre tu actual empleo y los que has tenido anteriormente, la mujer pone mucho interés en lo que el hombre hace y hacia dónde está dirigiendo su futuro. Pero es mucho más importante permitir que la mujer hable sobre sus futuras ambiciones. Esto permitirá

-de nuevo- dirigir la conversación hacia ella, permitiéndole hablar sobre sí misma. También, esto impulsará la conversación hacia un estado emocional, porque nadie puede hablar acerca de sus ambiciones sin sentirse algo excitado por ellas

5. Sus Viajes...

Los viajes son siempre un tema divertido, pero este es un tema en el que es mejor permitirle a ella hablar. Aunque los lugares a los que has viajado pueden ser geniales, y puedes tener un mundo de aventuras maravillosas que contar sobre ellos, hablar demasiado sobre ello puede hacerle a ella pensar que estás tratando de impresionarla. En vez de eso, comienza a hablar un poco sobre alguno de tus viajes y pregúntale a ella sobre sus propias historias. Esto le permitirá hablar sobre sus pasiones, deseos, visión del mundo, etc., que tú puedes mencionar más tarde en la conversación.

6.- Sus Lecciones De Vida...

Aunque este no es necesariamente un “tema”, es importante matizar todas tus conversaciones haciéndote a ti mismo esta pregunta: ¿Qué **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

lección te ha enseñado esto? Al profundizar de esta manera en cada tema de conversación, no solo estás mostrando la profundidad de tu propio pensamiento (algunas mujeres disfrutan esto en un hombre) pero también una vez más estás extendiendo las ramas del árbol de la conversación tan lejos que ellas pueden extenderse hablando sobre algo que disfrutan.

En vez de solo hablar de esa pelea que tuviste una vez en quinto grado (un tema) tú puedes hablar sobre los diversos sentimientos que llegaron a tu mente en ese momento y las lecciones que aprendiste de ello (varios temas). A partir de aquí, la conversación puede extenderse por sí misma.

7.- Tus Ideas Sobre Cultura Popular / Eventos De Actualidad...

Si la conversación no parece ir bien, usa alguna de tus ideas u opiniones sobre la cultura popular o eventos de actualidad para salvar la conversación de caer en algún silencio bochornoso. Sin embargo, es mejor que no uses este tema demasiado a menudo o la conversación se volverá aburrida y falta de profundidad.

Eso sí, evita temas comprometedores como el amor, los noviazgos, hablar de los ex, o cualquier tipo de relación si tu intención es querer algo más con una chica, puesto que podrían tener roces incómodos, como, por ejemplo, que ella te diga que odia las relaciones y que jamás quiere un novio.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Demostrar que eres el Alfa Con esto, me refiero a cuando eres el mejor en cualquier cosa, por ejemplo, si eres el mejor en tu clase de inglés, la gente se va a sentir atraída a ti, para preguntarte por dudas, para que los aconsejes, las personas llegan a ti sin que tú hagas nada.

Por ejemplo, ¿qué pasaría si hoy te topas en la calle a un científico famoso? Seguro que lo saludarías, tratarías de hablar con él cuanto fuera posible (que va a ser poco tiempo porque es una persona ocupada), y vas a contarle a tus amigos que te topaste a esa persona.

¿Viste? Él no tuvo que hacer nada para atraerte a ti, tú te morías por conversar con él. Claro, nadie se puede hacer famoso de la noche a la mañana, y tampoco te estoy diciendo que lo hagas, nada más quería darte un ejemplo.

Lo que sí te quiero decir es que una excelente forma de atraer a las chicas hacia ti es ser bueno en algo que a ellas les guste. Claro, hay gustos demasiado variados, así que ¿Cómo puedes hacer para hacerte bueno?

El secreto está en que te enlistes a hacer muchas actividades y empieces a cultivar tus pasatiempos o hobbies. Estoy seguro que tu vida actualmente es un poco aburrida: ¿Cuánto tiempo pasas frente al televisor o la computadora sin hacer nada productivo?

Nunca es tarde para intentar nuevas cosas como estudiar cocina, fotografía, algún arte marcial, correr una maratón, viajar, leer, hacer trabajo social, natación, aprender un poco sobre mecánica para arreglar **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

136

mi auto, música, etc. Hay mucho qué hacer allá afuera, y si piensas que nada es para ti, no estás viendo hacia el horizonte. Hay miles de cosas que puedes hacer y probar, y si no te gustan, no importa, las dejas y ya.

¿Cómo sabes que eres malo cocinando si nunca lo has intentado?

Además, es importante por eso que pruebes de todo tipo de actividades, porque en algunas vas a ser mejor y vas a tener más pasión: te vas a convertir en una autoridad en el tema, lo cual te va a ayudar a interesar a las chicas.

Y ahí siguen los ejemplos... puede ser que a una chica le guste la lectura, ¿qué tal si tú tienes varios libros que a ella le gustaría leer?

O si le gusta la cocina, podrías hablarle de la última cena al estilo italiano que hiciste para tu familia.

O si le gusta el cine independiente, puedes hablar de la última película francesa que te encantó.

O si le gusta viajar, puedes hablarle de tus experiencias personales de tus viajes y aconsejarla.

Como puedes ver, entre más te intereses en hacer actividades productivas, más temas de conversación tendrás con una chica, más interesante vas a ser, y así vas a crear conexión, una de las mejores armas para enamorar a las chicas.

Así como generas interés cuando eres la autoridad en un tema, las chicas igualmente se sienten atraídas hacia un hombre líder, puesto que **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

137

sabe que él es diferente, sabe tratar a las personas, y, además, recuerda que las chicas en muchas ocasiones son indecisas, ni siquiera ellas saben lo que quieren. Y por eso, necesitan de una guía.

Por eso, el primer paso en ser un líder es no buscar la aprobación de las chicas, sino ganársela. Lo contrario al líder es un hombre sumiso, y ya hemos hablado bastante de cómo dejar de ser sumiso.

Si quieres ser el líder, es importante que tomes una actitud fuerte y decisiva. No le preguntes a una chica si “está cómoda”, o “si la comida está rica”, o “si quiere ir a otro lado”. En cambio, da como por un supuesto que está disfrutando, que está cómoda, y que si está contigo es porque quiere hacer lo que tú quieras. Dile, “vamos a sentarnos a esa mesa”, no le pidas permiso, simplemente haz lo que tú quieres hacer.

Si has generado suficiente interés, vas a ver que a ellas les va a parecer demasiado atractivo que tú les digas qué hacer. Recuerda de nuevo que la clave está en los indicadores de interés: si una chica está desinteresada o no está suficientemente interesada y actúas así, te vas a ver como un hombre manipulador y agresivo. ¡No cometas ese error!

Si quieres hacer una invitación, lo mejor es que líderes y en lugar de preguntarle:

“¿Qué te gustaría hacer? ¿Quieres hacer algo el fin de semana?

¿Estás ocupada el fin de semana?”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

138

Si le dices eso a una chica, ella probablemente diga: “ay no sé si pueda, y no sé qué hacer... luego te aviso”. Es mejor que decidas tú la actividad y le pongas una fecha que a ti te sirva:

“¿Qué tal si vamos por un café a medio día mañana, te espero aquí mismo y caminamos?”

Tampoco te estoy diciendo que seas inflexible, pero si lo haces de esta forma, las chicas más probablemente acepten, porque ya estás planteando todo, ellas no tienen que pensar mucho. Claro, puede ser que ella no pueda, y en dicho caso se ponen de acuerdo, pero trata de tener ya listo qué hacer, así además se nota que eres un líder natural.

Otro punto importante en el que muchos chicos caen es que se ponen celosos cuando la chica que les gusta o con la que estaban hablando habla con otros hombres u otros hombres la buscan. Lo peor que puedes hacer es enojarte, o tratar de buscar su atención porque así ellas sabrán que eres débil, que te enojas con facilidad y que no eres el indicado. Recuerda que los celos son una muestra de inseguridad, y si eres inseguro, entonces realmente no eres el líder.

Entonces, ¿qué debes hacer para que ella aleje al resto de los hombres y se quede contigo? Es muy fácil... Lo primero que debes hacer es no darle importancia. Simplemente déjalo pasar, convéncete que ella te va a elegir porque tú vas a ser diferente.

Lo siguiente que debes hacer es causarle celos a ella. Es muy simple, si estás hablando con una chica y un hombre llega a hablarle y ella te ignora, dile en

un tono tranquilo que ya vuelves, y vas a hablar con tus amigas o con otras chicas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

139



¡La chica que te gusta, apenas vea que estás divirtiéndote con otras chicas pensará, “uy no! ¡Él está con otras, pero debería estar conmigo!”, se pondrá celosa, se preocupará, e irá directo a agarrarte del brazo y a llamarte la atención para que vuelvas con ella.

Igualmente, ignora a las personas que quieren hundirte. Siempre te vas a encontrar con hombres y mujeres que quieren colocarse sobre ti, por muchos motivos, pero más comúnmente, te dicen y hacen las cosas porque tú eres superior y están celosos de ti. Deja que hablen lo que quieran, pero márchate con una sonrisa, porque tú eres el que saldrá vencedor.

Les dejo otros videos para que vayan viendo ejemplos:

<https://www.youtube.com/watch?v=P3J7n7qEIxk>

<https://www.youtube.com/watch?v=I8V8oGZbZsk>

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

140

En resumen

- Nunca habla mal de otras personas a sus espaldas. Todo lo que tiene que decir, lo dice de frente.
- El macho alfa se caracteriza por avanzar a su ritmo y según sus propios deseos y ambiciones
- Sabe que la única manera que existe de superar los miedos es enfrentarlos.
- No necesita de los demás para pagar sus cuentas, hacer sus comidas, para apoyo emocional o para obtener fuerzas.
- Tienes que levantarte temprano o hacerte tiempo para ejercitarte, tienes que cuidar lo que comes y también tienes que evitar cosas que te dañen.
- El buen macho alfa es un lector voraz que no deja pasar oportunidades de aprendizaje y de cultivarse a sí mismo.
- Cuando una mujer realmente le gusta, no se anda con medias tintas.

Hace todo lo que esté en sus manos por ganarse su amor.

- El macho alfa de verdad ha invertido mucho tiempo, compromiso y esfuerzo en convertirse en un maestro de su arte, y conoce el valor del trabajo rudo y las recompensas que solo este puede brindar.
- Un macho alfa, para convertirse en un verdadero líder que pueda guiar a los demás, a veces necesita comenzar haciendo las cosas por su cuenta

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

- El macho alfa de verdad tiene una gran lista de “cosas que quiero hacer” y siempre está buscando tiempo y recursos para completar una más.
- Se atreven a hacer cosas que otros consideran demasiado riesgosas si fallan.
- El macho alfa tiene pocos principios, pero les es fiel. Y son los suficientes como para que pueda vivir su vida en el marco de la bondad, la legalidad y la honradez.
- Un macho alfa jamás se aprovecha de las personas que son más débiles que él.
- La conexión sólo la puedes crear una vez que ella se siente atraída a ti. Te lo voy a decir cuantas veces sea necesario porque muchos hombres olvidan lo importante que es que se sienta atraída.
- Recuerda, debes ser descriptivo y llenar la conversación de emociones, con tus gestos, con tu tono de voz.
- No olvides de hablar sobre temas emocionales para poder conectar con las chicas.
- Debes demostrar tus habilidades: si eres el mejor en tu clase de inglés, la gente se va a sentir atraída a ti, para preguntarte por dudas, para que los aconsejes, las personas llegan a ti sin que tú hagas nada.
- Si quieres ser el líder, es importante que tomes una actitud fuerte y decisiva.
- Lo peor que puedes hacer es enojarte cuando la chica que te gusta esta con otro, o tratar de buscar su atención porque así ellas sabrán que eres débil, que te enojas con facilidad y que no eres el indicado.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

- Igualmente, ignora a las personas que quieren hundirte. Siempre te vas a encontrar con hombres y mujeres que quieren colocarse sobre ti.
- Cuando te quieran desanimar deja que hablen lo que quieran, pero márchate con una sonrisa, porque tú eres el que saldrá vencedor.
- Ponte metas y objetivos, cúmplelos y siempre desafíate a llegar más lejos.
- Sal de tu zona de confort.
- Actúa y no te arrepientas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

143

Capítulo 8

Habla con chicas desconocidas

La razón por la que no conoces chicas es porque estás ignorando tu alrededor: ¿cuántas chicas pasan frente a tus ojos en la calle, en el trabajo, en tu gimnasio, en tus clases, en tu universidad?

Si actualmente no conoces chicas, déjame decirte que las oportunidades están frente a ti. ¿Esa chica que estaba sentada a la par tuya? Debiste haberle hablado.

Sin embargo, yo sé que lo que te detiene a actuar es que te paralizas y no sabes qué decir, y por eso te quiero dar muchas formas con las que puedes empezar una conversación con una chica que no conoces.

Usualmente se cree que los hombres talentosos conociendo mujeres pueden encontrarlas independientemente del lugar donde se encuentren. Pero esto no es cierto, hay lugares más idóneos para ligar que otros, ya que no toda mujer se siente cómoda cuando la abordan en un bar o una discoteca.

Conseguir una cita no es tarea sencilla, debes tener inteligencia para abordar y gentileza para convencer. Una mujer a la que se le acerca un chico en un

bar, sabe que este no busca nada serio, por lo que es casi seguro que no le preste suficiente atención.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

144

Aprovecha las fiestas

En los matrimonios y fiestas de cumpleaños se acostumbra a bailar en la hora loca. Este es un momento en el que las personas que no se conocen bien comparten en una gran rueda con antifaces y bailes donde es fácil integrarse y disfrutar. Esta oportunidad es única para acercarse a mujeres hermosas e invitarles a compartir la mesa o una bebida.

Como se entiende que en la fiesta siempre hay personas en común, las mujeres se sentirán más seguras con los hombres que las aborden.

Se da por entendido que los chicos son o bien amigos de la novia o novio, o en su defecto del dueño de la celebración. Por lo que es casi imposible que haya personas mal intencionadas, asesinos o secuestradores entre los invitados (algo que puede pasar por la mente de una mujer).

Los equipos deportivos

Unirse a practicar un deporte puede resultar ventajoso. En toda práctica deportiva es común observar a las hermanas, primas y mejores amigas de los compañeros del equipo que asisten a cada juego para brindar su apoyo. También es usual que surjan lazos de amistad más allá de la cancha donde se entrena. Los mejores amigos te invitarán a sus casas para compartir un picnic en familia, ir al cine o a fiestas.

Si te gusta la hermana de tu amigo, podrás llegar a ella con más facilidad si ella reconoce que eres de confianza para su hermano. Los hermanos nunca presentan malos pretendientes, ya que esperan lo mejor para las mujeres de su familia. Esta es una opción a tu favor. Por otro lado, en las canchas deportivas también entrenan mujeres. Si eres de los que te dejas llevar por el cuerpo de una mujer, puedes percatarte de cómo

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

lucen mientras se ejercitan y así abordar a la que esté en mejor condición física o te parezca más atractiva.

Los supermercados

Para una mujer puede ser atractivo ver a un chico perdido en un supermercado, confundido con dos frascos de salsa en cada mano, sin saber cuál elegir. Los supermercados son lugares seguros, iluminados y amplios, donde una mujer jamás pensaría en encontrar al amor de su vida. Y tampoco creará correr ningún peligro al estar allí, por lo que puedes valerte de tu carrito del super para crear múltiples situaciones que te permitan conocer mujeres.

Además, por lo general las personas hacen sus compras en los mismos lugares, así que, si te gusta una chica, la podrás ver en distintas oportunidades recorriendo los pasillos del mismo super.

Hay muchas formas de iniciar un contacto: puedes chocar

“accidentalmente” con su carrito, y así iniciar una conversación casual, confundirte intencionalmente de carrito y colocar algún artículo de tu compra en el suyo, preguntarle por la calidad de algún producto, o por la ubicación de alguno de los víveres.

El área de las verduras y frutas siempre está llena de mujeres, sobre todo por aquellas que aman comer saludable. Si corres con suerte y eres agradable, cualquier pasillo de un establecimiento de víveres te será útil para conocer mujeres y ser recordado.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Los conciertos

En un concierto las personas van a desinhibirse, divertirse y socializar.

Las mujeres que asisten a un concierto, quieren diversión, sin importar mucho quién se las ofrezca. También significa que hay un punto en común: la pasión por la banda que ambos están escuchando. Esta es tu oportunidad para acercarte, preguntarle por su canción favorita, invitarle una cerveza, bailar, encontrar más cosas en común y pasarla bien. Si le caes bien, ella te dará su número de teléfono y estará dispuesta a verte en posteriores oportunidades.

El parque

Usa a tu mascota como excusa para ligar. En los parques hay chicas que sacan a pasear a sus perros, que acuden para hacer ejercicios o que simplemente van a leer un buen libro. Si tienes una mascota, llévala al parque, eso te hará lucir como un hombre responsable y tierno. Si no tienes mascota, entonces lleva un libro que hayas empezado a leer y aborda a las lectoras apasionadas con lo más relevante de la historia.

Son momentos únicos, donde puedes intercambiar tu número de teléfono, curiosidades sobre la lectura y sobre tus intereses. Te sorprenderás de todas las mujeres que puedes llegar a conocer en un solo día.

Un evento deportivo

Los apasionados por un deporte crean clubes de apoyo a sus equipos, y se reúnen en determinadas áreas de los estadios deportivos para crear barras y entonar a todo pulmón las canciones que alientan a los jugadores. En los asientos de los estadios, van muchas fanáticas que comparten la pasión por un equipo y que, dada la situación, conversan abiertamente con los compañeros de la misma fila aun cuando no los conozcan.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

147

En la cafetería

Las cafeterías son los lugares de las chicas inteligentes y conversadoras, aquellas que quieren salir de la rutina del trabajo o del estudio, y compartir con sus amigas mientras degustan un capuchino y comen galletas o pastel.

Por ser un lugar casual, es mucho más simple abordar, compartir una mesa o incluso invitar el café. Las mujeres también te percibirán como un chico educado, inteligente y descomplicado.

Además, en la mayoría de los café, hay wi-fi, por lo que puedes solicitar la clave a la vendedora (si ella te gusta) o sentarte junto a las mujeres que estén chateando, y así intercambiar contactos.

El gimnasio

La mayoría de las mujeres que van al gimnasio no solo buscan lucir mejor, sino mirar el atractivo de los chicos que ahí entrenan. Es decir, algunas pueden estar buscando lo mismo que tú, quieren conocer personas atractivas. Ofréceles tu ayuda a las chicas de tu agrado, indícales cuál es la mejor rutina para ejercitarse sin lastimarse.

Seguro conseguirás que sonrían y te consideren como un gran aliado.

Eso te servirá para ligar con facilidad.

Transporte público

Las paradas de autobús, al igual que las estaciones del metro, aglutinan muchas personas, entre ellas mujeres. Ofrécele tu asiento en el bus, ayúdala a abrir o cerrar el vidrio del autobús, pregúntale si le gusta la música, si va retrasada a su destino, en fin, hay muchas formas de iniciar una conversación en el transporte.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

148

Formas de abrir

Existen dos formas de abrir una conversación: la primera es una forma indirecta, en la que no muestras interés. Y la otra, es de forma directa, le demuestras inmediatamente a una chica que te interesa. Ambas son excelentes opciones. Así que veamos primero las formas indirectas de empezar una conversación:

Pregunta sin compromiso Pregúntale a una chica por preguntas que socialmente una chica va a responder:

Cuando fumas: ¿Tienes fuego?

En la calle: ¿Tienes la hora?

En la calle: ¿Sabes dónde está la Avenida 2°?”

Este tipo de preguntas no conllevan ningún tipo de riesgo o compromiso, todos te la van a responder, sin embargo, difícilmente logras algo más que obtener una simple respuesta o hablar unas líneas más.

Sin embargo, es excelente a modo de calentamiento, o sea, para practicar un poco y agarrar confianza antes de hablarle a la siguiente chica. Una vez que le preguntes a tres chicas en la calle qué hora tienen, vas a ver que te sientes más confiado para hablarle a la siguiente chica.

Pregunta circunstancial Pregúntale a una chica por algo del momento, por ejemplo:

En la parada de bus: ¿Sabes si este bus va al centro?

En clases: ¿Sabes si mañana hay clases?

En la universidad: ¿De casualidad vas para la universidad?

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

149

En el gimnasio: ¿Podemos turnar la máquina?

En el supermercado: ¿En qué pasillo encontraste eso?

En la fila del banco: ¿Este banco siempre tiene tanta fila?

En una galería de arte: Qué buen pintor, ¿verdad?

En el aeropuerto: ¿Tomas este avión? ¿A dónde te diriges?

En una librería: ¿Te gusta ese escritor? Yo ando buscando su último libro.

En la piscina: ¿Hace mucho que nadas? ¡Nadas bien!

En clase de yoga: ¿Hace cuánto haces yoga? No te había visto por aquí.

En clases de baile: ¿Qué ritmo te gusta bailar?

Las preguntas circunstanciales pueden ser muy espontáneas, las chicas difícilmente están a la defensiva ya que en las actividades de día pocos chicos llegan a hablarles o a ser necios con ellas. Sin embargo, esta forma de empezar la conversación es muy indirecta, por lo que debes buscar inmediatamente cómo seguir la conversación, ya sea siendo divertido, un poco atrevido, o hablando un poco más con las chicas hasta que se sientan cómodas. Pero también es una forma excelente de calentamiento.

En estos casos es importante que recuerdes ser amigable, sonriente, y social, para que las chicas no se asusten y se sientan cómodas hablando contigo.

Pedir una opinión

El siguiente caso es cuando le preguntas a una chica por una opinión, generalmente que involucre sentimientos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

150

Normalmente, debes aprenderte una historia o tenerla lista y practicarla varias veces, para que te salga natural y las chicas no sospechen que estás tratando de ligártelas. Van unos ejemplos:

“Mi amigo ahí no sabe si esa camisa le luce, necesitamos la voz de una mujer. ¿Qué escogerías tú, la azul o la verde?”

“¿Te puedo preguntar algo rápido? Mi mejor amigo va a proponerle matrimonio a la novia... pero yo la vi besándose con otro hombre... ¿Crees que debería hacer algo?”

“¿Puedes darme una opinión? Quiero regalarle una blusa a mi hermana, ¿cuál crees que sea mejor?”

Recuerda que estos son solo ejemplos, busca preguntas que se adapten a tu tipo de vida y si es posible que lleven emociones, así te van a salir más genuinas y las chicas no pensarán que estás haciendo algo más que una simple pregunta.

Ser directo

También puedes empezar siendo directo y si has visto que la chica tiene indicadores de interés y que está dispuesta a hablar contigo. Tu puedes empezar mostrando interés:

Me gustas, y quiero conocerte.

Si no te digo esto, me voy a arrepentir el resto del día, pero tú me pareces muy bonita y quise conocerte.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

151

Eres una chica muy atractiva, quiero saber más de ti.

Las formas directas son más arriesgadas, pero conllevan a una mayor ganancia: es cierto, probablemente más chicas te rechacen, pero cuando una chica no te rechaza, es porque está interesada en ti. Este tipo de acercamientos no los recomendamos en bares o en lugares donde las chicas están a la defensiva, en cambio, úsalos de día, en la calle, en cafés, en parques, cuando las chicas menos se lo esperan.

Recuerda tener un excelente lenguaje corporal si quieres ser directo.

No te lo tomes muy a pecho, recuerda que tienes una actitud relajada y para ti es casi que un simple juego. Además, nadie se muere si lo rechazan.

La clave en conocer chicas es que actúes hoy: sal de tu casa, busca actividades que puedes hacer en periódicos, revistas, en internet, pregúntale con tus amigos... Deja de ponerte excusas para seguir en tu zona de confort, no quiero oír tus excusas. Quiero verte actuar.

Además, debes aprovechar todas las oportunidades todos los días donde puedas empezar una conversación con una chica que no conoces. Ya te di muchos ejemplos para que puedas empezar una conversación.

Y cada vez que quieras hablarle a una chica, camina hacia ella, cuenta hasta tres, y háblale. Si te esperas más tiempo, lo vas a dudar, lo vas a pensar demasiado, te vas a arrepentir, y vas a dejar ir la oportunidad.

Persiste, y pronto verás resultados.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

152

En resumen

- La razón por la que no conoces chicas es porque estás ignorando tu alrededor.
- Aprovecha las fiestas.
- Los deportes, los supermercados, los conciertos, el parque, son buenos lugares para iniciar conversaciones si sabes abordar.
- Existen dos formas de abrir una conversación: la primera es una forma indirecta, en la que no muestras interés. Y la otra, es de forma directa, le demuestras inmediatamente a una chica que te interesa.

- Las preguntas circunstanciales pueden ser muy espontáneas, las chicas difícilmente están a la defensiva ya que en las actividades de día pocos chicos llegan a hablarles o a ser necios con ellas.
- Cuando le preguntas a una chica por una opinión, generalmente que involucra sentimientos.
- También puedes empezar siendo directo y si has visto que la chica tiene indicadores de interés y que está dispuesta a hablar contigo. Tu puedes empezar mostrando interés.
- Las formas directas son más arriesgadas, pero conllevan a una mayor ganancia. Practica primero con las normales si no tienes mucha práctica
- Aprovecha cada oportunidad que veas al día y no lo pienses mucho porque si lo piensas mucho no lo harás, tu solo ve y que pase lo que tenga que pasar.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

153

Capítulo 9

Seducir por redes sociales

Las [redes sociales](#) para ligar están de moda. Cada vez más a menudo, salen al mercado aplicaciones que nos dan la oportunidad de conocer a personas interesantes y poder encontrar el amor de nuestra vida. **Tinder** es una de estas aplicaciones, y es probablemente la que está teniendo un mayor éxito. Pero ¿cómo conseguimos generar interés y poder tener una cita?

1. Sé tú mismo

Si nuestro objetivo es quedar cara a cara, es importante que nos comportemos de una forma coherente con quién somos, debes ser tu mejor versión. Debemos pensar que, tarde o temprano, tendremos que ver a nuestro contacto en persona. No hay nada más frustrante que descubrir que esa persona que se escondía detrás de la pantalla no era quién decía ser. En el siguiente paso te contamos cómo hacerlo.

2. Ten un perfil coherente

Escojamos **fotos de perfil adecuadas** que hablen de nosotros. Por supuesto, tenemos que escoger las fotos en las que salimos más favorecidos, pero no es suficiente. Es importante que las fotografías hablen de nosotros, de nuestro trabajo y de nuestras aficiones.

Debemos escoger imágenes en las que salgamos **disfrutando de nuestras vidas**. Por ejemplo, si nos gusta esquiar, escogeremos una foto en la que salgamos esquiando.

Si trabajamos de camarero en un bar, seleccionaremos una foto en la que aparezcamos preparando una copa. Recordemos que las fotos son una gran fuente de información y, además, pueden servir para generar CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

154

conversaciones. Una vez hayamos seleccionado la foto, sería aconsejable que, si la aplicación lo permite, rellenaremos el perfil contando **quiénes somos** y qué queremos hacer con nuestra vida. No lo dejaremos en blanco.

Sintetizaremos, en un par de líneas, lo que somos y lo que esperamos de la vida. Eso ayudará a la otra persona a hacerse una idea de cómo somos y así podrá decidir si quiere darnos una oportunidad.

Recuerda que para un hombre alfa no es necesario filtros y mucho menos quiero que estés usando el filtro del perro que es lo que veo mucho últimamente. Nada más recordarte que esos filtros fueron diseñados para las mujeres, ahora dime tu si un alfa usaría ese filtro.

3. La frase de entrada

Ya tienes un perfil adecuado y estás dispuesto a hablar. ¿Qué dices?

Antes que empezar a hablar te recomendamos que mires su perfil. Allí tendremos una fuente de información muy importante con la que poder empezar a charlar. No hace falta impresionar a nadie; simplemente nos

interesaremos por la otra persona. Poco a poco, iremos cogiendo práctica y nos será más fácil generar una conversación de la nada.

Empezaremos con preguntas que deban ser respuestas de forma amplia.

No nos centraremos en preguntas de “sí” o “no”. No estamos haciendo una encuesta, estamos queriendo conocer a una persona de carne y huesos.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

155

4. No agobies

No nos convirtamos en alguien molesto. Seguramente nuestro interlocutor tenga una vida que atender. Demos un tiempo limitado a nuestras sesiones de *chat* y disfrutemos de la vida real. Eso ayudará a que la otra persona se pregunte por nosotros.

Para la otra persona, **tenemos que ser un momento agradable y apetecible.** Además, es importante que nos guardemos cosas para la cita. Así generaremos expectativas y despertaremos su curiosidad.

5. Crea intimidad y confianza

Es

importante

que,

a

medida

que

vayamos

charlando,

generemos **complicidad** con bromas que, solo nosotros y nuestro interlocutor, podamos entender. La otra persona debe detectar que **tenéis algo especial**. Debe sentir que eres una persona respetuosa digna de su confianza y debemos hacerle saber que nosotros esperamos lo mismo.

6. Ten un motivo

Si nuestro objetivo es quedar con la otra persona, tenemos que tener una *excusa*, aunque esta sólo sea que tenemos curiosidad por conocerla. **Las cosas tienen un porqué**. Comunicándolo de forma adecuada será más difícil obtener un *no* por respuesta.

Es aconsejable que tengamos **algún plan en mente**; algo sencillo con que poder pasar el rato juntos. Intentemos quedar en un sitio concurrido en el que haya gente. Recordemos que la otra persona no nos conoce y aún no sabe cómo somos realmente. Puede tener dudas sobre nuestra persona. Debemos ofrecer la posibilidad de comprobar que somos tal y como nos hemos mostrado.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

156

7. No insistas

No somos una obligación. Nuestro interlocutor tiene que sentir que quiere conocernos por voluntad propia. Si nos dice que no puede quedar no lo persigamos; démosle un respiro. Una forma de no obsesionarnos, es que tengamos más de una persona con la que quedar. Así no nos afectará tanto su negativa.

Facebook

¿Quieres saber cómo conquistar a una mujer por Facebook? Si es así déjame decirte como conquistar a una chica por chat, volverte tan especial para ella, que no quiera chatear con nadie más que contigo, puedes utilizar [Facebook](#) para acercarte a cualquier chica, y no solo eso, sino conquistarla y finalmente salir con ella en persona.

Sigue estos pasos y conquista a la chica que te gusta por el chat de Facebook, después te daré algunos ejemplos de cómo deberían de ser esos chats para conquistarla correctamente y bien.

Si quieres utilizar el chat de Facebook para conquistar a la chica que te gusta, tienes que empezar por agregarla, eso es obvio, así que voy a asumir que ya la tienes en tu lista de contactos. Nota: Estos pasos son para chicas que ya conozcas, luego te enseñare técnicas con desconocidas.

No la etiquetes

“Etiquetarla” en alguna publicación, es una técnica que hoy en día ya no da resultado si lo que quieres es conquistarla, en primer lugar, porque no conoces sus gustos, segundo porque la expondrías, y créeme que ella odiará eso cuando apenas se están conociendo y tercero porque hoy en día las chicas cuidan mucho sus biografías de Facebook, así que **CÓMO SER UN HOMBRE ALFA**

157

lo más probable es que no acepte tu etiqueta a no ser que sea algo muy relevante para ella.

Canciones

Lo que puedes hacer para que esa canción tenga aún más valor, es publicarla en tu biografía, “sin etiquetarla” Súbela a tu biografía de Facebook y deja que los comentarios de tus amigos pongan frases como “Estas enamorado” “Te llego el amor” “para quien será”, etc. Es posible que ella no comente, pero inconscientemente sabrá que es para ella, y créeme que con eso tienes muchos puntos para conquistarla, y todo por un enlace en chat. El secreto está en agregar valor a sus conversaciones.

Comenta sus publicaciones

Cuando suba una opinión acerca de una noticia, una foto suya, una foto con sus amigas o un estado, comenta, no es necesario que comentes absolutamente todo, parecerás “acosador”, trata de ser prudente y que tu comentario se resalte del resto, si quieres conquistarla por Facebook, tienes

que ser muy original, mientras otros chicos le pongan comentarios como : “Linda” “Bonita” “hermosa”, tú vas a ir más allá, tienes que ser ese chico que destaca de entre todo, utiliza: “Realmente es la mejor foto que he visto en tanto tiempo en Facebook, luces genial”, “Me gusta tu mirada en esta fotografía, tienes un toque especial en tu rostro, linda!”

Cuida tu ortografía

Ya pasaron de moda las conversaciones “amixer” eso no te ayudara para conquistar a una mujer por el chat de Facebook, de hecho, la forma en la que escribes influye mucho en la percepción que tenga esa mujer de ti, así que pregúntate ¿Cómo quiero que me vean?, imagina que quieres que te vea como un hombre profesional y correcto, pregúntate CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

158

entonces ¿Cómo escribiría este hombre un saludo para una dama que le gusta? ¿Diría “ola, k tal ”? o ¿Preferiría usar algo así: “Buenos días, me complace saludarte, ¿Cómo está todo?”. Es un ejemplo, pero tú debes ser innovador y siempre, siempre cuidar tu ortografía. Un alfa no escribe entre cortado.

Utiliza una foto de perfil atractiva

Como ya te he dicho en general la foto es importante. Quizá al inicio, esa mujer no se fije en tus fotos, pero cuando la conversación se ponga interesante y empieces a conquistarla, entrará muy seguido a tu perfil, esto se debe al interés que va teniendo en ti ¿Tu trabajo? Mostrarte lo mejor que puedas, recuerda que en Facebook; tu perfil es tu carta de presentación.

Comparte contenido de Interés

El contenido que tengas en tu biografía dice mucho de ti, vuelve a preguntarte ¿Qué cosa compartiría un hombre importante? ¿Memes?

¿Videos chistosos? ¿o más bien noticias de interés, opiniones, frases de motivación?

El chat es el Rey

Para conquistarla por chat, no podemos olvidarnos a lo que vinimos, potenciar el chat con frases y conversaciones interesantes es la mejor opción para conquistar a una mujer, el contenido que pongas en su imbox será el que se encargue de conquistarla o no, sigue los consejos anteriores; ortografía, caballerosidad, atención, nunca frases vulgares ni propuestas indecentes.

Hazle entender que no estás desesperado

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

159

No la agobies, conquistar no es estar detrás de ella todo el tiempo, publica fotos con tus amigos, salidas, eventos, eso le dará la curiosidad de saber lo que significa estar en tu vida, si te muestras como un hombre con opciones, te volverás más atractivo para ella, te pongo estás dos opciones y dime cuál es la que te gustaría escuchar sobre ti:

“Ese chico tiene a muchas chicas detrás de él, pero me está eligiendo a mi”

“Ese chico no tiene a nadie, y quiere que yo le haga caso”

Pídele su número

Si la situación lo amerita, si van bien y las cosas fluyen de maravilla, y has cierto punto has sentido que la vas conquistando, puedes lanzarte a pedirle tu número.

Proponle una salida en persona. Créeme que si haces todo lo que te menciono más arriba, la vas a conquistar y querrán ambos salir en persona.

Ejemplos de chat para conquistar a una chica por Facebook

Te voy a dar algunos ejemplos de chat, imbox, mensajes y frases que puedes utilizar para conquistar a una mujer por Facebook, utiliza la que más te

convenga, y recuerda también que dependerá del tipo de chica con la que quieras ligar.

“Perdona, No sé cómo haces para ser tan eficiente en tu trabajo”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

160

“Sales tan bien en tus fotos, pero en persona debes de ser mucho más bonita”

“No sabes cuánto sufro para stalkearte y que no se me escape ningún corazón”

Son algunas frases que puedes usar, pero recuerda siempre el grado de confianza que tienes con ella, si usar la última frase con un grado de confianza bajo en vez de funcionar parecerás acosador. Recuerda la frase:

“Un cumplido en la calle tiene dos caras, si lo dijo alguien feo es acoso y si lo dijo alguien guapo es cumplido”

Así que tienes que usar la mente para saber si la chica está interesada y si tus frases podrán gustarle.

Cómo iniciar una conversación con una mujer en Facebook por primera vez

Toda conversación puede comenzar con un “Hola” lo cual es normal si quieres hablarles a tus amigos o a tu madre.

Una conversación así puede ser aburrida, y no solo eso, sino también estarás dentro de los hombres que le inician la conversación de la misma manera. Pero si te interesa hacerlo con **una mujer en la que estas interesado**, definitivamente no es una buena idea.

Seguramente esta completamente cansada de eso.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Ahora te mostraré cómo NO debes iniciar conversaciones en Facebook...

Tu: hola

Ella: Hola

Tu: ¿Cómo estás?

Ella: bien.

Este tipo de conversaciones no llevan a ningún sitio. Hablarle a una mujer por Facebook por primera vez de esta manera, es un completo ERROR. Si empiezas de esta forma es probable que ni siquiera te conteste.

Cómo SI debes iniciar conversaciones en Facebook Ahora te mostraré una manera mejor de comenzar conversaciones por Facebook...

Las mujeres aman que las hagan sentir emociones...

Entonces tu primer mensaje debe ir cargada de alguna emoción positiva. Por ejemplo, la curiosidad.

Tu: He pensado algo sobre ti...

Ella: ¿Qué cosa? (Ella quiere saber lo que le vas a decir, está más predispuesta a conversar contigo que con otro que le envía:

“¿Hola como estas?”)

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

Otro ejemplo:

Tu: Sinceramente no lo puedo creer...

Ella: ¿Qué? (Ella quiere saber lo que le vas a decir ya que despiertas su curiosidad)

Qué preguntarle a una mujer por Facebook

Bien si estas interesado en conocer más sobre una mujer, puedes hacerle preguntas. Pero sin parecer un reportero.

Nunca le hagas preguntas incómodas en un principio, primero debes generar más confianza y confort. Mucho menos si es una chica que acabas de conocer

No le hagas las típicas preguntas de siempre, tales como:

¿Cuántos años tienes?

¿Qué tipo de música te gusta?

¿Cuál es tu hobby?

Estoy casi seguro que casi a cualquier mujer le aburren este tipo de preguntas, no creas que ella estará con ganas va invertir tiempo en responder estas preguntas.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA



En lugar de hacer preguntas puedes hacer afirmaciones. Incluso las anteriores preguntas pueden hacerse en forma de afirmaciones y ser más interesantes.

En lugar de preguntar *¿Cuántos años tienes?* Puedes decir:

Te ves muy Joven, imagino que tienes 25(Siempre intentando bajarle de lo que aparenta).

En lugar de preguntar *¿Cuál es tu Hobby?* Puedes escribir:

Por la forma en que estas vestida en esa foto, puedo intuir que te gusta el Basketball (Ya será ella quien confirme esta afirmación o no)

Puedes usar el humor para hacer estas afirmaciones, así funcionan mejor.

Todo lo que te acabo de mencionar aplica tanto para Facebook como para Instagram.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

164

WhatsApp

1.- Tu perfil

Una imagen vale más que mil palabras. Si vas a usar el WhatsApp para ligar, te conviene cuidar tu imagen.

Las mejores fotos tienen algunas de estas características: Que se te vea la cara. Un buen retrato en color o en blanco y negro, sonriente y natural, siempre es una buena carta de presentación.

Si tienes buen cuerpo: sugiere, no muestres. Un chico que transmite buen gusto al vestir y se nota que tiene un vientre liso, o una chica que sugiere un elegante escote son fotografías que nos van a resultar atractivas.

Una foto en el baño de tu casa o en el gimnasio para muchas personas puede ser síntoma de mal gusto ya que no se adapta al contexto de whatsapp: nos ven personas cercanas, pero también de nuestro círculo profesional. Una foto mostrando una actividad interesante. Una foto escribiendo, escalando, en clase de baile... por un lado dice algo sobre ti y a la vez puede servir de pretexto para que otra persona se interese por nosotros.

Una foto curiosa. Al igual que en el punto anterior, una foto sorprendente, diferente, graciosa... puede ser perfecta para que esa persona que nos interese se fije en nosotros y tenga un motivo para decirnos algo. El perfil no sólo está formado por la imagen sino por la frase de estado. Una frase original, divertida o que conecte puede diferenciarte y provocar interés en los demás.

Tus historias

Whatsapp tiene una función que pocas personas usan: ¡las historias!

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

De un modo similar a instagram, las historias te permiten compartir un contenido durante 24 horas.

Si quieres aumentar tu probabilidad de éxito, úsalas compartiendo aquellas actividades que consideres atractivas.

Quizá esa chica que te interesa te escriba preguntándote dónde está esa playa tan bonita o ese restaurante con tan buena pinta.

2. Cómo empezar (y revivir) las conversaciones Compartir alegrías y buenos deseos

“Como forma de desearte buen fin de semana comparto contigo este amanecer que he disfrutado esta mañana”

“Comparto contigo una canción que me está gustando mucho estos días, como forma de desearte que te esté yendo genial. Cuando tengas tiempo me apetece saber más de ti”.

Hacer sonreír

Acabo de llegar del médico y tengo una importante noticia

¿Cuál?

Me ha recomendado para mi dolor de espalda hablar con una chica con ojos grandes y largo pelo rizado. ¿Conoces alguna?

“María, tu foto de perfil ha ganado el premio a foto que me distrae mientras trataba de buscar por el whatsapp una conversación de trabajo. Ahora ya me he distraído. Creo que me van a despedir. Tendré CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

tiempo libre. ¿Quieres que quedemos?”

Otros ejemplos son compartir cualquier foto o video gracioso que podemos tener en nuestro móvil.

Reconocer que nos hemos acordado de ella

“Ayer pasé por el restaurante donde nos conocimos, me acordé de ti, y tras mirar que ninguna chica de las que había molaba la mitad que tú, pensé en el buen gusto que tuve al pedirte el número”.

“Acaba de pasar por mi lado una niña pequeña con una sonrisa super bonita y expresiva e inevitablemente me he acordado de ti. ¡Te mando un beso virtual!”

Invitar a conocerlos más

Si realizas cualquier actividad que es interesante para ti (baile, algo artístico, visitar sitios curiosos...) lo puedes compartir y a la vez invitar a que ella se sienta cómoda para hacer lo mismo.

“Para que nos conozcamos un poco más, hoy comparto contigo un artículo que he escrito para una web en la que colaboro. Ojalá te guste y siéntete invitada tanto a darme tu opinión como a compartir lo que te apetezca”. Si esto te resulta extraño, quizá se deba a la falta de justificación. En esos casos, puedes justificar previamente el mensaje:

“Lucía, cuando te conocí me pareciste encantadora y no quiero perder el contacto, pero tampoco quiero enviar un típico “hola qué tal”. Así que
CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

167

hoy comparto contigo un video gracioso que hemos hecho en el trabajo.

Siente invitada a compartir conmigo cualquier cosa que te apetezca”.

En cualquiera de estas cuatro circunstancias, es importante que si la otra persona toma ejemplo de tu actitud proactiva y positiva, premies su conducta.

Uno de los factores que influyen al empezar una conversación es el contexto previo. No es lo mismo una persona que hemos conocido por tinder, que una chica con la que nos dimos el teléfono anoche, que una compañera con la que estuvimos cenando en la cena de la empresa.

3. Cómo proponer una cita por WhatsApp

Quedar es la consecuencia natural que debe surgir cuando dos personas están predispuestas a conocerse. Hay tres cuestiones a tener en cuenta:

La naturalidad es tu aliada

Si estamos manteniendo una conversación por Whatsapp con un mínimo de asiduidad, si hay risas, y si hay preguntas por ambas partes, pero aun así no sabes si la otra persona quiere quedar, te recomiendo una pregunta como la siguiente:

¿Cómo de bien hemos de caernos para hacer esto mismo pero con un par de copas de vino entre los dos?

Lo natural es auténtico, y la autenticidad seduce.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

168

Haz propuestas

Siempre aumentará tu probabilidad de éxito y tu atractivo que seas una persona activa. Y para ser una persona activa, es recomendable que estés al tanto de lo que se hace en tu ciudad: conciertos, conferencias, nuevos restaurantes...

Así te resultará natural hacer invitaciones:

Marta, estoy buscando una cómplice con buena conversación y divertida para acompañarme a probar un restaurante de quesos que han abierto. Creo que tú eres muy buena candidata, ¿te vienes?

Quedar no es firmar ningún compromiso

En ocasiones lo que hace que las personas no quieran dar el paso de quedar es que ellas mismas no están seguro de qué quieren.

Consideran que si quedan están aumentando el compromiso o intensificando la relación con alguien, y no quieren hacerlo sin haber evaluado mucho por whatsapp si quieren dar ese paso. Sin embargo, se trata de un error ya que quieren saber algo que realmente sólo se averigua en persona. Es decir, hay ciertas verdades relacionadas con la química, la comodidad y la atracción que sólo son reveladas cuando dos personas pasan tiempo físico juntos, y no a través de una pantalla.

Pero si no quieren quedar hasta estar seguras de que puede haber atracción, pero esto sólo lo sabremos al quedar, ¿cómo resolvemos el dilema? La respuesta es quitando trascendencia al acto de quedar:

“Nuria, hemos hablado varias veces y me das sensación de persona con la que se está a gusto hablando.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

169

Cuando tengamos un hueco propongo hacer algo tan civilizado como tomar algo una hora en mi heladería favorita. ”En este último ejemplo podemos ver varios elementos que aumentan la probabilidad de éxito: está justificado (¿por qué ella?), es bilateral y sin presión (cuando tengamos tiempo...), le quita trascendencia (quedar es algo civilizado, no significa casarse), establece una limitación temporal (una hora, si no sabemos si vamos a estar cómodos con una persona, es más probable que aceptemos un plan que sabemos cuando acaba) y se propone un plan concreto.

4. Las 6 reglas sagradas para ligar por WhatsApp

#1. Usa su nombre

Tu nombre es la palabra y el sonido al que eres más sensible.

Llevas escuchándolo y leyéndolo desde pequeño y has sido educado para reaccionar a él. Por ello que usemos a menudo el nombre de la persona con quien hablamos por whatsapp (sin parecer locos) establece un pequeño atajo, un puente que nos acerca a ella.

#2. No te disperses

No quieres una cibernovia. Horas y horas intercambiando mensajes con ella puede llevarte a la frustración, a perder tiempo, y a caer en el espejismo de que estás avanzando en la relación cuando hay ciertas semillas que sólo pueden germinar en persona.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

170

Porque una hora frente a dos cervezas pueden lograr lo que no se consigue en veinte horas de conversación por whatsapp.

Por tanto aprovecha todo momento cómodo, toda conexión, toda motivo bien justificado... para abandonar el plano virtual y pasar al personal proponiendo quedar como te hemos mostrado.

#3. Ten iniciativa, pero no agobies. ¡Paciencia!

La seducción no es justa.

Las historias memorables entre dos personas casi siempre surgieron porque una tuvo la valentía para dar el paso. Esa valentía, esa iniciativa, puede llevarte a conocer a personas maravillosas, a aprender y a sentirte muy orgulloso de ti mismo. La misma valentía, te llevará a ser rechazado en ocasiones.

Y no hay forma de tener una cosa sin tener la otra, así que debes tener claro que esto es un pack que estás eligiendo. Un pack indivisible. El pack valentía.

Así que no tengas miedo de tener iniciativa. Expresar tus deseos es una forma de respetarte a ti mismo.

Dicho esto, todo deseo propio llevado al extremo choca con la libertad ajena. Insistir mucho o tener poca paciencia es una muestra de tener una vida poco rica, y con pocas opciones. Y cuidado, no decimos que

“no agobies para así hacerte el interesante”, ya que eso es un falso atajo.

Te recomendamos algo más profundo: esfuérzate por hacer tu vida estimulante, como consecuencia se interesante, y como consecuencia no agobiarás.

Además, incluso a personas que tienen interés por ti puedes alejarlas si ellas sientes que eres muy dependiente. Porque nadie quiere hacer CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

171

daño, y si ella siente que el mero hecho de tardar medio día más en contestarte te afecta, tendrá un incentivo para alejarse.

¿Te quedas mirando como ella se conecta, desconecta y vuelve a conectar? Esa es una señal de dependencia, hay un millón de cosas en las que podrías poner tu atención que te harían sentir mejor y te beneficiarían más.

La literatura sobre seducción ha incidido en la importancia de valores como la seguridad o el humor... sin embargo, hay dos valores que son fundamentales y se mencionan muy poco: la paciencia y el optimismo.

#4. “Escribir bien es lo único que nos diferencia de los hijos puta”

Este titular no es nuestro sino del humorista Quequé, y vale, quizá es un poco exagerado, pero es indudable que escribir bien aumenta probabilidades de éxito.

¿Qué se deduce de las personas que escriben mal? Poco cuidado, baja formación, escaso hábito de lectura... es decir, persona poco interesante.

Y además, hay ciertos errores que duelen a los ojos.

#5. Estimula emocionalmente

El recurso humano infinito más valioso es la creatividad.

Aplicando un poco de ingenio puedes crear estímulos muy originales que hagan que la otra persona sonría cuando llegan tus mensajes.

El whatsapp tiene muchos elementos de juego que la mayoría de gente no aprovecha:

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

172

Enviar fotos. Para compartir un amanecer, un momento divertido, pedir una opinión o incluso provocar.

Enviar audios o vídeos. Uno de los principales problemas del whatsapp es que la comunicación es menos humana que en persona. Esto se manifiesta en hechos como que a las personas no les cuesta ignorar nuestros mensajes o en que hay una alta probabilidad de malentendidos. Mediante los audios y los vídeos podemos acercarnos a la calidad comunicativa que disfrutamos cuando tenemos a alguien delante. La comunicación se enriquece mediante el tono, las pausas, los gestos... añadiendo calidez y humanidad.

Enviar tus propios gifs. ¿Sabes que si mandas un vídeo de menos de siete segundos puedes convertirlo en gif? Es infinita la cantidad de vídeos graciosos y originales que puedes crear de ese modo.

Compartir enlaces. Conferencias, canciones, textos... la persona que nos interesa siempre puede agradecer que nos hayamos acordado de ella compartiendo un contenido interesante.

Hacer dibujos. Cuando enviamos una imagen, whatsapp permite dibujar sobre ella. Imagina crear un breve comic donde le dices a esa chica que te apetece conocerla pero que no quieres ser uno más que lo comunica de un modo típico. Siempre cuida en estos casos que el humor quede por encima del romanticismo. Whatsapp no es el medio para declaraciones formales.

Usa emoticonos. Aunque somos partidarios de no abusar de ellos, los iconos son adorables y sirven para endulzar o matizar nuestros mensajes.

#6. Honestidad, ese bello valor que todos decimos practicar Por motivos justificados o no, las personas no siempre son honestas.

Cuando ambas personas lo son, la calidad y eficiencia de todo lo que ocurra dentro de la relación, aumenta con creces.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

173

Si quieres ahorrar tiempo y ligar por whatsapp de forma eficiente, te conviene:

Ser honesto. Por ejemplo, no tiene ningún sentido que estés hablando con una chica que te parece atractiva un mes y que en ese mes ella no sepa en absoluto que te parece atractiva. Otro caso: si es una compañera de trabajo y te inventas una reunión entre los dos para algo profesional cuando en realidad ella te gusta, tarde o temprano ella sabrá la verdad y tú sólo te sentirás darás mala impresión. Las personas no son estúpidas, respeta su inteligencia.

Premia mucho su honestidad. Siempre que la persona que te atrae sea honesta contigo debes agradecerlo, mencionar que para ti esa honestidad es importante y/o animar a no dejar de serlo. Adoras que te hablen claro, y probablemente ella también. Recordároslo mutuamente.

La honestidad es la mejor forma de libertad y de respeto entre dos personas.

5. ¿Qué hago si no me contesta en WhatsApp?

Prácticamente todos los consejos que has leído a través de este libro te sirven para aumentar la probabilidad de que una persona responda.

Es muy importante que seas paciente, puedes conseguir que una persona que no conteste empiece a hacerlo si de vez en cuando le envías algo para hacer sonreír, o puede que no responda a mensajes, pero sí si le haces un vídeo honesto y con un punto divertido.

Reiteramos aquí lo ya mencionado: tener paciencia es crucial. Nadie te debe una respuesta. Durante siglos el ser humano ha podido esperar sin problema alguna que una misiva tardase meses en recibir respuesta...

¿Por qué el avance que supone una comodidad tecnológica nos lleva una necesidad que antes no teníamos? Para finalizar, te damos a CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

174

continuación ejemplos distintos de mensaje que podría hacer que esa persona que te ignora cambie de actitud:

Humor sorprendente: Buscar en google “por qué Ana no responde”.

Enviarle la captura de pantalla.

Humor absurdo: “Ana antes de que sigas pasando de mi te conviene recordar que mi familia tiene tierras, siete corderos, dos vacas, doce gallinas, una finca de naranjos y wifi. Tú verás”.

Siempre ten en mente que, si te dejo en visto, o está ocupada o simplemente no quiere responderte. Debes actuar normal e ir a buscar otra chica comparte cosas en tus historias para darle celos de lo que se está perdiendo.

Pero nunca seas alguien que ruegue por la atención, si no te responde, pues vamos no vale la pena seguir intentando con ella. Solamente después de que te dejo en visto puedes intentar usar algunos de los 2

ejemplos anteriores, pero solo una vez es bueno intentar una última vez, pero no hay que rogar.

Otras formas de iniciar conversación:

Diálogo buscando ayuda.

Chico: Ana, tengo una duda de una chica que eres perfecta para resolver.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

175

Chica: Dime

Chico: Hay una chica con la que estuve hablando y parece que nos caíamos bien. Se llama Isabel, le gusta la moda y cuando hablas con ella apetece escapar a la nieve y hacer snow como a ella le gusta. Te caería muy bien.

El caso es que últimamente no responde y no sé si es porque ya no le apetece que nos conozcamos, porque la ha secuestrado el yeti. ¿Qué consejo me das, amiga?

Bonus: Cómo ligar por WhatsApp si la hemos conocido por Tinder

Si la otra persona está en [n apps de ligar](#) es que ya está predispuesta a conocer a alguien. Por lo tanto nuestra conversación estará especialmente orientada a quedar, y si ella no quiere, tendremos que cumplir las necesidades previas, como que ella se sienta más cómoda.

Una buena forma de empezar con una chica que hemos conocido por Tinder es un mensaje personalizado que apunte hacia una propuesta:

“Bueno chica artística, ¿para cuando vamos a conocernos y tomar algo a algún bar con personalidad?”. Por Tinder es fácil que si en tu primera pregunta ya compruebas su predisposición a quedar, ahorres mucho tiempo y energía.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

176

Bonus: Si nos dimos el teléfono sin conocernos demasiado

Puede que os dierais el teléfono tras caer os bien, o tras flirtear un poco.

Sea como sea, aunque a veces tenemos prisa por “no dejar escapar su número”, será bueno que antes de intercambiar el contacto hayáis conversado y creado algo de conexión. Pues eso allanará el camino para que la comunicación en whatsapp sea más cómoda.

En este caso los mensajes pueden ir orientados a conoceros un poco más, compartir alguna alegría (como hemos visto más arriba), y proponer quedar.

Si la comunicación se diluye, siempre podrás mandar un mensaje sobre que te has acordado de ella al volver al lugar donde os conocisteis, y que eso sirva de pretexto para interesarte por ella.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

177

En resumen

- Es importante que nos comportemos de una forma coherente con quién somos, debes ser tu mejor versión.
- No nos convirtamos en alguien molesto. Seguramente nuestro interlocutor tenga una vida que atender.
- Si nos dice que no puede quedar no lo persigamos; démosle un respiro. No te obsesiones.
- En Facebook comenta sus publicaciones, pero sin excederte, recuerda ser original y cuidar tu ortografía con ella.
- Utiliza una foto de perfil atractiva no una con filtro de perrito.
- Comparte contenido de interés.
- Busca puntos en común, pide una opinión o pide ayuda sobre un tema de interés.

- Siempre causa intriga a la hora de iniciar.
- Hazla sonreír y se divertido.
- Comparte historias de tu vida social, que sean interesantes.
- Usa su nombre y no te pegues al chat no quieres una cibernovia.
- Comparte cosas de interés con ella.
- No ruegues por atención, si te dejo en visto es que no quiere hablarte o se le olvido. Tu sigue adelante con tus actividades.

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

178

Capítulo 10

Es hora de actuar

Finalmente, si has logrado tener una novia, creo que tu meta de estar con una chica y la nosotros de ayudarte han concluido.

Sin embargo, como palabras finales, quiero decirte que es importante que no te herrumbres, no pierdas la práctica. Sigue siendo amigable, social, y hablando con todas las chicas que puedas y haciendo amigas, puesto que es importante que te mantengas activo socialmente y en tus actividades: A una chica no le gusta un hombre que pasa metido en su casa sin hacer nada.

“No sé cuál es ese sueño que tú tienes. No me importa cuán imposible pueda parecer. No me importa cuán decepcionante puede haber sido trabajar por ese sueño. Pero les digo algo que sí sé... que ese sueño que tienes en tu cabeza... **¡ES POSIBLE!**”

“Es necesario que trabajes en ti mismo, que te desarrolles a ti mismo, que te saques a los “roba energía” fuera de tu vida... gente que no quiere nada, gente que no está retándose a sí misma, gente que no está creciendo, gente que dejó de soñar...”

Deben repetirse siempre esta frase:

“¡Esto no se acaba hasta que yo gane!”

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

179

“Lo mejor está aún por llegar. Tenemos que crear una red de ideas e intelecto para inspirarnos mutuamente y seguir aprendiendo e informándonos.

Luchando para que nosotros vayamos progresando y solucionando nuestros problemas ¿No sería increíble?”

“Tú eres el arquitecto del cambio, solo tú puedes decidir entre actuar o quedarse sentado, entre decir mañana lo haré o decir hoy lo haré”

“Nunca dejes que alguien te diga que no puedes hacer algo, si tienes un sueño debes protegerlo, si alguien no puede hacer algo, te dirán que tú tampoco puedes, si quieres algo, ve tras ello.

Punto”.

No dejes que la pereza y el confort te ganen, ya llegaste muy lejos, continúa por ese camino y verás que cada día serás más feliz, y estarás satisfecho con tu vida y tus cambios.

Me despido, y ahora sí, ¡hora de que te conviertas en un Hombre Alfa!

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

180

ACERCA DE NOSOTROS

Nuestra misión es brindarles a las personas el conocimiento necesario para obtener las habilidades para ser mejor socialmente en especial con las mujeres. Queremos que dejes de ser el chico tímido y puedas convertirte en

un hombre de acción, un líder, un alfa. No queremos que vuelvas a decir “debí hablarle a esa chica”.

Incluso queremos que un vuelvas a caer en la Friendzone pero todo esto es con un solo objetivo convertirte en la mejor versión de ti mismo y que te vuelvas en un hombre de éxito.

En nuestras redes sociales descubrirías cada día consejos para mejorar en tus relaciones y en tu estilo de vida.

Sobre relaciones a distancia

Amor

Seducción

Timidez

Ex parejas

Novias y celos

Seducir por redes sociales

Salir de la friendzone

Entre muchas otros temas

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

181

Nos gustaría mucho que nos siguieras en nuestras redes sociales y nos comentarás que te pareció este libro, si te ayudo o que crees que faltó.

En verdad les agradecemos mucho porque por ustedes y para ustedes fue que creamos este libro para que puedan pasar de ser un chico normal a convertirse en un Alfa pelo en pecho jajaja.

No descansaremos hasta que más de 1 millón de personas sepan de nosotros y aprendan como pueden convertirse en la mejor versión de ellos mismos.

Ha sido un verdadero privilegio pasar este tiempo contigo. ¡Nos encontraremos muy pronto! Un abrazo y que Dios te bendiga.

- Humberto Montesinos M.

Director de Hombres Peligrosos ®

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

182







Contáctanos

EN INSTAGRAM – FACEBOOK - YOUTUBE

@Hombrespeligrosos

PÁGINA WEB:

www.hombrespeligrosos.eu

CORREO ELECTRONICO:

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

hombrespeligrososoficial@gmail.com

CÓMO SER UN HOMBRE ALFA

184

Document Outline

- [Cómo iniciar una conversación con una mujer en Facebook por primera vez](#)
 - [Cómo SI debes iniciar conversaciones en Facebook](#)
- [Qué preguntarle a una mujer por Facebook](#)