

verano

8

MODA TELEÑECA

Peggy, 'musa' de Marc Jacobs



ARNAU BACH

Ligar

Manual de uso 2009

Páginas 2 y 3

Amanecer en Barcelona, este verano.



4

VIAJES LITERARIOS

Tirana, a través de los fantasmas de Kadaré

Bashkim Shehu, novelista albanés residente en BCN, repasa historias de su país



►► La capital de Albania, en la actualidad.

6

GENTE

Obama paga 18.000 euros por una semana de verano en una mansión

14

PRESENTACIÓN MUNDIAL

James Cameron llega al cénit del cine en 3D con 'Avatar'



AUNQUE HAYA CRISIS, LAS PLAYAS ESTÁN LLENAS.
VERDAD VERDADERA

yoigo

Una pareja en actitud cariñosa circula por Barcelona en bicicleta.



EL VERANO Y LA NUEVA CIENCIA DE LA CONQUISTA

Las nuevas fórmulas de ligar alcanzan su apogeo

Prácticas en bares y discotecas, cursos para ser un don Juan, libros con las claves de la atracción... La seducción se ha convertido hoy en materia de estudio y de entrenamiento.

JUAN FERNÁNDEZ
MADRID

Si usted es mujer y esta noche, mientras charla con sus amigas en un local de moda, recibe la llamada de atención de un chico con un irresistible poder de magnetismo, puede que esté ante el hombre de su vida. ¿Por qué no? Pero también es posible que,

sin saberlo, sea usted el conejillo de indias de un experimento. Puede que él le haya lanzado una estudiada batería de dardos de atracción, siguiendo las lecciones de un manual muy depurado. Si es así, puede que en la otra punta del bar haya un grupo de aprendices en el arte del ligo-teo analizando sus reacciones bajo la tutela de un maestro en el arte de la seducción, que hoy está sirviendo una clase práctica a sus alumnos.

No se sienta mal. Que este posible romance haya brotado tras los pa-

sos de un guión programado no le priva de -quizá- haber encontrado el amor definitivo en ese chico que ahora mismo la tiene atrapada con su embaucadora charla. Los caminos del corazón son inescrutables. A lo sumo, considérese solo una víctima de la época que le ha tocado vivir. En plena era de la comunicación, el individualismo de la vida urbana (paradójica contradicción) está haciendo proliferar todo tipo de ocurrencias para hacernos más fácil la aproximación al otro (o la otra).

En verano crece el número de varones que desean ser deseados y se dispara la demanda de talleres y sesiones de entrenamiento

No solo las webs de contactos viven sus años dorados. Al calor de tanta falta de afecto y autoestima, la seducción ha dejado de ser algo que se improvisa en el momento del lance para convertirse en materia de estudio y objeto de entrenamiento. Una ciencia en toda regla. Solo hay que pasarse por la sección de autoayuda de las grandes librerías para comprobarlo: las mesas están llenas de novedades que cuentan con la palabra seducción en el título y se promocionan como infalibles manua-

JOAN CORTADELLAS



bles fracasos amorosos, se interesó por las «comunidades de seductores» (así se llaman) que llevaban años funcionando en EEUU. Con aquella información y su propia experiencia, Luna empezó a poner en práctica diversas técnicas de atracción sexual y a recomendarlas a sus amigos, con notable éxito. Desde 2005 vive de enseñar profesionalmente «la ciencia de la seducción».

Ejercicios prácticos

¿La seducción es una ciencia? Así se llama la web (www.seduciociencia.com) desde la que Luna gestiona los cursos, talleres y conferencias que él y su equipo de expertos imparten por todo el país. En cuatro años han escuchado sus consejos más de 1.000 alumnos. «La seducción es una ciencia acumulativa, es algo que se puede enseñar y aprender», afirma el gurú, seguro de haber «descodificado las claves de la atracción de la mujer».

Los talleres de seducción suelen incluir ejercicios prácticos en locales de ocio donde el alumno pone en práctica las técnicas aprendidas en clase. «Se trata de potenciar las aptitudes positivas y disimular nuestros puntos débiles», dice. ¿Y funciona? «Cuando un hombre ve los errores que cometía al acercarse a una chica, cambia su mentalidad. Es conmovedor ver cómo chicos que eran ineptos sociales, ahora tienen una vida sexual plena. El hombre que aprende a ligar recupera su autoestima y es más feliz», señala Luna, autor del libro *Sex Code*, traducido a cinco idiomas, y su secuela, *Sex Crack*.

No hay fórmulas mágicas pero, en esencia, lo que este maestro de la atracción propone a sus alumnos y clientes es un cambio de actitud: «Si te convences a ti mismo de que eres Brad Pitt, ella acabará viéndote como Brad Pitt. Todo depende de ti».

Hasta hace poco la seducción estaba restringida a la literatura romántica. Pertenecía a la categoría de lo innato. Uno era más o menos seductor de la misma manera que había nacido más o menos guapo. La psicología contemporánea ha deconstruido sus resortes, y la falta de cariño ha hecho el resto. La seducción ya no es un imponderable, sino algo que se puede conseguir mediante el conocimiento y la práctica.

«Todos pueden llegar a ser seductores, se trata de conocer los mecanismos correctos y saber aplicarlos», asegura Roger del Sol. En compañía de su socio, Del Sol acaba de lanzar en internet «la primera universidad de seducción de España». Se presenta así (www.universidaddeseducion.com), y en ella han volcado todos los conocimientos recopilados durante el último año y medio, tiem-

«Si te convences de que eres Brad Pitt, ella acabará viéndote como Brad Pitt», aseguran los gurús del arte del flirteo

po que han dedicado a convertirse en expertos en la materia a raíz de sendos chascos amorosos.

Cómo ser un seductor cocinado, cómo llevártela de calle bailando, cómo manejarte con el protocolo, cómo conseguir ser fiel al gimnasio, por qué zonas hay que salir para ligar... Residen en Barcelona, pero ofrecen todos estos conocimientos *on line* y organizan rutas por zonas de flirteo y ofrecen servicios de entrenamiento personal. «Entre nuestros alumnos hay divorciados que no saben dónde ir a ligar ni cómo ha-

cerlo, universitarios que se han pasado media vida entre libros y ahora quieren encontrar pareja, chicos que acaban de salir de un desengaño y están sin autoestima, jóvenes de pueblo con falta de cariño... Hay una demanda superior a la que esperábamos. Y en verano ha aumentado. La gente quiere volver de vacaciones con conquistas», dicen.

Prueba de esa demanda es la profusa bibliografía que en los últimos dos años ha convertido la seducción en un gancho comercial. *El lenguaje de la seducción*, de David Givens, pone el foco en las claves de la comunicación no verbal. *Domina el método en 30 días*, de Neil Strauss, promete éxitos tangibles en un mes. *El arte de la seducción*, de Robert Greene, ayuda al lector a mostrarse atractivo ante la persona amada. *Cómo gustar y ligar en 7 minutos*, de Lola Rubio, explica las claves del *speed dating*, encuentros de siete minutos en los que un desfile de candidatos intercambia charlas con ánimo de encontrar a la media naranja.

Psicología de la seducción, de la experta en comunicación Alejandra Vallejo-Nágera, también atiende esa carencia de claves para la atracción, aunque con matices. «La seducción no es solo sexual. También hay que seducir en el trabajo y la vida diaria. Y no tiene nada que ver con manipular al otro, sino con potenciar las fortalezas para mostrarnos atractivos», advierte la psicóloga. La autora agrupa el carácter humano en nueve tipos (el vividor, el cautivador, el líder, el encantador...), y aunque cada uno tiene perfiles propios, todos participan de un mismo lugar común, que suscriben a pies juntillas los gurús de seducción: «El mejor canal para atraer son las emociones, porque éstas emergen en nosotros antes de que nos demos cuenta». El trono del viejo macho aniquilador hoy lo ocupa el hombre emocional. ≡

EL DECÁLOGO

10 consejos prácticos para 'pagafantas'

La película *Pagafantas* –la comedia española del verano– retrata con gran ingenio el típico y tópico caso del varón que se ve incapaz de lograr la atención de la mujer amada. En 10 consejos prácticos, el gurú de seducción Mario Luna ofrece las claves para alcanzar el éxito en cada lance y evitar acabar convertido en el lamentable protagonista de la cinta. Tenga siempre en mente estos consejos a la hora de salir a seducir.

1. Mantén una actitud divertida. Si ni tan siquiera tú mismo te lo pasas bien, ¿cómo esperas que ella te vea deseable?

2. Presta atención a tu comunicación no verbal. Exhibe tu masculinidad tanto en los gestos como en la mirada y la voz. Eres un hombre y ella ha de percibir la tensión sexual.

3. En algún momento de la cita, entra en contacto físico con ella. Más pronto que tarde tienes que tocarla o rozarla, casi como si fueras su hermano pequeño, pero ese contacto físico ayuda a derribar una barrera.

4. Piensa que llevas a George Clooney en tu interior. Comportate como si fueras él, piensa en lo que él haría en esa situación. Si te lo crees, ella también acabará creyéndolo y se verá atraída por tu gran seguridad.

5. Habla de tus emociones. Exprésale cómo te sientes y deja de lado lo que haces.

6. Concéntrate en ella, es el objetivo. No pienses en tus propios miedos sino en ella, en sus emociones, en lo que te cuenta, en cómo se siente.

7. Haz que se exprese, que te hable de su vida, y demuéstrale que te has fijado en algún detalle que la convierte en única. Para lograrlo, hazle preguntas abiertas, que te proporcionarán más información. Por ejemplo, no le preguntes: «¿Te gusta este sitio?» Mejor, pregúntale directamente: «¿Por qué te gusta este sitio?»

8. Manifiesta tu interés sexual hacia ella, pero siempre con elegancia. Si después de hacerlo se queda, significa que le interesas. Si abandona la cita, tampoco desesperes, puede que tu elegancia le haya dejado el veneno y quizá la haga volver.

9. Hazle sentir que su posible rechazo no te afectará emocionalmente. George Clooney no se sentiría mal por ser rechazado una vez.

10. No demuestres excesivo esfuerzo y sé siempre lo más claro y directo que puedas. Lo que puedas decir con una frase, no lo digas con un párrafo.

les de atracción. Internet hierve con webs y blogs que prometen descifrar los secretos del magnetismo personal, muchos de los cuales han servido para crear *comunidades de seductores* por todo el país.

Se ofertan cursos *on line* y presenciales para convertir al más patán en un hombre irresistible. Se multiplican los foros donde se intercambian experiencias y trucos para alcanzar el éxito sexual de forma segura. Se anuncian talleres teóricos junto con excursiones por las rutas del ligoteo para probar las técnicas del moderno don Juan. Todos prometen arrebatos de manual entre la población femenina. Profesionales del ramo ofrecen servicios de entrenamiento personal a individuos con problemas para encontrar a su media naranja. Y, según cuentan los protagonistas de este fenómeno, en verano se dispara la demanda. Abunda el deseo de sentirse deseado.

«Digamos que hay más competencia. La mujer se ha liberado y se ha vuelto más exigente. El cine y la tele la han convencido de que tiene derecho a conseguir un hombre 10. Antiguamente lo teníamos más fácil. Ahora hemos de esforzarnos más para llegar a seducirlas. Y ahí es donde entramos nosotros», cuenta Mario Luna. De profesión, «maestro de seducción».

Luna presume de ser el experto de habla hispana que ha cambiado más vidas sexuales del planeta. A principios de la década, tras innumera-



ARNAU BACH



JOSÉ LUIS ROCA

Una pareja está a punto de besarse en las fiestas de Gràcia. Abajo, el ritual de la seducción.