

# Volver con Ella



**Todo lo que necesitas para  
recuperarla en pocos días**

**Autor: Andrés Cazares**

# Índice de contenidos

Índice de contenidos .....	2
Aviso de Copyright y responsabilidad legal .....	5
Introducción.....	7
Capítulo 1: Tipos de hombres.....	9
Los fruscos .....	9
Los seductores .....	11
Los naturales .....	14
Capítulo 2: Empezando a recuperarla .....	16
Cómo cortar la comunicación con tu ex.....	17
Hasta cuándo cortar la comunicación.....	22
Qué pasa si ella te contacta antes de que pasen las 3 semanas.....	23
Capítulo 3: "Tu mejor mismo" .....	26
La importancia de tu físico.....	29
Falta de higiene externa .....	29
Falta de higiene interna y ejercicio.....	30
Tu ropa .....	31
Tu pelo .....	33
Lenguaje no verbal .....	33
Consejos para mejorar tu lenguaje corporal.....	36
Ralentiza tus movimientos.....	36
Respira.....	36
Cambia tu voz, añádele profundidad .....	37

Si hablas rápido, ralentiza tu voz.....	37
Camina erguido .....	37
Dile adiós a los tics .....	38
Capítulo 4: 9 conductas que te hacen el líder de la tribu .....	40
1. Ser un líder.....	42
2. Salud y estado físico .....	42
3. Confianza.....	43
4. Ser feliz y no controlar.....	46
5. ¿Sentimiento de escases? ¡Adiós! .....	47
6. Popularidad .....	49
7. Ser Interesante y divertido .....	49
8. Hacer Reír .....	50
9. Ser ambicioso, tener metas apasionadas y saber que se cumplirán.....	51
Capítulo 5: ¿Qué la atrajo de ti al comienzo? .....	54
Capítulo 6: ¿Ella era realmente una mujer increíble? .....	56
Capítulo 7: Volver con tu ex mujer, ¿Lo has pensado bien? .....	59
Tienes opciones.....	59
Indiferencia ante el resultado.....	60
No dejes que te falte el respeto.....	61
Capítulo 8: Errores a evitar .....	63
Errores en la relación .....	63
Decir te amo demasiado pronto.....	63
Pedir permiso .....	64
Pagar por todo .....	65

Errores después de la relación .....	67
Contactarla mucho .....	67
Pensar que es la única.....	71
¿Le gusto, o no le gusto? .....	72
Capítulo 9: Cómo utilizar Facebook u otras Redes a tu favor (opcional) .....	75
Técnica 1.....	75
Técnica 2.....	80
Capítulo 10: Recupérala.....	86
La primera llamada.....	87
La segunda llamada.....	92
La junta .....	93
Pasan los días.....	98
Capítulo 11: Aclaraciones y preguntas frecuentes.....	102
¿Qué hago si le fui infiel y ella no me quiere ver “ni en pintura”? .....	102
¿Si ella está saliendo con otro hombre, puedo recuperarla?.....	103
Si convivo con mi ex mujer, ¿qué hago?.....	104
Y si mi relación se terminó hace mucho tiempo ¿puedo recuperarla?.....	104
¿Y si tengo hijos en común con ella? .....	105
Capítulo 12: Palabras finales .....	107
IMPORTANTE: .....	109
Recomendaciones.....	110

## **Aviso de Copyright y responsabilidad legal**

Este libro está protegido por derechos de autor y es ilegal descargarlo en sitios no oficiales.

Si lo obtuviste de esa forma, es una violación severa de derechos de autor, y debes cerrarlo y borrarlo inmediatamente.

Además, esta es una Guía de **uso personal**:

- No está permitido difundirla.
- No está permitido revenderla.
- No está permitido reproducir partes a terceros.

Personalmente y con ayuda de mi equipo estamos revisando diariamente **toda la web**, en foros y distintos sitios y blogs, en busca de personas que quieran saltarse las reglas.

Cuando hemos encontrado casos así, los involucrados reciben una llamada de mi abogado y de las autoridades locales.

### **Responsabilidad legal**

Tú te haces responsable de cómo utilices la información contenida en esta Guía.

Ahora sí... ¡vamos a lo bueno!

# **Introducción**

Bien, antes de ir "al grano", déjame decirte que sé cómo te estás sintiendo.

La relación con tu mujer se terminó por alguna razón y estás devastado.

No tienes ganas de comer, no tienes ganas de reír, no tienes ganas de levantarte de tu cama, no tienes ganas de prender la radio porque cualquier canción te recuerda a ella, en fin, la lista podría seguir interminablemente.

Sé tan bien cómo te estás sintiendo porque yo pasé por esa situación, viví todos esos dolores y muchos más.

Era tal mi depresión que pensé muchas veces que me moriría del dolor que estaba sintiendo, simplemente creía que no lo podía aguantar más, pero adivina qué... sobreviví, y de la mejor forma.

Semanas después de que mi novia me dejara, me pude levantar, aún con mucha depresión, pero pude hacerlo.

Me decidí a recuperarla, tenía que intentarlo para poder seguir viviendo tranquilo, tenía que saber que había dado todo de mí para recuperarla.

Así, me dediqué a estudiar muchísimo el tema de la seducción y las relaciones de pareja, asistí a seminarios, y con bastante "prueba y error", encontré la solución para TODO hombre que quiere recuperar a una mujer.

Todo lo que aprendí, de distintos expertos y en base a mi experiencia, lo resumo en esta Guía... todo para que no tengas que pasar por el duro proceso que yo viví.

Estoy seguro de que mientras estés leyendo este libro, a veces dirás "*¿qué le pasa a este tipo? ¡Esto no lo creo!*"...

Pero amigo, por favor, quiero pedirte que confíes en mí y apliques todo lo que te enseñaré.

En este tema de las relaciones lo más importante es **tomar acción**.

Hacer las cosas. Sólo de esta forma sabrás si resultan o no.

Ya diste el primer y más importante paso: te decidiste a recuperarla y adquiriste esta Guía, ahora te toca aplicar los consejos y ver los resultados.

¡Que tengas un éxito extremo!



# **Capítulo 1: Tipos de hombres**

Bien, sé que quieres ir de lleno a lo que te interesa: saber de qué forma recuperar a tu mujer, pero antes, es fundamental... primordial y muy necesario... que conozcas los distintos tipos de hombres que existen y en qué grupo estás tú:

En base a mis estudios de seducción y a lo que dicen los expertos en el tema, te puedo decir que existen 3 tipos de hombres:

- a) Los fruscos.
- b) Los seductores.
- c) Los naturales.

*Los fruscos:*

Vamos por parte... el primer grupo, denominado "fruscos", corresponde, y te lo digo responsablemente y con conocimiento de causa, a la mayoría de los hombres.

El concepto de frusco quiere decir "Frustrado corriente", y es un concepto creado y manejado por expertos en seducción de distintas partes del mundo.

Básicamente un frustrado corriente es un hombre que en toda su vida no ha tenido demasiada suerte con las mujeres, ha estado con algunas, quizás no siempre con las que él realmente hubiese querido.

A un frusco durante toda su vida, sus cercanos, la televisión, la publicidad y otras fuentes le ha enseñado a idolatrar a las mujeres, a piroppearlas, a encontrarlas bellísimas y por supuesto a pensar que hay mujeres inalcanzables y otras alcanzables.

Un frusco le pide permiso a una mujer para todo.

Un frusco no tiene control sobre su vida sexual.

Un frusco no sabe cómo hablarle a las mujeres ni cómo interactuar con ellas.

Un frusco sólo tiene y ha tenido contacto con las mujeres por primera vez en un bar o un club bajo la influencia del alcohol.

Un frusco tiene una permanente sensación de escases, es decir, cree que hay sólo una mujer para él y está obsesionado con ella.

En el contexto de la interacción con una mujer, un frusco tiene como peor enemigo a sí mismo.

Y la lista podría seguir, pero en este ebook me comprometí a no irme por las ramas como hacen otros.

### *Los seductores:*

También conocidos como AVEN o Macho Alfa, los seductores son fruscos rehabilitados, así de sencillo.

Son hombres que, cansados de su condición de fruscos, de su constante fracaso con las mujeres, han decidido cambiar **para mejor**.

Han decidido tener control sobre su vida sexual, es decir, decidir ellos con qué mujer estar y no dejar al destino que deje caer, como dice el dicho: "lo que trajo la ola".

Si tienes control sobre tu vida sexual, no sólo te sentirás más hombre y masculino que nunca, sino que todas las demás áreas de tu vida: tu personalidad, tu vida profesional, la relación con tu familia, tu progreso económico, entre muchas otras, se verán beneficiadas.

De esta forma, los seductores han estudiado el arte de la seducción, han aprendido de sus errores, los han corregido, y han

disfrutado de este cambio. También, están en constante ayuda de sus amigos fruscos, mal que mal, es de donde ellos provienen.

Como te dije en un comienzo, la mayoría de los hombres son o fueron fruscos, yo lo fui, probablemente tú también lo seas, de otra forma no estarías leyendo esta Guía...

Y no es algo para alarmarse, si estás aquí, es más bien algo para sentirse orgulloso. Quieres cambiar, y eso es lo relevante.

No eres como la mayoría de los hombres, que se conforma con la patética frase "así soy yo, así nací, no puedo hacer nada".

Por eso, tu objetivo principal al terminar este manual, no es sólo manejar una estrategia para recuperar a tu mujer, sino que es transformarte en un seductor.

No sólo tenemos que ser seductores con nuestras mujeres, y no me mal entiendas, no estoy incitando a la infidelidad.

Me refiero a que tenemos que ser seductores con todas las mujeres, de forma sutil.

¿No te sentirías bien si muchas mujeres en la calle notan tu presencia, en vez de pasar desapercibido?

¿No te sentirías bien si sabes que tienes más opciones?

¿No te sentirías bien si eres más tomado en cuenta de lo que eras antes?

Creo que no hay que tener 2 dedos de frente para saber las respuestas a esas preguntas.

Por eso, de verdad amigo, felicitaciones por estar leyendo esta Guía. Pasarás de Frusco a Seductor cuando termines de leer este ebook... PERO, es bueno aclarar que no sirve de nada saber la teoría, para luego no aplicarla.

Ése es uno de los principales errores que cometen la mayoría de los hombres.

Aprenden y se maravillan con la teoría, pero ahí se quedan, no pasan de eso por temor.

Ése no eres tú. Tú adquiriste esta Guía, que es la primera y más importante acción, así que confío en que cuando termines, te pondrás en campaña para matar a tu frusco interno y darle la bienvenida al seductor que llevas innato en ti.

### *Los naturales:*

Este es un grupo minoritario de hombres, existen, pero es más complicado encontrarlos. Seguramente en tu vida has conocido a algunos.

Simplemente son hombres que sin esforzarse tienen éxito con las mujeres.

No necesariamente tienen buena apariencia física. Sólo son hombres que con sus conductas naturales logran un éxito increíble con las chicas.

Ellos nacen sabiendo lo que aprenderás en este manual, pero tu ventaja ante ellos es que no nacen sabiéndolo todo. Así que una pelea de un seductor v/s un natural siempre tendrá como ganador a un seductor.

Un seductor es quien está comprometido con el tema de la seducción y sabe exactamente qué hacer y qué no hacer con las mujeres.

El natural juega más al riesgo, y aunque la mayoría de las veces acierta, también está propenso a cometer errores que lo puedan catapultar.

En resumen, el natural es quien genera una atracción innata en las mujeres, es quien, en la lucha por conquistar a una mujer, catapultada en el 100% de los casos al más completo fracaso al frusco.

Por eso, si en tu vida conoces a algún natural (por un tema estadístico, si eres una persona medianamente sociable, deberías conocer a unos 3 o 4 naturales), te recomiendo que converses con ellos sobre relaciones con mujeres.

Te recomiendo que veas cómo actúan, y que si tienes preguntas en un cierto momento determinado, se las hagas.

Un error típico de muchos hombres es dejarse ayudar por otros hombres que saben mucho menos sobre mujeres que ellos, ahí la confusión es total.

Un natural trata a las mujeres como a si fueran sus "mejores amigos".

Un frusco trata a las mujeres como 'diosas'.

TIENES que seguir el primer ejemplo, desde hoy mismo.

## **Capítulo 2: Empezando a recuperarla**

Terminaste tu relación.

No importa si fue hace 2 semanas, 1 mes, o ayer. Esto es lo que harás ahora:

Cortarás toda comunicación con ella.

Sí, me leíste bien, cortarás toda comunicación.

Cuando digo esto en algunos cursos privados muchos alumnos se indignan conmigo y piensan que los estoy molestando:

“¡¡Cómo voy a cortar la comunicación con ella!! ¡¡Si lo que quiero es recuperarla!!”, “¡¡Si corto la comunicación con ella se olvidará totalmente de mí!!”...

Son algunas de las frases que escucho a diario.

Bueno, te explico por qué debes cortar absolutamente la comunicación con ella...

Y cuando digo absolutamente, me refiero a:



No más mensajes en Facebook (no la borres, pero no le envíes mensajes, tampoco veas su perfil ni el de sus amigas)

No más chateos.

No más e-mails.

Por supuesto no más llamados telefónicos, ni mensajes de texto (SMS).

Y lógicamente no más verla en persona, ni mucho menos espiarla.

Será como si ella no existiera.

Sé que lo que te estoy diciendo puede parecer muy fuerte, con ella viviste momentos importantes, y de seguro fue una mujer relevante en tu vida, pero si realmente quieres recuperarla, tienes que hacerme caso.

A mí fue una de las cosas que más me costó entender, pero cuando lo logré, pude notar la importancia que tiene el cortar toda comunicación con la ex mujer.

*Cómo cortar la comunicación con tu ex*

Lo harás de la siguiente forma:

Le escribirás una carta, una breve carta (no más de una página, idealmente entre 2 a 3 párrafos) manuscrita.

Te recomiendo 100% escribirle una carta manuscrita... por muy enojada, decepcionada o aburrida que esté tu ex, créeme que sí leerá una carta escrita a mano.

Si por el contrario le envías un e-mail, puede que ella decida borrarlo de inmediato o ni siquiera leerlo.

Tengo alumnos que han tenido buenos resultados enviando un e-mail, pero siempre recomiendo una carta manuscrita.

En la carta deberás escribirle con tono casual y relajado estos 3 puntos:

- 1) Un saludo cordial, deseándole que le esté yendo de lo mejor en su vida.
- 2) Contándole que a ti te está yendo muy bien, que estás muy tranquilo con todo lo que pasó y que te alegras de que haya pasado.
- 3) Diciéndole que últimamente ha pasado algo muy importante en tu vida, que te tiene muy entusiasmado, para luego

despedirte deseándole lo mejor y esperando que alguna vez puedan ser amigos.

Te recomiendo utilizar la siguiente "plantilla" (no falla, aunque deberías crear la tuya propia):

(Voy a utilizar el nombre Camila, como ejemplo)

"Camila:

*Te escribo para primero desearte que estés de lo mejor, y segundo, para contarte que yo estoy bien con todo lo que ocurrió y que creo que es lo mejor para ambos. Quizás nuestras diferencias de edades (si no había diferencia de edad inventa otra diferencia), te impedían o me impedían estar a la altura de una buena relación.*

*En lo personal, me ha ido muy bien en lo laboral (o estudios si es tu caso), obtuve unos reconocimientos que me tienen muy feliz y que quería compartir contigo, mal que mal, tú me apoyaste en todo ese camino.*

*Últimamente ha pasado algo especial en mi vida que me tiene muy contento, espero algún día poderte contar más de esto y que podamos ser amigos.*

Con cariño,

Tu nombre”

Esta carta, tan sencilla como la ves, es increíblemente poderosa.

Esto porque te muestra como un hombre que está de lo mejor con la ruptura.

Te muestra como un hombre que no se dejó estar con lo que pasó, sino que por el contrario, como alguien que pudo lograr y alcanzar proyectos y reconocimientos que cuando estaba con la mujer en cuestión, no logró.

Además, le dejas en claro que estás bien con la ruptura (antes de leer la carta tu mujer estaba pensando que estabas devastado y que ella tenía el control) y que crees que fue lo mejor terminar la relación.

También le das donde más le duele, destacándole que una característica de ella le impedía “estar a la altura de buena una relación”.

Y por último, le dices que algo grande ha pasado últimamente en tu vida, que te tiene muy feliz... con esto despiertas una curiosidad inmensa en tu ex mujer, que querrá saber sí o sí en qué estás.

- Querrá saber qué es eso tan importante que te tiene feliz.

- Querrá saber por qué te ha ido tan bien ahora que estás sin ella.
- Querrá saber a qué te refieres con que ella no podía estar a la altura de una buena relación.
- Y tanto más.

Esas son todas cosas que ella querrá saber, pero ¿le daremos ese gusto? Por supuesto que no.

La idea de cortar la comunicación con ella es esa.

Generarle curiosidad por varios días, para que te tenga en su mente día y noche.

Para que se cuestione la decisión de haber terminado la relación.

Para que se pregunte qué es lo que a ella le impedía ser capaz de tener una buena relación.

En fin...

Hasta ahora ella ha creído que tiene el control, pero con esta carta y con este corte de comunicación, los papeles se invierten.

Ahora es ella quien está confundida y tú... tú sólo esperarás el momento adecuado.

### *Hasta cuándo cortar la comunicación*

Deberás hacerte inubicable durante más o menos 3 semanas, es decir, entre 20 a 23 días.

Días en los que ella no podrá saber de ti.

No te verá conectado en Internet.

No recibirá llamados, e-mails, o mensajes de texto tuyos.

Nada,

Esto lo aprendí de distintos expertos... esa cantidad de días es la cifra ideal para hacer esperar a una mujer, no es ni demasiado, ni muy poco, es simplemente lo que ha dado más resultados a hombres de todas partes del mundo.

En estos 20 y tantos días tu ex se dedicará, no sólo a pensar en ti, sino que a conversar con sus amigas y preguntarles la opinión a ellas sobre lo que le dijiste en la carta dicho:

“¿Qué quiso decir con esto...?”

“¿Qué piensan que quiere decir esto...?”

Serán horas y horas en las que conversará con sus amigas.

Puedes quedar como un "idiota" o un "imbécil" ante ellas. Así se referirán a ti en estas conversaciones, pero realmente no te importa, ¿cierto?

Es el precio (por así decirle) que tendrás que pagar.

*Qué pasa si ella te contacta antes de que pasen las 3 semanas*

La respuesta es una sola: Ignórala.

Este debe ser uno de los errores más habituales de muchos hombres que han seguido esta técnica.

Todo va marchando bien...

Generamos curiosidad en la ex mujer.

Nos mostramos como hombres de valor.

Hacemos que se inviertan los papeles y hacemos que ella se cuestione su decisión de terminar la relación.

Todo iba bien... hasta que ella te contacta... y... ¡PUM!, actúa nuestro frusco.

Actúa nuestra parte que aún la extraña, nuestra parte que es más sensible, nuestra parte que le acepta todo, nuestra parte que le pide perdón, y lo peor de todo... nuestra parte que, en primera instancia, provocó el término de la relación.

Es muy simple: si le respondes, estarás a SU disposición, respondiéndole SUS preguntas, haciendo lo que ELLA quiera, y claramente no queremos eso.

TÚ decidirás cuándo contactarla, no ella.

Por eso, te repito, si ella intenta contactarte antes de que pasen las 3 semanas: **ignórala.**

Si ella te trata de contactar en repetidas ocasiones, te recomiendo que le respondas con un mensaje de texto que diga:

*"Hola Camila, espero que estés muy bien, te llamaré cuando tenga la oportunidad, saludos".*

Este mensaje es aún más poderoso que la carta.

Con este mensaje te muestras como un desafío para ella.



Con este mensaje le dejas en claro que ella no te tiene en su bolsillo.

Con este mensaje dejas "abierto" todo, es importante saber cómo cortar la comunicación y que no se caiga en una completa pesadez que termine por hacerla entender que está todo acabado, lo más importante, amigo, es ser sutil.

Si ella es más insistente, y te va a ver en persona, a tu trabajo, lugar de estudios, o tu hogar, tienes que mostrarte alegre, simpático, sonriente y relajado.

No debes estar con ella más de 2 minutos, aunque su mirada y su sonrisa te hipnoticen, no queremos que todo nuestro plan se arruine por un desliz o una debilidad del momento.

Le dirás que debes volver a lo que estabas haciendo, y que pronto se verán con más tiempo.

**Este libro te enseñara absolutamente todo lo que debes y no debes hacer para volver con tu ex mujer.**

**Si te gusto el contenido del libro y te ha gustado lo que has leído hasta el momento, te invitamos a que adquieras hoy mismo el **LIBRO COMPLETO** de Andres Cazares Volver con Ella**

**Para eso, debes ingresar a su página official dando Click Aqui.**

**[www.VolverConElla.com](http://www.VolverConElla.com)**

**Tambien puedes dar un vistazo a nuestra experiencia personal con el libro en:**

**[www.EnRealidadFunciona.com/](http://www.EnRealidadFunciona.com/)**

# Volver con Ella



**Todo lo que necesitas para  
recuperarla en pocos días**

**Autor: Andrés Cazares**