

Venus O'Hara



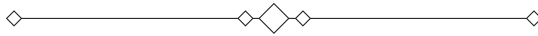
**Manifestación
orgásmica**

**Utiliza tu energía sexual
para transformar tu vida**

Luciérnaga

VENUS O'HARA

MANIFESTACIÓN ORGÁSMICA



UTILIZA TU ENERGIA SEXUAL
PARA TRANSFORMAR TU VIDA



Ediciones
Luciérnaga

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.
La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© del texto: Venus O'Hara, 2024.

© de las fotos de interior: archivo autora; Shutterstock

© de las fotos de cubierta: Shutterstock / svtdesign

Diseño de la cubierta: Planeta Arte & Diseño

Primera edición: septiembre de 2024

© Edicions 62, S. A., 2024

Ediciones Luciérnaga

Av. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-19996-41-1

Depósito legal: B. 4.075-2024

Impreso en España – *Printed in Spain*



SUMARIO

<i>Introducción</i>	11
Disclaimer	13
<i>Lo que necesitarás</i>	15

PRIMERA PARTE

Capítulo 1. ¿Qué es la manifestación orgásmica?	19
Capítulo 2. Mi historia: cómo descubrí la magia sexual. .	25
Capítulo 3. El poder sexual	33

SEGUNDA PARTE

Capítulo 4. Tu lista de deseos	51
Capítulo 5. Preparaciones mágicas	61
Capítulo 6. La técnica básica	73
Capítulo 7. Cómo erotizar tu deseo	77
Capítulo 8. Sigilos	89
Capítulo 9. Manifestación orgásmica sin orgasmos	101
Capítulo 10. Manifestación orgásmica en pareja	109

TERCERA PARTE

Capítulo 11. Afirmaciones	123
Capítulo 12. Ritmos binaurales y frecuencias Solfeggio ..	131
Capítulo 13. El poder de las piedras	137
Capítulo 14. La magia del aroma	147
Capítulo 15. Las fases lunares	157

CUARTA PARTE

Capítulo 16. El diario mágico	169
Capítulo 17. El poder del desapego y de la rendición ...	173
Capítulo 18. El proceso de manifestación	181
Capítulo 19. Lo que es para ti, será	191
<i>Conclusión</i>	195
<i>Agradecimientos</i>	197

PRIMERA PARTE

El poder de la energía sexual

Capítulo 1

¿QUÉ ES LA MANIFESTACIÓN ORGÁSMICA?

Probablemente ya sepas que el sexo puede ser una experiencia mágica, pero es posible que no estés al tanto de que la magia puede ser una experiencia sexual.

MARGOT ANAND

La manifestación orgásmica, también conocida como magia sexual, es una práctica esotérica que combina elementos de la magia, la espiritualidad y la sexualidad con el objetivo de alcanzar estados elevados de conciencia, manifestar deseos y potenciar la conexión con lo divino. En la magia sexual, se utiliza la energía sexual como una herramienta para la transformación personal y espiritual.

En términos simples, la manifestación orgásmica implica canalizar y dirigir tu energía sexual y tu orgasmo hacia una intención específica, un deseo o una realidad que anhelas que se manifieste en tu vida. Este enfoque transforma las prácticas sexuales tradicionales, ya que la atención se desplaza del placer físico o el bienestar emocional que se experimenta durante la masturbación o el sexo en pareja, hacia metas y objetivos no sexuales.

Es decir, puedes canalizar tu energía sexual hacia objetivos que no tienen nada que ver con el sexo, como cambiar de trabajo, mejorar tu calidad de vida o cualquier otra realidad que desees crear. Quizá no suene muy sexi, pero déjame explicarte cómo lograrlo sin sacrificar el placer. De hecho, te darás cuenta de que la energía sexual no solo es fuente de placer, sino también una fuerza mucho más poderosa de lo que podrías imaginar.

La ley de la atracción

Definitivamente, la manifestación orgásmica comparte similitudes con la ley de la atracción, que es un tema mucho más conocido. La ley de la atracción es un principio popularizado por el libro *El secreto*, escrito por Rhonda Byrne.¹ Según esta ley, los pensamientos y las emociones tienen una energía que puede atraer cosas similares a nuestra vida.

Tanto la magia sexual como la ley de la atracción se centran en el poder de la intención y la energía para crear la realidad deseada. La ley de la atracción es un principio metafísico que sostiene que nuestros pensamientos y nuestras emociones tienen el poder de influir en los resultados de nuestras vidas. Según este principio, atraemos hacia nosotros lo que pensamos y lo que sentimos, ya sean experiencias positivas o negativas. En resumen, lo que piensas, lo atraes.

Al igual que con la ley de la atracción, en la magia sexual es fundamental creer que aquello que deseas manifestar ya forma parte de tu realidad presente. Es beneficioso incluir la sensación de gratitud por tener ese objeto o esa situación en tu vida. Tanto la magia sexual como la ley de la atracción enfatizan la importancia de la intención clara y la visualización positiva como medios para lograr objetivos.

Veo la ley de la atracción como un estado vibracional en el que sintonizo con la frecuencia de lo que deseo manifestar de forma permanente. Es como estar en un estado constante de alineación con mis objetivos y deseos. Es decir, que los pensamientos y las emociones positivas atraen experiencias positivas, mientras que los pensamientos y las emociones negativas atraen experiencias negativas.

Por otro lado, considero la magia sexual como una práctica que aplico en momentos específicos, es decir, durante experiencias sexuales, para dirigir conscientemente mi energía hacia mis metas y deseos. Creo que ambas pueden combinarse de manera efectiva y, personalmente, creo que la magia sexual puede potenciar la ley de la atracción al enfocar y amplificar la energía sexual hacia la manifestación de mis deseos más profundos.

La manifestación orgásmica, a veces, se practica dentro de tradiciones espirituales y ocultistas específicas, como el tantra, la *wicca*

¹ Barcelona, Urano, 2007.

y otras formas de brujería; sin embargo, la ley de la atracción es un concepto más generalizado, que ha ganado popularidad en la espiritualidad moderna y el desarrollo personal. Mientras que la magia sexual puede involucrar prácticas rituales y técnicas específicas, la ley de la atracción es más un principio filosófico que puede aplicarse en diversos aspectos de la vida cotidiana sin la necesidad de rituales elaborados.

Hay que tener en cuenta que la magia sexual es una práctica avanzada y puede no ser adecuada para todos. Requiere un entendimiento profundo de los principios mágicos y espirituales, así como un enfoque consciente y responsable de la sexualidad.

Es importante practicar la magia sexual de manera ética y responsable, respetando los límites personales y los de los demás, y asegurándose de que todas las prácticas sean consensuadas y mutuamente beneficiosas. La integridad y la ética son fundamentales en cualquier forma de magia, incluida la sexual. Así que, ¡con buenas intenciones siempre!

Magia

Cuando hablamos de magia en un contexto más profundo y espiritual, no nos referimos al truco de sacar conejos de sombreros que vemos en espectáculos de entretenimiento. La magia en este sentido se refiere a una práctica que va más allá de lo que la ciencia puede explicar.

Esta forma de magia está arraigada en la creencia en fuerzas y energías invisibles que existen en el universo y que pueden ser manipuladas o canalizadas por aquellos que poseen el conocimiento y la habilidad adecuados. Se trata de una práctica que busca comprender y trabajar con las fuerzas ocultas de la naturaleza y del ser humano para lograr objetivos concretos, ya sea la sanación, la protección, la manifestación de deseos o el desarrollo personal y espiritual.

La magia, en este sentido, puede manifestarse de diversas formas, como la magia ritual, la magia de hechizos o la magia de invocación, entre otras. A menudo, involucra el uso de herramientas

simbólicas, como velas, cristales, hierbas y rituales específicos para canalizar y dirigir la energía hacia un propósito determinado.

Aunque —como decíamos— este tipo de magia no puede ser fácilmente explicada por la ciencia, para quienes la practican y creen en ella es una fuerza muy real y poderosa que puede tener un impacto significativo en sus vidas y en el mundo que los rodea. Es una práctica que requiere fe, intuición y una profunda conexión con el universo y con uno mismo.

No se puede ofrecer una respuesta científica que respalde la magia, ya que no es algo que pueda ser comprobado en condiciones de laboratorio. La única manera de saber si la magia funciona es experimentándola personalmente.

Historia

La manifestación orgásmica no es un concepto nuevo. A lo largo de la historia, la magia sexual ha sido practicada en diversas formas por diferentes culturas. En excavaciones y estudios sobre la antigüedad, se han encontrado evidencias de prácticas relacionadas con la magia sexual en culturas de todo el mundo, incluidas las civilizaciones egipcia, mesopotámica, griega y romana. En estas culturas, se creía que el sexo tenía poderes místicos y se utilizaba en rituales religiosos, ceremonias de fertilidad y prácticas de magia.

Una de las tradiciones más influyentes en la historia de la magia sexual es el tantra, una práctica espiritual originaria de la India que se remonta al menos al primer milenio después de Cristo. El tantra enfatiza la conexión entre el sexo y la espiritualidad, y utiliza técnicas específicas de respiración, meditación y visualización para canalizar la energía sexual y alcanzar estados elevados de conciencia.

En diversas tradiciones paganas, la sexualidad se consideraba una fuerza poderosa y sagrada que podía ser utilizada para fines espirituales, mágicos y de sanación. Se practicaban rituales sexuales como parte de celebraciones religiosas y festivas, con el objetivo de honrar a los dioses y a las diosas asociados con la fertilidad, el amor y la naturaleza. Estos rituales implicaban la unión sexual entre sa-

cerdotes y sacerdotisas, o entre individuos que buscaban conectarse con lo divino a través del acto sexual.

En la Europa medieval, los alquimistas exploraron la relación entre el sexo y la transformación espiritual en sus prácticas alquímicas. Se creía que el acto sexual podía alquimizar el cuerpo y el alma, permitiendo la transmutación de la materia, necesaria para obtener la piedra filosofal, que simbolizaba la perfección espiritual.

En los siglos XIX y XX, figuras influyentes del ocultismo y de la magia moderna, como Aleister Crowley, Gerald Gardner y Anton LaVey, exploraron y promovieron la magia sexual como parte de sus sistemas mágicos y filosofías espirituales. Crowley, en particular, desarrolló prácticas de magia sexual dentro de su filosofía de vida, llamada *thelema*, que incluían a rituales sexuales destinados a alcanzar la iluminación espiritual.

En la actualidad, la magia sexual sigue siendo una parte importante de diversas prácticas mágicas y espirituales, incluidas algunas formas de *wicca*, brujería moderna y sistemas de magia ceremonial. También ha habido un resurgimiento del interés por el tantra y por otras prácticas orientales que incorporan la sexualidad como una herramienta para el crecimiento personal y espiritual.

La manifestación orgásmica está ganando popularidad en las redes sociales, donde personas de todo el mundo comparten experiencias, técnicas y testimonios sobre cómo esta práctica ha impactado positivamente en sus vidas. Desde publicaciones en Instagram hasta videos en YouTube y TikTok, la consciencia virtual de esta práctica está creciendo. La accesibilidad de las redes sociales ha permitido que esta práctica sea más visible y accesible para aquellos que buscan explorar nuevas formas de empoderamiento personal y crecimiento espiritual.

PUNTOS CLAVE

- ◊ La manifestación orgásmica es una práctica esotérica que combina elementos de magia, espiritualidad y sexualidad con el propósito de alcanzar estados elevados de conciencia y manifestar los deseos.
- ◊ La energía sexual se utiliza como una herramienta para la transformación personal y espiritual, canalizándola hacia una intención específica o deseo.
- ◊ Comparte similitudes con la ley de la atracción, ya que ambas se centran en el poder de la intención y la energía para crear la realidad deseada.
- ◊ Es importante creer que lo que desees ya forma parte de tu realidad presente y expresar gratitud por ello.
- ◊ La práctica ética y responsable es fundamental, respetando los límites personales y asegurando el consentimiento mutuo en cualquier interacción. Y ¡siempre buenas intenciones!
- ◊ La historia de la manifestación orgásmica se remonta a diversas culturas antiguas, como la egipcia, la mesopotámica, la griega y la romana, en las que el sexo tenía poderes místicos y se utilizaba en rituales religiosos y prácticas de magia.
- ◊ El tantra es una de las tradiciones más influyentes en la historia de la magia sexual, ya que enfatiza la conexión entre el sexo y la espiritualidad.
- ◊ Figuras influyentes en el ocultismo moderno, como Aleister Crowley, Gerald Gardner y Anton LaVey, exploraron y promovieron la magia sexual como parte de sus sistemas mágicos y filosofías espirituales.
- ◊ En la actualidad, la manifestación orgásmica está ganando popularidad en las redes sociales, donde la comunidad comparte experiencias, técnicas y testimonios sobre cómo esta práctica ha impactado positivamente en sus vidas.

Capítulo 2

MI HISTORIA: CÓMO DESCUBRÍ LA MAGIA SEXUAL

Al principio, los sueños parecen imposibles, luego improbables y eventualmente inevitables.

CHRISTOPHER REEVE

En marzo de 2018, desde el exterior, mi vida parecía casi perfecta. Disfrutaba de un trabajo divertido escribiendo reseñas de juguetes eróticos y compartía contenido sobre mi estilo de vida y mi filosofía de la sexualidad. Me identificaba como una «activista del orgasmo femenino», un rol que había creado y que me brindaba una gran satisfacción al cumplir un propósito de vida: aumentar la conciencia orgásmica de las mujeres. En otras palabras, me dedicaba a crear contenidos sobre sexualidad.

Me divertía mucho mientras mejoraba las vidas íntimas de los demás a través de mis contenidos. No hay muchas formas de activismo que ofrezcan diversión al mismo tiempo que generan un impacto positivo en el mundo.

Un detalle de mi vida que siempre generaba una profunda paz interior, gratitud y a veces hasta envidia en los demás era el hecho de que no había utilizado un despertador desde el 2009. Cada mañana, me despertaba de forma natural. Esta práctica no tiene precio. Transformó mis mañanas, permitiéndome comenzar el día con calma, disfrutar de un desayuno saludable sin apuros y dedicar tiempo a la meditación. Algunas personas me decían que les resultaría imposible dormir sin un despertador porque temían que dormirían de-

masiado. Sin embargo, según mi experiencia, dormía menos horas, pero de una calidad mucho mejor.

Vivía en un ático junto a la playa en Barcelona. Todas las mañanas, me dirigía a la playa para presenciar la salida del sol. Sentir los primeros rayos en mi rostro era como recibir una bendición divina. Cada día era diferente, dependiendo de la cantidad de nubes en el cielo. Comenzar mi jornada de esta manera me llenaba de gratitud. Además, mi vida sentimental iba bien y contaba con alguien que me apoyaba mucho.

A pesar de estas alegrías, cada día de mi vida era un desafío desde una perspectiva más cercana.

A pesar de disfrutar mi trabajo, la vida como autónoma es impredecible e inestable, una lucha constante. Además, las deudas acumuladas pesaban sobre mí, y mis ingresos apenas alcanzaban para cubrir mis gastos.

Pero lo más desafiante era la carencia de una almohada. Colocaba mi cabeza sobre una manta doblada y dormía en un colchón viejo y blando que ya estaba en el piso cuando me mudé. Ni siquiera quiero imaginar lo que había sucedido en él antes de convertirse en mi cama. Siempre me dolía el cuello y mi espalda estaba destrozada. A pesar de vivir junto a la playa en un ático con terraza, el frío resultaba insoportable debido al deficiente aislamiento.

Pasaba mucho tiempo sola. Además, justo un año antes, mis mejores amigos se habían marchado de Barcelona. Debido a la naturaleza transitoria de la ciudad, me encontraba reconstruyendo mi vida social desde cero una y otra vez, a pesar de los años que llevaba aquí.

Lo positivo de esta situación fue que, justo cuando mis amigos se fueron, decidí dejar de beber y fumar. Buscaba una vida social más diurna y saludable, y esto resultó más sencillo al no tener la tentación de pasar tiempo con personas que disfrutaban más de la vida nocturna. Había encontrado un grupo social que organizaba cenas en los mejores restaurantes veganos de la ciudad. Disfrutaba pasando el tiempo con ellos, ya que llevaba años sin consumir carne y siempre era la «rara» del grupo por no querer comer jamón. En cambio, con mis amigos que seguían una dieta *plant-based* me sentía totalmente integrada.

Tenían planeada una cena para un viernes por la noche y estaba ansiosa por asistir, ya que anhelaba el contacto humano. El menú solo costaba quince euros, pero no estaba segura de si me lo podía permitir, sobre todo porque era principios de mes y la semana siguiente tenía que pagar el alquiler y enfrentar otros gastos mensuales.

Después de darle muchas vueltas, decidí ir. A pesar de tener que vigilar cada euro, me lo pasé genial. Sin embargo, mi sensación de escasez empeoró cuando tuve que volver a casa a pie bajo una fuerte lluvia, ya que no tenía dinero para coger un taxi. Desde entonces, no he vuelto a sentirme tan desesperada económicamente, gracias a lo que estaba a punto de descubrir. Pero necesitaba enfrentar un poco más de sufrimiento antes de comenzar a recuperarme.

Al día siguiente, la mezcla de incertidumbre, agotamiento emocional y soledad que sentía era abrumadora. Decidí ir a la playa y sentarme en la arena mirando las salvajes olas mientras reflexionaba sobre mi vida. Sabía que algo tenía que cambiar, pues me sentía emocionalmente agotada. A pesar de mi desesperación, me di cuenta de que no podía rendirme. Había superado desafíos más grandes que aquel.

Tenía que encontrar una solución, sí o sí.

Volví a casa con la misión de buscar contenidos de autoayuda en internet. No recuerdo exactamente qué términos escribí, pero rápidamente encontré el libro *Piense y hágase rico* de Napoleon Hill¹ entre los resultados. Este libro, publicado originalmente en 1937, es el libro de éxito más vendido del mundo y aborda la mentalidad de la abundancia en el ámbito profesional y financiero. Aunque ya había escuchado el título, mi interés aumentó significativamente cuando descubrí que incluía un capítulo titulado «El misterio de la transmutación del sexo».

El significado de la palabra *transmutar* es, en lenguaje sencillo, «el cambio, o transferencia, de un elemento, o forma de energía, en otro».

La emoción del sexo produce cierto estado mental.

Debido a la ignorancia que se tiene sobre el tema, este estado mental suele asociarse con el físico, y debido a influencias incorrectas a las que la mayoría de las personas han estado sometidas en el

1. Barcelona, Obelisco, 2012.

proceso de adquisición de conocimiento sobre el sexo, han dejado bastante de lado los aspectos mentales.

La emoción del sexo tiene en el fondo de sí misma la posibilidad de tres potencialidades constructivas, que son:

1. La perpetuación de la humanidad.
2. El mantenimiento de la salud (no tiene parangón como agente terapéutico).
3. La transformación de la mediocridad en genio a través de la transmutación.

La transmutación del sexo es fácil y sencilla de explicar. Significa el cambio de la mente desde pensamientos de expresión física, a pensamientos de alguna otra naturaleza.²

¿Por qué había un capítulo sobre sexualidad en un libro de desarrollo personal? Me quedé perpleja, pero con el deseo de descubrir más detalles. En ese momento, llevaba nueve años dedicada profesionalmente a crear contenidos sobre la sexualidad y pensaba que ya conocía muy bien el tema. Descubrir que el sexo tenía una función que iba mucho más allá del placer o de la procreación fue como encontrar una habitación secreta, en una casa que creía conocer perfectamente, donde, repente, descubría una puerta oculta.

En aquel capítulo de *Piense y hágase rico*, Napoleon Hill explora el concepto de *transmutación sexual* como una parte fundamental de su filosofía del éxito. Según Hill, la energía sexual es una de las fuerzas más potentes en la vida de una persona y puede ser redirigida hacia la creatividad, la productividad y el logro de objetivos.

Hill enfatiza la importancia del autocontrol en este proceso, argumentando que la incapacidad para controlar los impulsos sexuales puede llevar a la distracción y al agotamiento. Para respaldar su argumento, Hill cita ejemplos de personas exitosas como Thomas Edison y Henry Ford, quienes, supuestamente, aplicaron la transmutación sexual para alcanzar sus metas.

En resumen, el capítulo sobre el misterio de la transmutación y el sexo en *Piense y hágase rico* invita a reconocer la energía sexual

2. Hill, *Piense y hágase rico*, *op. cit.*, cap. 11, pág. 178.

como una fuente de motivación y a utilizarla de manera constructiva para alcanzar el éxito en diversos aspectos de la vida.

Hill reconocía que el impulso sexual podía ser una fuerza constructiva o destructiva, dependiendo de cómo se usara y, sobre todo, de la intención detrás de su utilización.

La simple posesión de esa energía no basta para producir un genio. La energía tiene que ser transmutada de un deseo de contacto físico en alguna otra forma de deseo y acción, antes de que le eleve a uno al estatus de genio. Lejos de convertirse en genios gracias a unos grandes deseos sexuales, la mayoría de los hombres se degradan a sí mismos con una mala interpretación y utilización de esa gran fuerza, hasta alcanzar el estatus de animales inferiores.³

A pesar de encontrar fascinante el concepto de *transmutación sexual*, al mismo tiempo me parecía una forma de negar el orgasmo. Como probadora de juguetes eróticos y activista del orgasmo, no quería renunciar a mis propios orgasmos para tener éxito en la vida. Siempre había sido muy sexual, con una libido muy alta. Sentía curiosidad por descubrir si existían otras técnicas para utilizar la energía sexual y manifestar la vida de mis sueños, y eso es exactamente lo que buscaba.

Fue entonces cuando encontré el vídeo de una *influencer* espiritual estadounidense llamada Teal Swan. En él, explicaba cómo utilizar la energía orgásmica para alcanzar tus deseos. Me quedé sin palabras mientras absorbía todo lo que explicaba. Descubrí que podía masturbarme y alcanzar el orgasmo, pero que debía hacerlo con intención y soltar mi deseo en el momento del clímax.

Había encontrado lo que buscaba. Al día siguiente, domingo, comencé a practicar la magia sexual. Me masturbaba con una intención, enfocándome en aquello que quería convertir en realidad. Justo antes de alcanzar el clímax, soltaba mi deseo al universo. En aquel momento, pensé en aguacates y anacardos. Cerré los ojos e imaginé la textura y el sabor de ambos en mi boca. Me encantan los aguacates y los anacardos, pero en ese momento económico difícil, no podía permitirme comprarlos. Representaban la abundancia

3. *Ibidem*, cap. 11, pág. 189.

para mí. Visualicé estar en el supermercado comprándolos como ingredientes para hacer una superensalada grande y saludable.

Cuando llegó el lunes, recibí el pago de una factura que había vencido hacía meses y que casi había olvidado, ya que tenía dudas sobre si el cliente la abonaría. Estuve agradecida de poder pagar el alquiler sin problemas y de ir al supermercado a comprar aguacates y anacardos. Sonreí con satisfacción al pagar mi compra y, al volver a casa, hice una ensalada que nunca olvidaré. Me sentí orgullosa de mi pequeña victoria e inspirada para seguir con mi práctica de magia sexual.

Era el 5 de marzo de 2018, y durante el resto del mes practiqué la magia sexual a diario. Inventé mi propia técnica (más adelante, en el capítulo 7, te hablaré de lo que yo denomino *erotizar el deseo*) y como resultado, mis rituales masturbatorios cambiaron. Por ejemplo, antes de descubrir la manifestación orgásmica, mi método era muy básico. Solo pensaba en cosas que estimulaban mi imaginación erótica hasta llegar al orgasmo. No tardaba mucho. Sin embargo, ahora era diferente. Cada sesión de autoamor tenía una intención, y durante la fase de estimulación —en la que dependía de mis fantasías sexuales— imaginaba que ya había conseguido aquello que deseaba. Me enfocaba en las sensaciones y las emociones que esto me producía, igual que se hace cuando se practica la ley de la atracción, salvo que en mi caso formaba parte de una fantasía erótica.

Al disponer de una gran imaginación, no me costaba mucho hacerlo. Si no es tu caso, no te preocupes, porque te explicaré otras técnicas para que puedas imaginar pagar tus deudas mientras te masturbas. Ya sé que a muchos eso les quitaría todo el deseo sexual...

Puesto que había multitud de cosas pasando por mi cabeza mientras me estimulaba, tardé el doble de lo normal en alcanzar el clímax. Ver que funcionaba me inspiraba a seguir. Durante los siguientes meses, mi vida empezó a cambiar y empecé a disfrutar de una abundancia y de un nivel de confort que nunca me había imaginado. También mi vida personal y social se transformó. Pagué todas mis deudas, cambié de piso a uno mucho más grande y cómodo, con buen aislamiento, y compré todos los muebles. Estoy viviendo una vida privilegiada en Barcelona con buenas amistades y una vida

social increíble, además de otras bendiciones. Ahora guardo un diario mágico en el que apunto todos mis orgasmos y sus intenciones (te contaré más sobre esta práctica en el capítulo 16). Sin entrar en detalles, diré que cuando miro las páginas de mi diario mágico, puedo comprobar que he conseguido casi todo lo que he deseado.

Han pasado varios años desde que descubrí esta práctica y, con el tiempo, he refinado las técnicas, he leído muchos libros e incorporado ideas que resonaban en mí. Ahora practico la magia sexual con varias técnicas que compartiré contigo en estas páginas.

De hecho, he compartido mis técnicas con mis amigos, en sesiones de *coaching* y talleres, y otras personas han conseguido gracias a ello logros más grandes que los míos. Me alegra por ellos, pero también me doy cuenta de que debo pensar más «a lo grande» y seguir trabajando en mis creencias limitantes. Todo es parte de un proceso. Al escribir esto, años después, al recordar aquel fin de semana de desesperación que cambió mi vida, noto cuánto he evolucionado y me alegra enormemente.

Espero que te sea tan útil como lo ha sido para mí.