

La Magia de Empoderarte

9 Secretos para mujeres como tú

La Magia de Empoderarte es un manuscrito terminado de 101 páginas y 39.223 palabras. Está compuesto por relatos de no ficción, autobiográficos y ensayísticos, basados en las experiencias personales de sus nueve protagonistas. Mujeres de distintas edades, profesiones y países (España, México, Venezuela, Colombia y Chile), que han compartido la necesidad de hacerse protagonistas de su propia vida. Y lo consiguieron en momentos y contextos tan diferentes que, traducidos a secretos, hacen de esta obra un canto al empoderamiento femenino.

Resumen Ejecutivo

El libro ofrece al lector una sensación de poder en los momentos en los que más podría necesitarlo. Se estructura en nueve caminos y perspectivas que proporcionan herramientas para superar las consecuencias de la violencia de género, el abuso sexual en la infancia, la enfermedad o pérdida de un hijo; pero también para abrazar la sororidad, entender la Alta Sensibilidad, emprender la transformación personal y aprender de las influencias invisibles para disfrutar nuestra libertad y una vida plena.

Esta antología destaca entre los libros de empoderamiento de la mujer gracias a su realismo, diversidad y frescura.

Árbol de Contenidos

Las historias que dan forma a esta obra son las siguientes:

- **Valorarte a ti misma.** [Carolina Castro Espina](#). Punta Arenas, Chile, 1973. Carolina nos comparte su odisea desde el abuso a la paz interior en un relato aportativo, crudo y experiencial, destacando la importancia del valor personal en la construcción de una nueva vida.
- **Influencias invisibles.** [Susana Pozo de Blas](#). Madrid, 1976. Érase una vez TÚ... así termina este relato en el que Susana te anima a “elegir tu propia aventura”. Te provocará para que observes con detalle el camino que has recorrido y el que te queda por andar para hacerlo tuyo. Te incitará a levantar la mirada, descubrir y valorar lo que te rodea. Aprenderás a encontrar y ser la influencia positiva e invisible que todos necesitamos tener en nuestra vida.
- **Saliendo del agujero. Un viaje hacia la luz.** [Carolina Reyes Palacio](#). Barcelona, 1983. Es el relato de una mujer Altamente Sensible quien después de un largo periodo lleno de decepciones, culpabilidades, adicciones, depresiones, entre otras situaciones dolorosas.

Decidió salir de lo que ella denominó “el agujero”. Es el antes y el después de su propio sistema de creencias. Hoy la autora desea transmitirnos que, sin importar lo profundo que hayamos caído, siempre es posible volver a la luz.

- **Nací para ser quien quiero ser.** [María Donis](#). Babia, 1961. Su relato muestra su secreto desde la rebeldía transgresora de la juventud, la defensa de sus ideales y sus propios principios. La autora narra cómo la fuerza emerge de su alma y la intuición la guía con firmeza a su destino. Afirma convencida que su libertad personal no tiene más límites que el respeto de la ajena. María nos invita a avanzar en la dirección deseada y a fijar la mirada en el horizonte al que desea llegar. Opina que la palabra escrita activa e incentiva la imaginación y transmite con intimidad el sentimiento
-
- **¿Quién te ayuda a cargar la mochila?** [Melina Sánchez](#). México, 1968. Tras sufrir una desconexión con su propia historia, la autora nos relata cómo logró dejar atrás situaciones muy dolorosas gracias al empoderamiento que encontró en las redes de colaboración. Redes que cada una de nosotras puede crear en función de sus deseos y necesidades, pero que albergan varios elementos comunes: la confianza, el amor incondicional, la gratitud y la generosidad.
- **Diseña tu vida como un traje de alta costura.** Matilde Yedra Yuste. Madrid, 1969. ¿Eres consciente de los miles de decisiones que tomas a lo largo de un día de tu vida y ni siquiera te das cuenta? Este relato te invita a cuestionar tus decisiones: pasadas, presentes y futuras. También te invita a realizar una reflexión sobre qué clase de vida quieres vivir.
Y dime, ¿qué es lo que piensas hacer en el día de hoy con tu vida salvaje y bella?
- **Una carrera de fondo.** [María José Bartolomé Castro](#). Segovia, 1974. María José nos presenta un recorrido por su vida, haciendo hincapié en los once últimos años. Cuando empieza su particular viacrucis de tratamientos para su hija. El fondo de este capítulo es mostrar a la mujer que está detrás de la madre, en un proceso trascendental. Ella se perdió en la vorágine de los “deberías”, los “hay que hacer” y lo urgente para sobrevivir. Cuando pasó lo más duro, tenía que reencontrar su identidad y su fe. En ese momento, se hizo una pregunta, “¿y si me atrevo a vivir?”.
- **La visión del camaleón.** Paola Cano Castellanos. Bogotá, 1978. La visión del camaleón es un relato autobiográfico que explora las raíces del pasado, la incoherencia, la mirada curiosa, la inteligencia en muchas capas, la visión telescópica y los innumerables retos que representa escoger los sueños, vivirlos, defenderlos y apropiarse de las consecuencias que implican. En este capítulo se entretene el entorno en el que las mujeres que han sido leales a sí mismas, han sufrido la discriminación familiar y la crítica social, lo que les ha representado una lucha continua de emancipación. Se le regala al lector ejemplos para respetarse y ayudar a otros a vivir sus propios sueños.

- **Sororidad a raudales.** [Noleen Fonseca](#). León/Asturias, 1984. Hay momentos en la vida en que las señales no dejan de sucederse. Etapas en las que toda tu atención se centra en las casualidades. Porque no lo son tanto. De pronto, te das cuenta de que algo ha cambiado: vibras en la misma sintonía de la gente que te rodea. Y descubres el porqué. En este relato, Noleen Fonseca nos muestra cómo comenzó su camino en la escritura. Y cómo se reencontró con la gente que la acompañó en un momento personal especialmente duro para ella, pero que logró superar para ver cumplido un sueño.

Mercado Potencial del Libro

Este libro está dirigido a toda mujer que, al igual que las autoras, evoluciona al enfrentarse a las dificultades del día a día. A todas las personas interesadas en la perspectiva de género y en las historias de superación personal.

Este libro interesará a un lector que:

- ✓ Busque nuevas perspectivas y herramientas probadas con las que superar las adversidades.
- ✓ Necesite sentirse acompañado leyendo relatos con los que se pueda identificar y motivar.
- ✓ Quiera aprender más sobre recursos internos de superación y de empoderamiento femenino.

Respecto al mercado potencial de *La magia de empoderarte*, es importante considerar que la población de mujeres hispanohablantes alcanza la cifra de 350 millones, de los cuales aproximadamente un 65% es adulta (entre 15 y 64 años), de acuerdo a estadísticas del Banco Mundial. Además, el libro da visibilidad a temas que afectan a un porcentaje elevado de la población:

- Una de cada cinco personas ha sufrido **abusos sexuales en la infancia**, de acuerdo con www.elmundodelosasi.com. Es decir, una población de al menos 70 millones de mujeres hispanohablantes.
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que 36% de las mujeres de América han sufrido **violencia de género**, lo que se traduce en aproximadamente 126 millones de mujeres solo en este mercado.
- Las **Personas Altamente Sensibles** (PAS) alcanzan, según estudios recientes, el 20% de la población (70 millones de mujeres hispanohablantes). Muchas de ellas aún lo desconocen.
- De acuerdo a la CEPAL, en América Latina mueren aproximadamente **27,5 niños por cada mil nacimientos** antes de los cinco años y seis en los países desarrollados. Cifras que, en conjunto, generan un importante número de mujeres con un trauma a superar.
- Alrededor de 1.100 **niños enferman de cáncer** cada año en España. Aunque poco frecuente, el cáncer infantil tiene gran impacto sobre las familias indica www.uv.es.

Libros similares que han sido Bestseller:

- *El poder está dentro de ti*, de Louise L. Hay. Más de 50 millones de ejemplares vendidos.
- *Las diosas de cada mujer: una nueva psicología femenina*, de Jean Shinoda Bolen. Más de 45 millones de ejemplares vendidos.
- *Nosotras. Historias de mujeres y algo más*, de Rosa Montero. Editorial Alfaguara.
- *Mujeres que corren con los lobos*, de Clarissa Pinkola Estés. Ediciones B, con más de 2 millones de ejemplares vendidos.
- *Saca lo mejor de ti*, de Cristina Soria. Espasa Libros. Más de 20 mil ejemplares vendidos.
- *La vuelta al mundo de 15 mujeres*, de Verónica Zumalacárregui. Editorial Aguilar.