

Despierta

Sé quién viniste a ser

Mariana Gómez Badía

Coach sistémica, consteladora familiar y especialista en trauma, referente del bienestar integral y creadora de Ecos del Alma. Autora de Romper el ciclo y Sana quien insiste.

@ecosdelalmaok

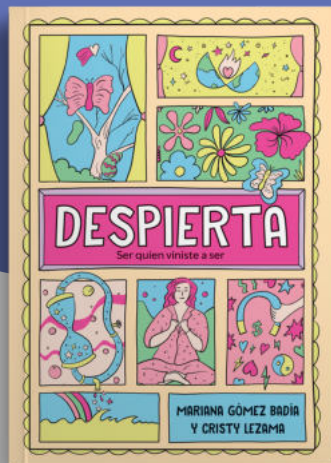
361 mil seguidores

Cristy Lezama

Especialista en desarrollo personal y sanación emocional y espiritual, formada en distintas técnicas de transformación y autoconocimiento. Creadora de contenidos, cursos y herramientas para conectar con el poder interior y transformar la propia vida.

@cristylezama

316 mil seguidores



Información técnica

Género

Desarrollo personal

Sector en librería

Desarrollo personal / Autoayuda

Formato

Rústica / 15,5 x 22 cm / 304 pág.

ISBN

978-950-02-1835-1

Derechos

Mundo para todas las lenguas

¿De qué trata?

SALUD EMOCIONAL | ANSIEDAD | HÁBITOS SALUDABLES | BIENESTAR

Una guía de transformación personal dirigida principalmente a mujeres que buscan reconectar con su esencia, sanar heridas del pasado y liberarse de mandatos para construir una vida más auténtica. A través de reflexiones, ejercicios y herramientas de autoconocimiento, propone transformar el mundo interior para vivir con mayor conciencia y plenitud.

Público objetivo

- Personas atravesando momentos de cambio o búsqueda personal
- Interesadas en vínculos, desarrollo personal y amor propio
- Mujeres que buscan fortalecer su autoestima
- Lectoras que consumen contenido de bienestar, espiritualidad y crecimiento personal en redes
- Personas que consumen libros sobre constelaciones familiares, energía, manifestación o sanación

Beneficios para el lector

- Reconocer las expectativas externas que condicionan nuestras decisiones
- Recuperar una identidad más auténtica
- Abordar la transformación desde múltiples dimensiones como la familia, la pareja, el dinero y el trabajo
- Sentirse acompañada en un proceso de cambio
- Encontrar un espacio íntimo de reflexión

Argumentos de venta

Despierta es:

- Identificar mandatos que condicionan nuestras decisiones
- Transformar reflexiones internas en acciones concretas
- Una invitación a volver a vos
- Para leer, preguntarse y escribir
- Una propuesta de desarrollo personal que aborda amor propio, mandatos, vínculos, heridas emocionales, dinero, cuerpo, sexualidad, intuición y propósito

Frases útiles para el librero:

- "Ideal para regalarle a alguien que está comenzando una nueva etapa"
- "Es un libro para detenerse y hacerse preguntas que normalmente evitamos"
- "Una herramienta personal con herramientas prácticas para trabajar lo que plantea"
- "Es para esa persona que dice 'sé que necesito cambiar algo, pero no sé por dónde empezar'"
- "La gran pregunta del libro es: ¿quién sos cuando dejás de ser lo que los demás esperan?"



Contexto y características únicas

- Dividido en dos partes: "Reconociendo tus alas" y "Abrirse al mundo"
- Incluye reflexiones, ejercicios y espacios para escribir
- Contiene herramientas de autoconocimiento
- Contenido sobre energía femenina, creencias limitantes y sexualidad consciente
- Capítulos breves y estructurados
- Lenguaje claro accesible, cercano e íntimo
- A dos voces, las escritoras dialogan entre sí
- Flores, relojes, mariposas, alas, manos y otros elementos funcionan como símbolos de transformación, libertad, tiempo y manifestación

Storytelling

Muchas veces creemos que transformarnos significa convertirnos en alguien diferente. *Despierta* parte de una idea opuesta: quizás la transformación no consiste en construir una nueva versión de nosotras, sino en sacar todo aquello que fuimos acumulando — mandatos, miedos, culpas y expectativas — hasta volver a encontrarnos con quien siempre estuvimos destinadas a ser.

Ubicación en la librería

Desarrollo personal

Espiritualidad

Esoterismo

3 libros relacionados

Constelaciones familiares

Sana quien insiste

Amarantia

