



VÉNDETE
antes de
VENDER

Mery Sánchez

Véndete antes de vender / Mery Sánchez. - 1a ed. -

Ciudad Autónoma de Buenos Aires: El Ateneo, 2025.

176 p.; 22 x 16 cm.

ISBN 978-950-02-1590-9

1. Desarrollo Personal. 2. Formación Profesional. I. Título.

CDD 158.1

Véndete antes de vender

© Mery Sánchez, 2025

Derechos mundiales para todas las lenguas

© Grupo ILHSA S.A. para su sello Editorial El Ateneo, 2025

Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires – Argentina

Tel.: (54 11) 4943 8200

editorial@elateneo.com - www.editorialelateneo.com.ar

Dirección editorial: Marcela Luza

Coordinación editorial: Carolina Genovese

Edición: Vicky Guazzone di Passalacqua

Producción: Pablo Gauna

Coordinación de diseño: Marianela Acuña

Diseño: María Victoria Costas

Impreso en Latingráfica,

Rocamora 4161,

Ciudad Autónoma de Buenos Aires,

en febrero de 2025.

Tirada: 3000 ejemplares

Queda hecho el depósito que

establece la ley 11.723.

Libro de edición argentina.

1ª edición: febrero de 2025

ISBN: 978-950-02-1590-9

Los consejos dados por el autor en este libro son recomendaciones abiertas y generalizadas. De ningún modo reemplazan o pretenden reemplazar el asesoramiento o consejo profesional especializado y personalizado en la materia. Consulte con su profesional especializado y personalizado antes de poner en práctica cualquier sugerencia y/o consejo que el autor pueda indicar en el presente libro. Grupo Ilhsa S.A., sus socios, empleados y/o directivos no se responsabilizan por los resultados de los consejos, sugerencias o prácticas que puedan ser propuestas por el autor en el presente libro.

El editor se reserva todos los derechos sobre esta obra. En consecuencia, no puede reproducirse total o parcialmente por ningún método de reproducción existente o por existir incluyendo el gráfico, electrónico y/o mecánico (como ser el fotocopiado, el registro electromagnético y/o el almacenamiento de datos, entre otros), sin el expreso consentimiento de su editor, Grupo Ilhsa S.A. (Ley n° 11.723).



Mery Sánchez

VÉNDETE antes de VENDER

Construye tu marca personal,
gana más y cambia tu vida

 *Editorial El Ateneo*



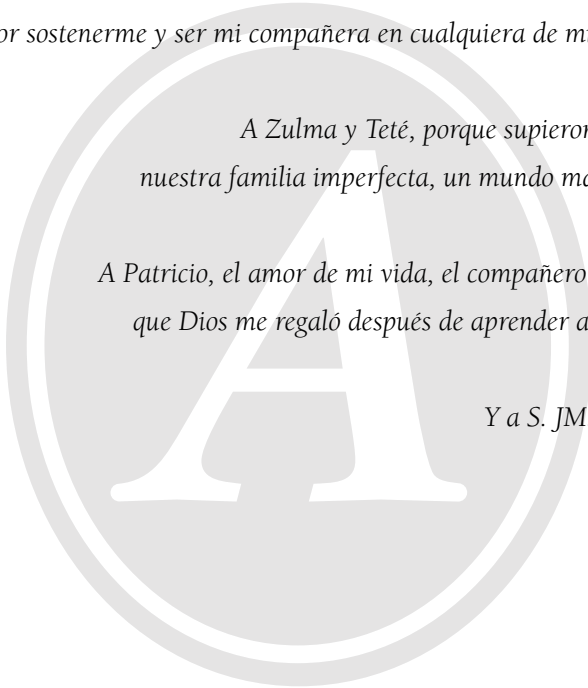
A Francina, por ser el motor que siempre me ha desafiado a ser mejor.


A Pilar, por sostenerme y ser mi compañera en cualquiera de mis locuras.

*A Zulma y Teté, porque supieron hacer de
nuestra familia imperfecta, un mundo maravilloso.*

*A Patricio, el amor de mi vida, el compañero silencioso
que Dios me regaló después de aprender a amarme.*

Y a S. JM. Siempre.





“El mundo te preguntará
quién eres, y si no lo sabes,
el mundo te lo dirá”.

CARL JUNG

Índice

Introducción. Te propongo un giro de 360°	11
Parte 1. PREPARAR EL TERRENO	19
1. Vénde-te antes de vender	21
2. La abundancia es un estado mental	32
3. Mereces prosperidad, pero antes debes creerlo	43
4. “Es que yo hago todo, pero nada me funciona”	54
5. Tu ansiedad te está mintiendo	68
Parte 2. MANOS AL BARRO	81
6. El privilegio de hacernos nuestro propio tiempo	83
7. Estás a una decisión de cambiar tu vida	97
8. La comunicación como único camino	110
9. Un plan: la diferencia entre lograrlo y no lograrlo	122
10. Tu marca personal, tu legado	136
11. Mereces una vida maravillosa	150
Epílogo. Estás en tus manos	165
Agradecimientos	171
Bibliografía	172
Marcas mencionadas	173
Biografía	175

Introducción

Te propongo un giro de 360°

Este libro no va a cambiar tu vida, porque cambiar, llevarte adonde mereces estar y llegar a ser todo lo que puedas ser es tu oportunidad y tu privilegio.

No cambiará tu vida, pero te aseguro que no la dejará igual. Siempre digo que los cambios se producen en giros de 360° y no de 180°. Déjame explicarte: según la ciencia, un giro de 180° no solo cambia la dirección, sino también el rumbo y el destino del objeto. En cambio, un giro de 360° hace el recorrido y vuelve al mismo lugar. Y te preguntarás: “¿Para qué quiero volver al mismo lugar?”. La respuesta es fácil: para no perder tu esencia, esa llama con la que naciste y ese deseo que te ha mantenido en pie toda la vida.

Así que **aquí no vamos a cambiar lo lindo de tu vida. Vamos a dar un giro, a volver a tu esencia, a tu verdadera casa, al lugar donde siempre has merecido estar, pero siendo totalmente diferente, en tu mejor y más alta versión.** Que, en el fondo, tú sabes cuál es. La has soñado siempre.

Empecemos este camino, que tengo mucho para contarte. Prepara lápiz y papel. Este no es un libro para presumir en una biblioteca. Este libro pretende ser de “manos al barro”, como le digo siempre a mi audiencia. De nada sirve tener un montón de información que nunca pondremos en práctica. Así que prepárate para girar. Vamos.

La expansión es asunto serio

Mi deseo es que te expandas. Hoy, que se habla tanto de manifestar, mentalidad y abundancia, quiero recordarte que todo eso es traer al presente lo que tu corazón sueña, alineado con lo que tu alma vino a hacer a este mundo.

Esto no se trata de trucos y *tips* sueltos. La expansión es algo serio. Y comprometerse, primero, a lograr y encarnar la versión más elevada de tu humanidad, es la única tarea posible. Trabajar en tus pensamientos es lo único que solucionará tus problemas –que en realidad no tienes–. Simplemente te has convencido de que la vida es dura y es sinónimo de sacrificio. Vamos a cambiar esa narrativa.

Si sigues leyendo esto, es porque hay compromiso.

Vivimos la vida desbocados, abrumados, desesperados, en una historia colectiva que nos lleva a actuar de la peor forma posible con otros seres humanos. Qué triste, qué injusto, qué tremendo vivir la vida desde la desesperación, sin darnos cuenta de que siempre podemos apreciar las maravillas que se nos regala a cada instante.

Crear una vida abundante implica compromiso, tiempo y paciencia. Sobre todo, paciencia. Contigo mismo/a, con los niños que fuimos y no pudimos soñar, con el proceso. Y hay que eliminar los juicios y las expectativas.

Hace ocho años, mi vida cambió para siempre. Todo lo que relato, enseño y creo, ya sea desde el marketing hasta lo que cuento sobre expansión y reinención, está basado en las experiencias y aprendizajes que viví en el camino de pasar de cero a un millón. En mi pódcast cuento cómo fue mi experiencia, pero no te estoy incitando a que corras a escucharlo ya mismo. Sería inútil que lo empezaras con la mente aún llena de miedos y creyéndote en un mundo condicionado. Así que quédate aquí conmigo.

“Algunos le llaman Dios y oran o rezan. Algunos le llaman universo y manifiestan o meditan. Otros le llaman física y hacen saltos cuánticos. Otros le llaman ciencia y se reprograman. Llámale como quieras. Lo que no puedes negar es que todos convergen en lo mismo: lo que piensas y cómo lo haces determina tu realidad”, JAY SHETTY.

Empecemos este viaje.

¿Quién soy para decirte esto?

Quizá hayas escuchado o leído algo sobre mí. En mis redes sociales me encuentras como @yosoymerysanchez. Soy la CEO de Malva Comunicación y creadora de la primera Escuela de Emprendedoras oficial de Argentina y Latinoamérica. O quizá no me conoces y encontraste este libro en algún estante de una librería. O tal vez alguien te lo regaló –me encantaría ser parte de una historia así–. Sea cual sea el caso, aquí estoy.

Yo soy Mery, pero no nací Mery, sino María, hace muchos años en Florentino Ameghino, provincia de Buenos Aires, Argentina. Tengo una sola hermana, que es mi vida, y fui criada por una madre costurera y maestra y un padre bancario, en el calor del hogar de una abuela ya longeva, española y con unas creencias muy arraigadas sobre su propia visión del mundo.

Me crie en una realidad limitada, con recursos escasos y una vida monótona. Crecer respetando a los mayores, obedecer a las maestras, ayudar en todo lo que pudiera, estudiar para “ser alguien” en la vida, conseguir un trabajo fijo y seguro que permitiera pagar las cuentas a tiempo, casarse para no ser la vergüenza de la familia, tener una casa propia porque alquilar es de bajo estatus, tener un autito (nótese el diminutivo), tener hijos, darles hermanos a tus hijos, vacacionar una vez al año en enero o febrero y tratar de pasar desapercibido lo más posible para no ser la comidilla del chisme local. Estos eran algunos mandatos familiares que obedecimos durante generaciones y con los que muchos se sentirán identificados en mayor o menor medida.

A los 4 años, ya tenía un sobrepeso marcado para mi edad. Sobrepeso que mamá negaba y que toda mi familia, especialmente mis tíos, hacían notar en cada reunión. En la adolescencia, se sumó el *bullying* y el terror de ir al colegio.

Durante toda mi infancia, lo único que escuché fue: “No hay dinero”, “No se puede porque hay que terminar la casa”, “Eso no es para nosotros” y “No sé cómo voy a hacer para pagar todas las cuentas este mes”. Me crie con la programación mental de que el dinero es escaso, de que solo algunas personas tienen posibilidades de triunfar, de que los patrones y los ricos son mala gente y de que en la vida hay que ser humilde, porque si no, nadie te quiere.

A los 17 me fui de mi pueblo para siempre, dejando atrás años de *bullying*, daño psicológico, alas cortadas, burlas, comparaciones y, en especial, de vivir con la constante presión de tener que encajar y progresar socialmente.

Entonces me mudé a Buenos Aires a estudiar –tal como me había dicho mi madre toda la vida–, y elegí “una carrera que sirviera”. Pasé noches de duda, conocí el hambre y por primera vez tuve que decidir si cenar o desayunar. Conocí la vida en la gran ciudad y comencé, de a poco, a salir adelante. Por supuesto, con mucho esfuerzo, sacrificio y después de haber vivido cosas muy duras, como si así tuviera más mérito.

Para no hacer el cuento muy largo, con mucho orgullo escalé posiciones en tiempo récord en la multinacional cerealera más grande de Argentina. Para los veintipico de años era asistente ejecutiva comercial de presidencia y cada día, cuando abría la Bolsa de Chicago, junto con el CEO de la empresa le poníamos el precio al maíz y a la soja en Argentina. Es difícil entender la magnitud de mi trabajo. Basta con decir que era la encargada de negociar *deals* millonarios de la industria agropecuaria y que tenía acceso a las personas más influyentes del sector.

Tenía el trabajo de mis sueños. Del sueño de mis padres, en realidad. Del sueño de mi madre, sobre todo. El sueño de mi padre hubiera sido que fuera varón y jugara en River Plate, para ser sincera. José Manuel me iba a llamar, pero les salí mujer.

Tenía el trabajo de mis sueños y la vida que otros quisieran: ganaba un sueldo diez veces más alto que la media, tenía una camioneta de la empresa y esta era mi garante hasta en el contrato de alquiler del hermoso departamento que rentaba.

Tenía todo y no era feliz. Estaba desmoronada por dentro. Además, tampoco tenía dinero. Vivía en un ciclo de gastos muy por encima de

lo que podía costear. Había perdido el rumbo entre tarjetas de crédito explotadas, gustos caros totalmente innecesarios para impresionar y ganarme el respeto de los demás, y regalos para todo el mundo para ser querida y aceptada. Cada mes, veía la cara de incredulidad de Sandra, la contadora de la empresa, cuando llegaba a su oficina para pedir un adelanto de sueldo.

Para ese entonces, el padre de mi hija había decidido irse de nuestras vidas. Al mismo tiempo, el CEO de la empresa renunció para irse a vivir afuera, y cambió todo el directorio. Me quedé sin el trabajo que tanto me enorgullecía. Y aunque no me costó conseguir otro similar, el ambiente era horroroso y subconscientemente me puse en el mismo ámbito de *bullying*, en este caso *mobbing* o acoso laboral, al que había sido expuesta en la secundaria, solo que ahora involucraba trabajo y dinero.

Mi sobrepeso se convirtió en obesidad, y esta, en obesidad mórbida. Mi autoestima estaba por el suelo y mi vida se convirtió en un círculo vicioso de deudas. Tapaba el dolor con cigarrillos y comida; era una madre inestable para mi hija, que me necesitaba, y cada día tenía más ganas de dejar el mundo que de levantarme.

Una noche, ya sumida en una fuerte depresión, le dije a Dios que íbamos a hacer un trato: si Él no era real y no había nada más para mí, le pedí con todas mis fuerzas que me llevara, porque yo no podía tomar la acción. Y que si amanecía, me diera una punta de algo, de qué quería en mi vida. Me fui a dormir a la misma cama que compartía con mi hija, que hoy es adolescente pero en ese momento todavía era una pequeña niña temerosa. Pensé, incluso, en todo lo que estaba dejando atrás y en cómo solucionaría mis problemas con, simplemente, no amanecer.

Y amaneció.

Esa mañana cambié mi vida para siempre. **No puedo decir que me cambió la vida. Mi vida la cambié yo.** Un día a la vez, un área a la vez, en etapas, con amor, con paciencia, con profesionales y la terapia correspondiente.

Sigo trabajando a diario en esas partes de mí que son oscuras y no han sanado, y lo seguiré haciendo hasta que deje este plano. Porque hasta ese momento debo aprender a trabajar en mí, en mi crecimiento, en mi merecimiento y en recordarme a diario de dónde salí y por qué no quiero volver allí. Siempre digo que recordarme todos los días que puedo y que siempre pude es como ajustar el termostato cuando la temperatura empieza a bajar. Y tú también eres capaz.

No puedo dar fórmulas mágicas ni decir que un libro solo o una semana de acción o un rayo mágico me trajo adonde estoy hoy. Solo puedo decirte que **tienes la capacidad de crear tu realidad y que, con los actos de hoy, estás forjando tu futuro.**

No fuerces tu despertar. Tu despertar te golpeará en la cabeza como algo que nunca viviste. Solo si tienes lo que se necesita para sostener la decisión de cambiar y cada día cumples con ella, verás cómo se manifiesta ante tus ojos la magia, la plenitud y la abundancia.

Una vida próspera, abundante y en armonía total es posible. Yo la vivo. Hoy experimento una vida que va más allá de lo que jamás soñé o pensé que era posible para mí. Mi único secreto es que puse en práctica, a diario, todo lo que he ido absorbiendo y aprendiendo y todo lo que me han transmitido. Porque entendí que el conocimiento, si no lo aplico, solo ocupa lugar en mi mente, pero la práctica me lleva a la evolución. Y lo hago cada día, implacablemente.

Porque sé de dónde salí y lo que se siente estar ahí. Puedo morirme antes de volver a ser y pasar por lo que pasé y lo que fui. Porque ahora

tengo las herramientas para no volver atrás. Por eso mismo, es mi deber no ser egoísta y compartirlo.

“Es tu derecho divino disfrutar de lo que eres.
No eres dolor. No eres sufrimiento. No eres limitación.
No eres restricción. No eres miedo. No eres responsable
por otros. No estás aquí para salvar al mundo”,
DR. WAYNE DYER.



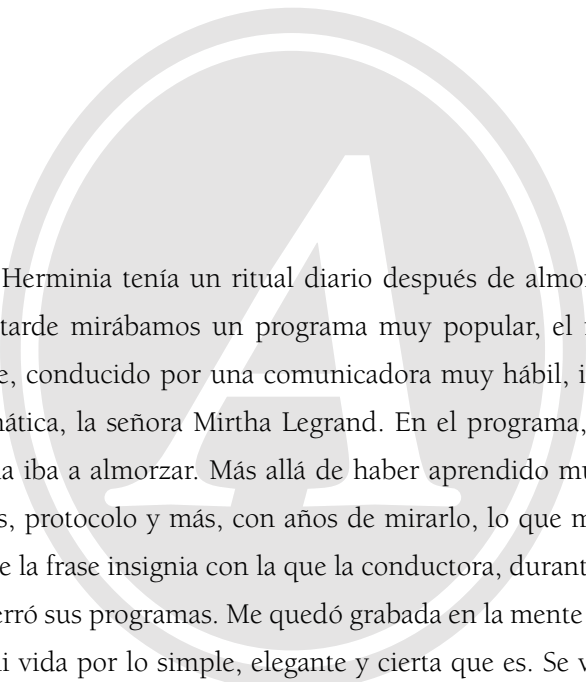
PARTE 1

**PREPARAR
EL TERRENO**



Capítulo 1

Vénde-te antes de vender



Mi abuela Herminia tenía un ritual diario después de almorzar: a la una de la tarde mirábamos un programa muy popular, el más longevo al aire, conducido por una comunicadora muy hábil, inteligente y carismática, la señora Mirtha Legrand. En el programa, la gente entrevistada iba a almorzar. Más allá de haber aprendido muchísimo de modales, protocolo y más, con años de mirarlo, lo que me quedó grabado fue la frase insignia con la que la conductora, durante más de 30 años, cerró sus programas. Me quedó grabada en la mente y se hizo parte de mi vida por lo simple, elegante y cierta que es. Se volvió un mantra y una meta de trabajo. Dice así: “Lo que no es, puede llegar a ser. Como te ven, te tratan. Si te ven mal, te maltratan. Pero si te ven bien, te contratan”.

Esta frase va mucho más allá de lo estético, superficial o físico. La he reproducido en conferencias ante 2000 personas que no tienen ni idea de dónde queda mi país tan austral y, siempre, sonríen como diciendo: “¡Eureka!”.