

EL
ÉXITO
DE SER
TÚ

Este libro no podrá ser reproducido, ni total ni parcialmente, sin el previo permiso escrito del editor. Todos los derechos reservados.

Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

© 2025, Alejandra Pérez Boizard
Derechos exclusivos de edición:
© 2025, Editorial Planeta Chilena S.A.
Avda. Andrés Bello 2115, 8° piso,
Providencia, Santiago de Chile

Diseño: Planeta Chile

1ª edición: julio de 2025

ISBN: 978-956-408-797-9
RPI: 2025-A-4517

Impreso en:

ALEJANDRA PÉREZ B.

EL ÉXITO DE SER TÚ

CONFÍA EN TU PODER PARA
CREAR CON PROPÓSITO LA VIDA
QUE SUEÑAS

 Planeta

“Maravilloso. Escrito de corazón a corazón. Sincero, revelador, transformador y movilizador”

RUT NIEVES, autora de la serie *Cree en ti*.

“Alejandra nos invita a cultivar la mentalidad que exige esta nueva era: reconectar con nuestra creatividad, abrazar el espíritu del principiante, construir desde lo real y generar un impacto profundo. Una lectura imprescindible para volver a ti y crear desde ahí.”

ALEJANDRA MUSTAKIS, emprendedora y empresaria,
autora de *Yo Creo*.

“Tu autenticidad es tu gran superpoder. *El Éxito de Ser Tú* es una guía poderosa para quienes quieren emprender, crear, liderar o reinventarse sin postergarse. Alejandra es una autora visionaria que entiende que el verdadero éxito no se mide en cifras, sino en coherencia, propósito y poder interior.”

CAROLINA PAVEZ, fundadora Mkapas y directora de
alta dirección FEN U. Chile.

“Este libro no endulza el camino: lo desnuda. La Ale rompe con los moldes del éxito tradicional y nos empuja a liderar desde lo real, lo imperfecto y lo poderoso que ya somos. Es una revolución silenciosa escrita con alma. Si estás lista para dejar de agradar a todos y empezar a impactar, necesitas léerlo.”

CATALINA DROGUETT, autora de *Ecología Personal*.

“Creo profundamente que nuestros mayores desafíos no están en el mundo exterior, sino en los miedos que nos habitan. Este libro es una invitación valiente a mirar hacia adentro. Alejandra, con su visión y cercanía, nos invita a atravesar esos miedos para reconectar con lo esencial: nuestra verdad. *El Éxito de Ser Tú* no es solo un libro. Es un llamado a liderar desde la autenticidad, a vivir con propósito y a recordarnos que el verdadero éxito comienza cuando nos atrevemos a ser nosotras mismas.”

GABRIELA SALVADOR, directora de empresas.

“Este libro es una invitación a ser tú, con todo lo que eres. Alejandra nos invita a mirar nuestras heridas con compasión, ver el vaso medio lleno y convertir lo que duele en luz. Porque cuando nos hacemos cargo, empezamos a brillar con todo nuestro esplendor.”

ANNE TRAUB, directora Fundación Familias Power.

“Leer *El Éxito de Ser Tú* ha sido recordar nuestras largas conversaciones, en las que la Ale me ha ayudado directamente a vivir desde mi propia autenticidad. Me consta que cada línea del libro nace desde un profundo y extenso viaje personal. Ella propone algo profundo: estamos en una nueva era —la era de la autenticidad— que comienza con una conexión sincera con nuestro ser interior”.

DANIELA MOREL, autora de *Meditar en medio del caos*.

“*El Éxito de Ser Tú* es una invitación a conectar con nuestra esencia, a soltar expectativas externas y abrazar nuestra autenticidad con amor, amabilidad hacia nosotros mismos y valentía. La Ale Pérez nos regala una guía para descubrir el inmenso potencial que ya vive en nosotros, recordándonos que no se trata de ser perfectos, sino de ser fieles a quienes realmente somos. Un libro que estoy segura te hará preguntarte y al mismo tiempo encontrar las respuestas para cumplir esos sueños que ya residen en ti y quieres conquistar.”

JOSE LACÁMARA, psicóloga clínica y autora de *Soy suficiente*.

“En una era donde el éxito profesional parece ser el único destino, Alejandra reivindica la importancia de la maternidad y la femineidad demostrando que sí es posible la convivencia de estos tres mundos. Nuestra voz interior, intuición y bienestar nos permiten escuchar a nuestra ‘mejor consejera’ y liberarnos de expectativas impuestas por nuestra sociedad. Atrevernó a ser nosotras mismas y vivir plenamente nuestro rol como mujeres multidimensionales, nos conduce a ser nuestra mejor versión. Este libro es un bálsamo para el alma femenina.”

DENISSE GOLDFARD, autora de *Con100te de mi futuro*.

Dedico este libro a todas las personas que con su autenticidad, propósito y valentía están impactando e influyendo positivamente en otros.

Que estas páginas te ayuden a reconocer el inmenso potencial que vive en ti, a descubrir tu propia voz y a confiar en tu poder para construir un mundo mejor, más auténtico, consciente y humano.

Gracias por atreverte a ser tú.
Gracias por compartir tu luz.

ÍNDICE



INTRODUCCIÓN

El inicio de un viaje hacia ti misma	15
I. Llamado a la autenticidad	44
II. Rechazo de la voz interior	52
III. El encuentro con la sombra y el caos	68
IV. La conexión con el poder creativo	98
V. La desconexión del mundo externo	112
VI. La alianza con lo femenino	130
VII. La integración de la vulnerabilidad	140
VIII. El despertar con propósito	152
IX. La alianza con lo masculino interno	164
X. El retorno como líder auténtica	186
XI. Dejar un legado de impacto	198

CONCLUSIÓN

El arte de liderar desde la autenticidad	215
AGRADECIMIENTOS	235
BIBLIOGRAFÍA	237

INTRODUCCIÓN

El inicio de un viaje hacia ti misma

*No nacimos para ser perfectas.
Nacimos para ser libres.*

Siempre he sentido una inquietud profunda: ¿Cómo se construye una vida auténtica, en la que podamos creer en nosotras mismas y conectar con nuestro verdadero poder? No una vida diseñada para dar en el gusto a los demás, sino una que nos permita ser quienes realmente somos, libres de expectativas y presiones externas, del famoso “deber ser”.

Esa pregunta me ha acompañado durante años y diría que la maternidad vino a ser la guinda de la torta: todo el mundo tiene una opinión al respecto, todos con sus teorías, muchas contradictorias. Ahí empecé a darme cuenta de las múltiples presiones que tenemos por el simple hecho de ser mujeres, desde cómo nos vemos, cómo se ve nuestro cuerpo, cómo son nuestras relaciones, cómo maternamos y nos desarrollamos profesionalmente. Si somos ambiciosas profesionalmente: “estamos dejando botada la familia”; si elegimos dedicar más tiempo a la familia: “somos poco ambiciosas” o “poco comprometidas”; si subimos mucho de peso: “nos estamos dejando estar” y, de a poco, nos encasillan en un estereotipo del que es imposible salir airosa, porque las expectativas respecto a las mujeres se han modificado de una generación a otra, y con eso los consejos que recibimos sobre cómo deberíamos vivir.

El viaje *hacia adentro* es el más valiente que podemos emprender. Dentro de mi propia búsqueda de llegar a la “verdad”, he entendido que no existe una fórmula mágica o la verdad absoluta, sino que cada una tiene que conectar con su propia brújula y encontrar su propia fórmula. Las respuestas a mis preguntas tomaron forma a través de conversaciones con líderes y expertos en distintas

temáticas de autoconocimiento, empoderamiento y bienestar. Sin embargo, más que las enseñanzas externas, consejos o teorías, que siempre se valoran y agradecen, fue mi propia experiencia la que me mostró las verdades más importantes. El conectar con mi cuerpo, ser consciente de la información que me iba dando y darme cuenta de cómo me sentía cuando tomaba ciertas decisiones. Nuestro cuerpo no miente. Y muchas veces lo infravaloramos. ¿Te has dado cuenta de cómo te sientes cuando dices que sí, cuando en realidad quieres decir que no? ¿O el desgaste que sientes cuando estás tratando de demostrar algo a alguien, y no trabajando por ti y tus propios intereses? Así de sabio es nuestro cuerpo. Cuando éramos niños le hacíamos más caso, de grandes hemos ido atrofiando esa conexión, hasta el punto de muchas veces no ser capaces de identificar qué es lo que realmente necesitamos o queremos.

Como madre de tres niños y emprendedora, he caminado por difíciles momentos intentando conciliar la vida familiar con la profesional. He enfrentado las expectativas impuestas por la sociedad y los “debería” que cargamos sin darnos cuenta: ser mamás perfectas, fuertes, incansables. Y he atravesado momentos de profunda vulnerabilidad, como la búsqueda de diagnóstico y operación de mi hijo, que me enseñaron que el verdadero poder no reside solo en la fuerza, sino en la capacidad de abrazar nuestra fragilidad con todas sus luces y sombras, y buscar apoyo en las personas correctas.

He aprendido que el empoderamiento para nosotras, las mujeres, es un camino que implica reconciliar nuestra energía femenina —cuidar, nutrir, sostener— con nuestra energía masculina —crear, liderar, decidir—. Un equilibrio que desafía las creencias limitantes que nos han acompañado por generaciones y que, muchas veces, ni siquiera sabemos que cargamos.

Este recorrido personal me llevó hace dos años a crear el *podcast* *Confía en tu poder*, un espacio en el que he tenido la oportunidad de entrevistar a referentes y expertos nacionales e internacionales en autoconocimiento, empoderamiento y bienestar. En cada conversación he descubierto que necesitamos visibilizar temas que suelen quedar ocultos: el desafío de ser auténticas, de romper

con las expectativas, de reconciliarnos con nuestra vulnerabilidad y abrazar nuestro poder para crear una vida que nos encante. Entendí que el verdadero liderazgo tiene que ver con la valentía y que el coraje es una actitud que podemos desarrollar. Muchas veces nos quedamos limitadas en espacios que se sienten “seguros” por miedo a exponernos o a mostrar nuestras cicatrices y atrevernos a ser nosotras mismas, con todo lo que eso implica.

¿Qué harías hoy si fueras cien veces más valiente?

Lo que buscas, ya vive en ti.

Este libro es una invitación a que te conviertas en la creadora de tu propia vida, a que te atrevas a soltar lo que ya no te sirve y encuentres tu voz auténtica. No es un camino lineal ni sencillo, pero es el único que puede llevarnos a una vida verdaderamente plena. En estas páginas comparto no solo lo que he aprendido en mi viaje, sino también el poder transformador de la vulnerabilidad, la autenticidad y el coraje para ser quienes realmente somos. Cuando te atreves a ser tú misma, te abres a un mundo de infinitas posibilidades

El éxito de ser tú. Este es un llamado a cuestionar las expectativas, liberar las creencias que nos limitan y atrevernos a crear una vida auténtica, desde nuestra voz más verdadera. Todo lo que necesitas para brillar ya está dentro de ti. Y este libro es una invitación a descubrirlo. Estoy aquí para caminar contigo en este viaje de autodescubrimiento y transformación. ¿Cómo nos alineamos con nuestra auténtica identidad para ser capaces de sostener y expandir nuestra potencialidad? Esto que suena tan fácil implica a veces alejarnos de personas, desprendernos de creencias o etiquetas muy arraigadas. Construir una vida auténtica es de valientes, ya que implica salir de nuestra zona de confort y jugárnosla por nosotras, por construir una vida alineada a lo que creemos y valoramos.

Muchas hemos experimentado una pérdida de contacto con los poderes misteriosos de ser mujer, en nuestros esfuerzos por encajar en un modelo lineal, tratando de triunfar en un mundo de hombres. En una constante búsqueda del “éxito” y del hacer que surge de la premisa de que hay ciertos atributos que son premiados

por la sociedad y, admitámoslo, al final del día todas queremos ser valoradas y amadas. Esa es la máxima. Muchas veces dedicamos tiempo, energía y esfuerzos a perseguir estos objetivos externos, que pueden ser equivocados o no, y que en gran parte están motivados porque buscamos ser reconocidas y queridas por quienes somos.

Recuerdo que cuando entré a trabajar al mundo corporativo yo tenía muchas expectativas, me imaginaba en una oficina linda con un gran equipo. Cuando entré a una empresa grande al área comercial, miraba marketing con mucha ilusión y pasó a ser mi meta. No pude cambiarme internamente y empecé a buscar nuevas oportunidades, así llegué a un gran banco, donde empecé en el área digital trabajando en la app, con el sueño de algún día llegar a marketing, que era lo que tanto deseaba. Puse todo mi esfuerzo, pasé por distintos roles, trabajé con equipos increíbles, postergué la maternidad, llegué a sentir en algún momento que vivía para trabajar. Era de las primeras en llegar y de las últimas en irse, hubo momentos en que sentía orgullo al irme cuando estaba oscuro, lo veía como un símbolo de compromiso y responsabilidad. Hasta que años después llegó mi oportunidad en marketing, ¡no lo podía creer! Soñaba despierta. Comencé con entusiasmo hasta que llegó un momento en que sentí un gran vacío, sentí que estaba dedicando mi vida al trabajo para llegar a una “cima”, pero al parecer me había equivocado de montaña. Llegué a sentir que era una malagradecida con la vida porque tenía aquello con lo que había soñado y ahí me puse a pensar: a qué costo. Estaba totalmente desconectada de mí, de lo que me gustaba, de lo que disfrutaba, me costaba levantarme, ya no veía a mis amigas, no me cuestionaba sobre mis reales prioridades. Sentí impotencia por haber postergado tanto la maternidad a la espera de que me ascendieran y después “validarme” en el nuevo cargo. Ahí vino mi cuestionamiento: ¿Por qué quería que me ascendieran? Porque era el paso siguiente y socialmente reconocido cuando vas avanzando en el mundo corporativo. ¿Realmente quería tener un gran equipo a cargo con las responsabilidades que eso conlleva? Nunca me lo había preguntado... “Era el siguiente paso” en lo profesional, tal como cuando uno está saliendo con alguien y te preguntan “cuándo

vas a pololear”, y si estás pololeando te preguntan “cuándo te vas a casar o ir a vivir juntos”, y cuando ya estás en pareja y viviendo juntos, “cuando llegarán los hijos”, como si hubiese un *checklist* implícito de lo que “todo el mundo quiere” y tenemos que seguir.

Cuando la realidad es que a nadie le importa.

Todos queremos ser felices y sentirnos valorados, y somos felices al nivel más profundo si nos sentimos vistos, escuchados e importantes para otros. Cuando sentimos que conectamos y nos vinculamos de forma genuina o auténtica con otros. Como dice Brené Brown, solo podemos ser verdaderamente amados y sentirnos “pertenecientes a” cuando ofrecemos nuestro verdadero yo.

Hoy, la palabra “autenticidad” se menciona en diversos contextos, pero no es solo un concepto abstracto; es una experiencia profundamente personal que surge del alineamiento con nuestra verdadera esencia. Ser auténtico significa vivir de acuerdo con quien eres realmente, no con quien crees que deberías ser ni con la imagen que los demás esperan de ti. Tampoco con lo que es considerado exitoso o socialmente valorado. Para tomar decisiones muchas veces pedimos opinión a otras personas en vez de seguir nuestro instinto. Desde qué estudiar, en qué trabajar, con quién salir, si mantenernos en una relación y, muchas veces, siguiendo consejos de los expertos de redes sociales o el gurú de turno.

La autenticidad se fundamenta en un autoconocimiento profundo, en la aceptación de uno mismo y en tener la valentía de actuar según esa verdad interior. Mucho se habla del propósito como una búsqueda con una meta. Sin embargo, como dice Martha Beck, el propósito no se encuentra en lo que haces, sino en cómo eres. El propósito de la vida no está necesariamente ligado a las ocupaciones, logros o actividades externas, sino a cómo nos relacionamos con nosotros mismos y con el mundo. Es una invitación a enfocar la vida no solo desde la acción o el logro, sino también desde el ser y la conexión interna.

En su obra *Ética a Nicómaco*, Aristóteles sostiene que el propósito último de la vida humana es la eudaimonía, que a menudo se traduce como felicidad o florecimiento, alcanzada a través de

la virtud y la razón. Que todos tenemos el mismo propósito de vida, que es ser felices.

¿Y cuándo nos sentimos felices? Cuando sentimos que estamos floreciendo, cuando vivimos alineados con nuestra verdad, cuando escuchamos nuestra voz interior y permitimos que nos guíe. Florecemos cuando abrazamos nuestra autenticidad, superamos los miedos y nos damos permiso para crecer, incluso en medio de la adversidad. La felicidad no se encuentra en las cosas externas, sino en el proceso de convertirnos en lo que estamos destinados a ser. Es un acto de amor propio, de confiar en el poder que llevamos dentro y de vivir con propósito y gratitud cada día.

Vivir de manera auténtica, alineados con quienes realmente somos, es la clave para experimentar la verdadera felicidad. Y algo que suena tan fácil, al final es la gran conquista de nuestra vida, ya que en un mundo que intenta moldearnos desde que somos niños, el ser uno mismo es un acto de rebeldía y gran valentía. Casi revolucionario.

Descubrir tu propia voz es parte de un camino de mucha experimentación, prueba y error. Si hiciéramos una analogía con la naturaleza, no es que un día te despiertes convertido en mariposa, el crecimiento es un proceso. Y espero que este libro sea tu mejor compañía para volver hacia ti y expandirte hacia donde tu alma te llame.

La autenticidad comienza con una conexión sincera con tu ser interior. Esto significa descubrir lo que te apasiona, valores y deseos. Para ella, este proceso es más que una reflexión superficial; es un viaje introspectivo que requiere tiempo, autoobservación y, a menudo, la disposición a enfrentar y superar creencias limitantes, es decir, cómo has sido moldeado por la sociedad y tu familia desde tu infancia. También implica atreverse a tomar acción, aunque las cosas no resulten como creíamos, ya que cada cosa que intentamos y hacemos también es retroalimentación y nos da información de nosotros mismos. Lo inauténtico es incapaz de sobrevivir en el tiempo.

Y requiere mucha mucha valentía, ya que ser auténtico también requiere aceptar todas las partes de ti mismo, incluso aquellas que