

**NUEVO TALLER**  
"Perfecta y  
Paralizada"



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

**No estás bloqueada.**

Estás sostenida...  
en una posición que te deja  
quieta.



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

**No es falta de herramientas.  
No es falta de tiempo.  
No es falta de capacidad.**

Es algo más incómodo:  
hay una parte tuya que necesita que  
esto no avance.

Y mientras no lees eso...  
vas a seguir perfeccionando ideas que  
nunca ven la luz.

## **INTERVENCIÓN**

¿Qué es eso que decís que  
querés... pero llevás meses  
(o años) sin empezar?



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván



## LA TRAMPA DE LA PERFECCIÓN

“La perfección no es  
exigencia.  
Es defensa.”

## La perfección promete algo:

“Si lo hago perfecto, no me van a criticar.  
No me van a rechazar.”

Pero en realidad hace otra cosa:  
te deja ensayando eternamente.

Porque lo perfecto... nunca llega.

Entonces aparece la trampa:

- \* Ajustás
- \* Mejorás
- \* Esperás el momento ideal

Y así... no te exponés nunca.

### INTERVENCIÓN

¿Qué estás “mejorando” hace  
demasiado tiempo... para no  
mostrarlo?



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

LA PARÁLISIS  
(EL BENEFICIO OCULTO)

“No hacer... también es una  
decisión.”



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Quedarte donde estás tiene beneficios:

- \* No te exponés
- \* No fallás
- \* No te ven
- \* No te juzgan

Pero también:

- \* No ganás
- \* No creces
- \* No te volvés quien podrías ser

Entonces la pregunta no es:  
“¿Por qué no hago?”



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

La pregunta es:

¿QUÉ EVITO SI HAGO?

INTERVENCIÓN

Si hoy avanzaras... ¿qué sería lo  
más incómodo que podría pasar?



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## EL MANDATO INTERNO

Todavía no estás lista...  
es la frase que te mantiene esperando.



## Esa voz no apareció sola.

Viene de:

- \* exigencias
- \* miradas
- \* ideales imposibles

Y arma identidad:

**“Soy la que podría... pero todavía no.”**

Eso te deja en un lugar muy cómodo:  
promesa eterna... sin riesgo real.

### INTERVENCIÓN

¿Quién te enseñó que tenías que estar lista  
antes de empezar?



## EL VERDADERO MIEDO “No te da miedo fallar. Te da miedo ser vista.”

Porque cuando te mostrás:

- \* ya no podés controlar la mirada del otro
- \* ya no sos solo potencial
- \* pasás a ser real

Y lo real...  
puede ser amado, rechazado, criticado... o  
deseado

(Y eso también asusta)

### INTERVENCIÓN

¿Qué creés que pasaría si hoy te  
vieran de verdad?



## DEL IDEAL AL DESEO

“El ideal exige.  
El deseo empuja.”

El ideal dice:

“Deberías ser mejor antes de empezar”

El deseo dice:

“Empezá... aunque no estés lista”

El cambio no es motivacional.

Es estructural.

Pasar de:

“cuando esté lista”

a

“empiezo así”

## INTERVENCIÓN

Definí una acción imperfecta que  
podrías hacer hoy.

(No mañana. Hoy.)



## DINERO Y PODER

**“No avanzar también te protege de ganar.”**

Porque avanzar implica:

- \* cobrar
- \* exponerte
- \* ocupar lugar
- \* sostener lo que venga

Y muchas veces...  
eso pesa más que quedarse en la que “podría”.

Entonces aparece esta posición:  
potencial infinito... sin resultados reales.

## INTERVENCIÓN

¿Qué pasaría si empezaras a ganar con eso que hoy solo imaginás?



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

“No se trata de que hagas más.  
Se trata de que ya no puedas seguir no  
haciendo.”

**Si algo de esto te incomodó...  
no es un problema.**

**Es una señal.**

**Hay algo tuyo queriendo salir.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

“No se trata de que hagas más.  
Se trata de que ya no puedas seguir no haciendo.”

Si algo de esto te incomodó...  
no es un problema.

Es una señal.

Hay algo tuyo queriendo salir.



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## ANEXO

Las habilidades de una mujer que se autoriza al deseo, al dinero y al poder

No nacen sabiendo.  
No son especiales.  
No tienen “más suerte”.

Pero hay algo que hacen distinto:

dejan de negociar con su propia potencia.

Y eso... se entrena.



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Sostiene el deseo (aunque incomode)

No espera estar segura.  
No espera que todo encaje.

Va... incluso con miedo.

Porque entendió algo clave:

**el deseo no se aclara antes  
de actuar... se aclara mientras camina.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Decide incluso sin garantías

No necesita certezas absolutas.  
No espera validación externa constante.

Elige... y se hace responsable de lo que elige.

**Sale de la lógica de “¿y si sale mal?”**  
**Entra en la lógica de “¿qué hago con lo que salga?”**



MEMBRÉSIA  
Una Dosis  
de Diván

## Tiene una relación adulta con el dinero

No romantiza la escasez.  
No se esconde detrás del “no es por la plata”.

Cobra.  
Valora.  
Sostiene.

**Entiende que el dinero no la hace superficial...  
la confronta con su valor.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Ejecuta más de lo que piensa

No vive en cursos eternos.  
No se queda en el “todavía me falta aprender”.

Hace.  
Se equivoca.  
Corrige.

**Cambia perfección por movimiento.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Ejecuta más de lo que piensa

No vive en cursos eternos.  
No se queda en el “todavía me falta aprender”.

Hace.  
Se equivoca.  
Corrige.

**Cambia perfección por movimiento.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Tolera la incomodidad de verse

Se expone.  
Se muestra.  
Se escucha.

Y no siempre le gusta lo que ve...  
pero no se esconde.

**Entiende que la visibilidad no es  
ego...  
es responsabilidad con su  
deseo.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Se hace cargo de su lugar (deja de victimizarse)

No culpa al contexto.  
No culpa al pasado.  
No culpa al otro.

Puede reconocer lo que le pasó...  
pero no usa eso como excusa para no avanzar.

**Sale del “no puedo”  
Entra en el “no quiero... y me hago cargo”**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Se hace cargo de su lugar (deja de victimizarse)

No culpa al contexto.  
No culpa al pasado.  
No culpa al otro.

Puede reconocer lo que le pasó...  
pero no usa eso como excusa para no  
avanzar.

**Sale del “no puedo”  
Entra en el “no quiero... y me hago  
cargo”**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Pone límites sin culpa

No negocia su energía todo el tiempo.  
No dice que sí para ser querida.

Puede incomodar...  
y sostener esa incomodidad.

Entiende que agradar todo el tiempo...  
la aleja de sí misma.



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Se vuelve estratégica (no solo emocional)

No se mueve solo por impulso.

Aprende a pensar:

- \* qué quiere
- \* para quién
- \* cómo lo va a hacer
- \* cómo lo va a vender

**Deja de esperar que “las cosas fluyan”.  
y empieza a construir dirección.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## autoriza antes de que el mundo la autorice

No espera que alguien le diga:

“ya estás lista”

Se lo dice ella.

**Y ese momento... cambia todo.**



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

## Se compromete con su crecimiento (aunque le duela)

No espera que alguien le diga:

“ya estás lista”

Se lo dice ella.  
No abandona cuando se le mueve algo interno.  
No huye cuando aparece la angustia.

La usa.

Porque entendió que la incomodidad no es  
señal de error...  
es señal de transformación.



MEMBRESÍA  
Una Dosis  
de Diván

Una mujer poderosa no es la que no duda.  
Es la que no se detiene por su duda.

No es la que no siente miedo.  
Es la que no negocia su vida con ese miedo.

Y sobre todo...

no es la que lo tiene todo resuelto,  
sino la que decide dejar de postergarse.

