



LIDERA TU VIDA

Un programa diseñado exclusivamente para mujeres conscientes que ya tienen un gran recorrido espiritual y de desarrollo personal y autoconocimiento pero que aún no hay podido avanzar hacia esa nueva identidad, esa nueva forma de ser que ya está teñida por las memorias del pasado sino que toma decisiones conscientes hacia su futuro.

1 INTRODUCCIÓN

¿Te sentís estancada a pesar de todo el trabajo interior que hiciste?

- Si estás leyendo este documento es porque hace mucho que venís invirtiendo tiempo y energía en tu crecimiento personal pero **aún sentís que aún algo te frena o algo te falta.**
- **Si estás aquí es porque seguramente ya tenés identificado aquello que hoy no te permite estar bien con vos,** sentirte plena, disfrutar, tomar nuevas decisiones desde una autoestima sana y fuerte, pero no sabés bien qué hacer con eso. Te sentís estancada y sin saber hacia donde avanzar.
- Y si hoy estás aquí también es porque **sabés que hay una versión de vos que ya está lista para expresarse** pero que por algún motivo no estás sabiendo como diseñarla y encarnarla.

Hoy, muchas mujeres, como vos, que sienten estancamiento, sensación de vacío (de que siempre falta algo o que no saben por dónde comenzar) creen que esto se debe a falta de más sanación o de más conocimiento o entendimiento.

Pero quiero decirte que no, que esa no es la razón por la cual no están a gusto con ellas mismas.

Y te quiero plantear esta pregunta: ¿Y si el problema no es que te falta sanar... sino que nunca aprendiste cómo avanzar?

Seguramente ya hiciste de todo para estar mejor...

- Fuiste a terapia
- Hiciste constelaciones
- Leíste libros, hiciste cursos, sesiones...
- Sanaste heridas profundas

Y sin embargo, en lo cotidiano...

- 👉 Seguís reaccionando como antes.
- 👉 Seguís postergándote.
- 👉 Seguís sin vivir como la mujer que sabés que podrías ser.

Hay algo en vos sigue reaccionando igual.

Seguís sintiéndote atrapada, frustrada, sin poder avanzar.

¿Cuál es el problema entonces?

- Es que pasaste mucho tiempo enfocada en sanar el pasado y no en ir construyendo tu identidad futura.
- No le dedicaste tiempo y recursos a llenar el espacio sanado con tu nueva versión de mujer sana, adulta y lista para encarnar su nueva identidad.
- **No la diseñaste, no la practicaste y no aprendiste a sentirte segura en ella.**

Por eso he creado el entrenamiento **“LIDERA TU VIDA”**

2. PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA

💡 **LIDERA TU VIDA** es el programa para mujeres conscientes que ya hicieron el camino interior pero ahora quieren diseñar y encarnar su nueva identidad. Con dirección, con acompañamiento, con un método probado y con prácticas integradas mente-cuerpo-emoción.

Para mujeres que ya no quieren perder más tiempo ni dinero en cursos cortos y económicos sin seguimiento y que están listas para dar el GRAN PASO hacia su nueva identidad.

- Este programa no es para quién recién empieza.
- Es para quién ya está lista para moverse en serio.

3. ¿QUE TE ESTÁ FRENANDO HOY?

Como te contaba más arriba, ya te habrás dado cuenta de que es evidente que más teoría, más métodos superficiales, cursos cortos, entendimiento y sanación no te van a llevar hacia el futuro.

¿Sabés por qué? Porque estas herramientas o metodología solo te conectan con tu parte herida, tóxica, negativa y te guían para que aprendas a entender y “no repetir el pasado” (y muchas veces ni siquiera lograrás eso)

Te cuento:

- Por mucho conocimiento que adquieras, **el conocimiento por sí solo no cambia tu vida** si no aprendés a actuar diferente.
- **Tu cerebro busca seguridad pero no busca transformación.** Por eso, aunque entiendas, sepas y sanes, si no instalás un nuevo sistema de programación diseñado específicamente para ser y actuar como la mujer que SI querés ser, el programa “antiguo de mujer herida” vuelve y se instala. Es por eso que repetís lo que te resulta familiar, aunque te duela y aunque lo tengas re sanado y re identificado.
- **Seguir “sanando” lo mismo una y otra vez te hace girar en círculo.** Por eso lo que necesitás ahora es elegir una nueva identidad y empezar a practicarla

No es lo mismo vivir atenta a que no se repita el pasado y castigarte por no poder actuar diferente **a vivir atenta al presente y elegir de manera consciente** como vivir para poder crear un futuro mejor.

Pensar que hay que vivir “sanando” te ata al pasado y te lleva a rechazar tu presente.

En cambio podés empezar a vivir “presente” como una oportunidad para diseñar tu nueva identidad en base a cómo vos SI querés ser y comenzar a tomar decisiones que te acerquen tu YO futuro y no a tu YO del pasado.

Lo digo porque sé muy bien qué es lo que pasa cuando una mujer se hace cargo de sí misma y **deja de esperar a** que algo **cambie afuera** o que **“sanen todas sus heridas”** para tomar el poder y empezar a liderar su vida.

Te cuento, el 24 de mayo compartí una breve práctica de mi método para un grupo reducido de mujeres donde pusieron manos a ese diseño de nueva identidad, la visualizaron, la sintieron, la practicaron y la vieron como posibilidad.

Mirá, todo esto y más pasó durante esa clase, en tan solo 1 hora de práctica:

Si costaba: como baja autoestima o amor propio
09:31

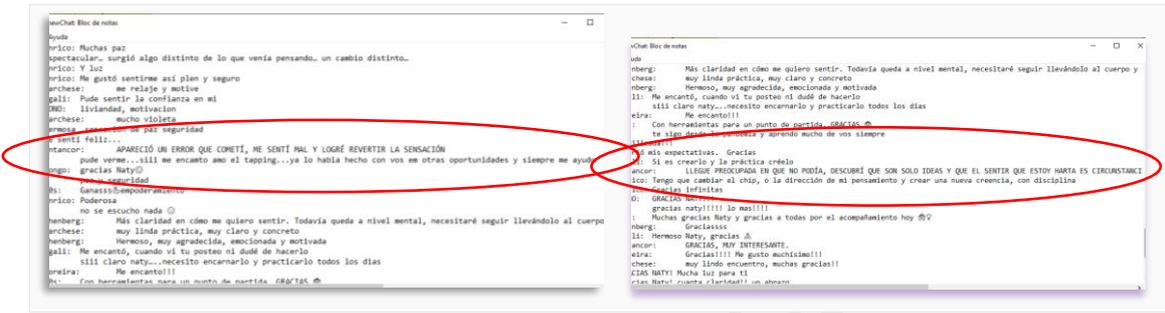
Yo trabaje sobre empezar con entusiasmo un proyecto de negocio e ir desinflandome..en ese entusiasmo. Las cosas que siento sobre mi y me digo son fuertes! Despues pretendo que mi pareja no me diga cosas que hieren.
09:34

Mil gracias 🙏 a vos. Has reafirmado la aseveración que hace un tiempo se planteó en mi pensamiento " hasta cuándo sigo sanando". Dicho esto, organizo mi economía porque estoy considerando la oportunidad ofrecida en el webinar.
Cariños 💕

Hola Naty, repetí la práctica y saltó flor de resistencia!!!

si logro acomodarme te escribo para ser parte de la propuesta!!

Hola Si!!!! Cómo estás? Ufff que trabajo impresionante que hiciste con la masterclas! Que bueno!! Daleee me encantan! Besote



4. LA SOLUCIÓN: LIDERA TU VIDA

LIDERA TU VIDA es un programa intensivo de 8 semanas para mujeres conscientes que quieren dejar de vivir en automático dominadas por su vieja versión y empezar a diseñar una vida alineada con su nueva identidad.

Es un entrenamiento vivo, diseñado para mujeres como vos: conscientes, valientes, que ya hicieron un camino de sanación...y que ahora sienten que **lo que falta no es más sanación sino dirección. Presencia. Acción real.**

La duración es de 8 semanas ya que nos basamos en **investigaciones científicas que demuestran que, en 8 semanas, y con trabajo diario, el ser humano tiene la capacidad de cambiar.**

Por eso este programa es **el puente entre la mujer que fuiste** —la que luchó, sanó, resistió, se buscó— **y la mujer que hoy elige dejar de justificarse y empezar a crearse.**

Ya no más pensar en “no repetir el pasado”

Ahora es tiempo de **crear un presente poderoso y con sentido** para tomar decisiones desde una versión de vos llena de posibilidades y no desde el trauma, la herida o la supervivencia emocional.

- Esto te permitirá actuar desde la conciencia, no desde la reacción.
- En este proceso pasarás de "entender" lo que te sucede para pasar a la acción consciente y enfocada.

Si estás lista para esto, entonces este espacio es para vos.
Y yo estoy lista para acompañarte.

5 ¿Sabés que pasa cuando **NO** tomás la decisión correcta para vos?

- Volvés a buscar otro curso más.
- Te sentís culpable por no aplicar lo que sabés.
- Repetís patrones, aunque los reconozcas.
- Sentís que no avanzás aunque lo intentás.

👉 Porque sin una nueva identidad instalada, vas a seguir eligiendo como tu vieja versión.

6 ¿Qué debés saber de este proceso?

💡 Este programa es para vos:

- **Si estás dispuesta a ponerlo todo para cambiar de verdad**, si estás decidida, si sentís que tu cuerpo te dice "sí, este es el momento".
- **Si estás lista para empezar a tomar decisiones YA.** Para finalmente dejar ir la versión de vos "herida" "traumada" "negativa" "tóxica" "víctima"

✅ Seré un proceso en el que:

- Sostengas una **práctica simple** que te lleve a vivir de una manera diferente.
- **Rompas con el automatismo** que te lleva a postergar tu bienestar.
- **Aprendas a ser testigo de vos**, con amor y sin juicio, incluso cuando "te olvidás" de todo lo aprendido.
- **Te reconectes con tu cuerpo**, no como una tarea más, sino como un refugio.
- **Entiendas y pongas en práctica** la experiencia de pensar en el futuro y sentirte segura y a salvo en él.
- **Puedas rediseñar tu identidad**, más allá de haber sanado tus heridas, y potenciar todo lo que ya sabés, aprendiste y sanaste.
- **Un espacio con alto nivel de soporte** personalizado y un viaje en grupo donde te puedas sentir cómoda e identificada con las experiencias y procesos

de otras mujeres que están en la misma situación que vos y con las mismas ganas de avanzar.

- Este programa es práctica guiada **con un método probado y seguimiento constante**

Aprenderás y pondrás en práctica el MÉTODO SOUL (exclusivo del programa)

Una metodología de transformación integradora que une:

 Coaching + Psicología Positiva + Visualización + Respiración Consciente + Tapping + Mindfulness + Yoga Nidra + Ho'oponopono

S – Sentir para soltar y sostener

O – Ordenar y elegir tus pensamientos y percepciones

U – Unificar mente, emoción y acción hacia tu objetivo/deseo.

L – Liderar tu vida con sentido, consciencia y determinación.

7. ¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

- ✓ **8 MÓDULOS:** 16 clases en vivo por Zoom (2 por semana)
- ✓ **Acceso inmediato a la plataforma** con grabaciones y prácticas
- ✓ **Grupo** de WhatsApp activo
- ✓ **Acompañamiento** directo con Naty
- ✓ **Audios de prácticas** somáticas e de reprogramación: meditación Yoga Nidra, ejercicio de toma de consciencia y transformación a través del coaching, neurociencias y psicología positiva aplicadas, respiraciones, hipno-reprogración, tapping y visualizaciones
- ✓ **Grupo reducido** de 15 mujeres máximo
- ✓ **BONUS 1:** 30 días extra de acompañamiento e integración para que al finalizar no te sientas sola.
- ✓ **BONUS 2:** te regalo el curso online "BreathWorkFit". Valorado en usd 97. Un curso donde aprenderás a utilizar la respiración consciente para hacer que tu versión futura pueda anclarse en el presente sin resistencia.
- ✓ **BONUS 3: 60 días más de acceso a la plataforma** para que repases las clases y las prácticas ya con una consciencia elevada y madura de tu nueva identidad.

IMPORTANTE: Al final de este documento podrás encontrar el detalle de los 3 BONUS y para qué te servirá cada uno.

8. QUÉ VAS A LOGRAR

- Vas a dejar de reaccionar desde tu versión antigua.
- Vas a elegir qué tipo de mujer querés ser, y vas a practicarlo cada día.
- Vas a entrenar tu mente, tus emociones y tu cuerpo para sostener una nueva identidad.
- Vas a aprender a tomar decisiones desde el presente y crear tu futuro con intención.

TEMAS INCLUIDOS EN EL PROGRAMA



◆ Módulo 1

¿Dónde estás hoy? ¿Hacia dónde querés ir concretamente?

Identificás tu punto de partida real y diseñás la nueva dirección:

Hoy: Tu vieja forma de ser te domina. Consciencia de una mentalidad dominada por el pasado.

En este módulo: Vas a entender tu vieja versión, tomar consciencia de dónde estas hoy y delinear el camino hacia tu nueva identidad tal y como la deseás.

Resultado: Tenés un mapa claro de dónde estás parada y por qué. Y vas a tener claro hacia donde querés ir y cómo.



◆ Módulo 2

Reprogramación mental y flexibilidad psicológica

Intervení y Desprogramá tu mente. Detectás y desactivás pensamientos automáticos, aprendés a elegir tu respuesta y foco.

Hoy: Tus pensamientos te llevan a sentirte insegura, insuficiente, estancada o atrapada en tu vieja forma de ser, de interpretar y de vivir.

Este módulo: Vas a hacerte totalmente consciente de cada aspecto de tu automático en cada situación y comenzar a ser psicológicamente flexible y biológicamente segura en tus cambios.

Resultado: Método para hackear tu mente presente y comenzar a intervenir ANTES DE ACTUAR/REACCIONAR.



◆ Módulo 3

Las emociones como energía de transformación

Entiende, Redirige y Utiliza tu poder emocional

Hoy: Te enredás en el enojo, la culpa o la frustración y no sabés usar la energía de las emociones negativas a tu favor

Este módulo: Vas a transformar esas emociones en mensajes e impulsos conscientes para cambiar tu experiencia.

Resultado: Ganás poder emocional, activás tu poder personal y flexibilidad y dejás de pelearte con lo que sentís.



◆ Módulo 4

Rediseño de identidad: fortalezas y nuevos valores

Hoy: Tenés una idea de cómo te gustaría ser, pero no sabés cómo lograrlo. Eso te está drenando y frustra mucho.

Este módulo: Vas a entender y "desarmar" viejos valores y definir con claridad cómo pensar, sentir y actuar en tu nueva versión con tus nuevos valores y cableado mental/biológico.

Resultado: Tenés una hoja de ruta clara de tu identidad elegida..

Diseñá tu nueva identidad potenciando tus fortalezas, virtudes y experiencia:



◆ Módulo 5

Diseñar tu bienestar con sentido, alegría y felicidad

Una vida con sentido, bienestar y felicidad sostenido

Hoy: Sentís que hacés avances, pero cada vez que algo te mueve, volvés al mismo lugar. Te cuesta sostener tu bienestar y claridad sin esfuerzo.

Este módulo: Vas a aprender a **sostener tu paz y tu nuevo modo de ser** aún en medio del caos o los imprevistos. Vas a reconectar con tu **sentido personal de bienestar y felicidad real**, no idealizada ni externa.

Resultado: Elegís cómo actuar y sostenerte **incluso cuando la vida se mueve**

Crear una vida que te haga bien a largo plazo, desde hábitos internos alineados.



◆ Módulo 6

Autoestima, confianza, motivación y compromiso

Motivación real y compromiso interno, confianza y autoestima enfocada en avanzar hacia tu nueva identidad. Cuando entendés el sentido de tus decisiones todo fluye naturalmente.

Hoy: Sabés todo, pero no lo hacés. Dudás, te frenás, no te comprometés cuando tenés que avanzar.

Este módulo: Vas a reconectar con la motivación interna, es que no depende ni de resultados ni de aprobación.

Resultado: Sentís que por fin estás avanzando, sin autoexigencia ni culpa, con seguridad y flexibilidad sana. Anclás tu valor interno en lo que sos, no en lo que hacés.



◆ **Módulo 7**

Gratitud, abundancia, enfoque y expansión

Nueva visión y diseño de tu ser ABUNDANTE, EN GRATITUD Y ENFOCADO

Hoy: Ves lo que falta, lo que no lograste, lo que te falta por sanar. Tu palabra: NECESITO

Este módulo: Entrenás una mirada que expande, reconoce y agradece. Tu palabra: DESEO

Resultado: Sentís liviandad, posibilidad y motivación. Entendés cómo funciona todo y lo ponés en práctica



◆ **Módulo 8**

Integración y expansión con el MÉTODO SOUL

*El Método SOUL (integración y puesta en marcha): **tu vida en manos conscientes.***

Hoy: Sentís que actuás en automático, incluso sabiendo lo que querés.

Este módulo: Integrás todo lo aprendido y activás el Método SOUL.

Resultado: Vivís en coherencia con tu nueva versión. La practicás. La sostenés. Y ya sabés como atravesar nuevas situaciones.

Sistematizás todo lo aprendido, lo aplicás en tu día a día y creás tu plan de continuidad.

● **QUE INCLUYE EL PROGRAMA**

- **Acceso a plataforma:** las clases en vivo se graban y se suben + videos con prácticas y materiales durante 5 meses (8 semanas de programa + BONUS 1 y BONUS 3).
- **Grupo de WhatsApp** activo y acompañamiento durante todo el proceso
- **Audios** con prácticas para conectar, desarrollar y potenciar en anclaje de tu nueva identidad.
- **Acompañamiento** por mail directo con Naty y grupo de whatsapp.

By Naty Fernández – Academia de Bienestar – Programa intensivo “Lidera tu Vida”
Instagram: @natyfernandez.coach Sitio Web: www.natyfernandez.website

DETALLE DE LOS 3 BONUS:

- **BONUS 1: 30 días adicionales** de apoyo y contención mientras cada participante pone en práctica e integra su nueva identidad
- **BONUS 2:** curso online "BreathworkFIT". Curso de Respiración, meditación y mindfulness.
- **BONUS 3:** acceso a la plataforma, videos y prácticas por 60 días más.

ESTRUCTURA Y DURACIÓN

- Inicio: **Martes 15 de Julio 2025** y finaliza **Sábado 6 de Septiembre**
- Duración: **8 semanas de clases en vivo + BONUS 90 días** más con acceso a la plataforma y acceso a consultas/dudas por mail/Whatsapp.
- Clases en vivo por zoom: **Martes de 19 a 20 hs** (Argentina) y **Sábados de 10:30 a 11:30** (Argentina). Si no podés estar en vivo no te preocupes que queda grabada y podrás realizar las consultas que necesites.
- Modalidad: 100% online + grupo reducido (15 personas máximo)

INVERSIÓN

¿Cuánto vale realmente vivir como la mujer que querés ser?

 **Precio regular:** USD 600 / \$600.000 pesos argentinos

 **PROMO por tiempo limitado: USD 300 / \$300.000 pesos argentinos** comprando el programa antes del 15 de junio.

 3 cuotas disponibles si comprás antes del 15 de junio

 **BONUS:** Acceso extra de 30 días + seguimiento personalizado (total 90 días de programa)

Si hace años que venís invirtiendo en vos (tiempo y dinero), tomando cursos generales, sesiones esporádicas, sanando lo sanado, y **aún estás dando vueltas sin poder avanzar** para sentirte mejor con vos y con la vida que estás viviendo y construyendo, **sabrás que este valor es realmente muy bajo.**

¡Este es el momento de LIDERAR TU VIDA"

◆ No existe otro programa así en todo el mercado, con este nivel de soporte, acompañamiento tan personalizado y que incluya la integración estas poderosas herramientas y que garantice un resultado tan profundo y duradero

◆ **YO te daré las herramientas y te contaré como utilizarlas.** Las practicaremos juntas una y otra vez. Te ayudaré a sostener tus prácticas y guiaré en todo lo que esté a mi alcance.

◆ **Pero el trabajo más importante lo tenés que hacer vos.** El resultado está garantizado solo para personas que realmente estén comprometidas con llevar todo a la práctica durante las 8 semanas.

● **¿Cómo avanzar?**

1. Escribime para recibir detalle/enlaces de pago al email lideratuvida10@gmail.com
2. Una vez que realices el pago, dentro de las siguientes 24/48hs recibirás un email con la confirmación y los primeros pasos para comenzar a trabajar en vos.

Si sentís que esta vez sí es el momento de dejar atrás el piloto automático y liderar tu vida con intención... este es tu lugar.

Importante: **¿Tenés alguna duda o consulta? ¿Querés que te envíe el detalle para avanzar con el pago?** Escribime a lideratuvida10@gmail.com

● **Aquí te presento los 3 Bonus incluidos en el programa que resuelven algunas de tus mayores dudas y/o temores:**

✦ **BONUS 1 — 30 DÍAS EXTRA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA INTEGRACIÓN**

🎯 **Si te estás preguntando:**

"¿Y si después me cuesta seguir sola?"

"¿Y si vuelvo a mi automático?"

🧠 **Te cuento:**

El verdadero cambio no sucede solo en el momento del programa, sino en lo que hacés con eso después. Por eso, vas a tener **30 días extra de**

acompañamiento, para **sostener los nuevos hábitos, formas de pensar y de actuar** que diseñaste.

Porque no se trata solo de inspirarte, sino de **consolidar** tu nueva versión en tu vida cotidiana.

Estarás contenida, guiada y acompañada en esta etapa clave de integración, cuando la mayoría suele aflojar o dudar. Acá no te vas a soltar sola al mundo.

🌀 **BONUS 2 — Curso de Respiración Consciente (valorado en USD 97)**

🎯 **Si estos son tus miedos:**

"Tengo miedo de no poder sostener los cambios."

"Me abruma el cambio y no sé cómo calmar mi mente."

🧠 **Te cuento:**

Cuando tu cuerpo no se siente seguro, **tu mente vuelve a lo conocido**. Por eso, este bonus no es un extra... es una herramienta clave.

El curso de Respiración Consciente te entrena para:

- Calmar tu sistema nervioso en momentos de duda o ansiedad.
- Recuperar tu foco en segundos y volver a tu nueva identidad.
- **Instalar seguridad biológica** para sostener lo nuevo sin sabotajes.

Sin esta regulación, lo aprendido se desvanece. Con este bonus, **entrenás a tu cuerpo a habitar lo nuevo como algo seguro y posible**.

🌀 **BONUS 3 — Acceso extendido por 60 días a la plataforma**

🎯 **Y si tus dudas vienen por aquí:**

"¿Y si me pierdo alguna clase?"

"¿Y si quiero repasar después?"

"¿Y si necesito volver a escuchar algo en otro momento de mi proceso?"

🧠 **Te cuento:**

Tu cerebro no integra todo en una sola exposición. Según la neurociencia, necesitamos **repetición y refuerzo** para consolidar nuevos circuitos mentales.

Por eso, vas a tener acceso por 60 días extra a todos los contenidos del programa, para:

- Repetir lo que necesites.

- Escuchar desde tu nueva perspectiva lo que antes no habías comprendido del todo.
- Potenciar aún más lo aprendido, incluso semanas después.

Esto no es un curso que hacés y olvidás. Es un **sistema que se instala**, y estos 60 días te ayudan a hacerlo de verdad.



¡Estoy feliz de que seas parte de este gran equipo de mujeres que avanzan y no se detienen!

Un abrazo enorme

Naty

--

Naty Fernández

ACADEMIA DE BIENESTAR

Coaching | Breathwork | Meditación | Tapping | Abundancia y más

[Seguime en INSTAGRAM](#)

[Sitio WEB](#)