



Eres lenguaje, somos literatura

ACERCA DE MÍ

Ángeles Favela

Autora | L. Ciencias de la Comunicación | M.
Mercadotecnia | L. Psicología
@literalika @elmundoescribe



CICLO
de lectura



1 Libera tu magia

Elizabeth Gilbert

2 El juego infinito

Simon Sinek

3 Los dones de la imperfección

Brené Brown

4 Originales

Adam Grant

5 Hábitos atómicos

James Clear

6 ¿Cuándo?

Daniel Pink



ELIZABETH GILBERT

Libera tu magia



LITERÁLIKA



¿Qué te pareció?

comentemos

Elizabeth Gibert



¿QUIÉN ES?

Elizabeth Gilbert

Reconocida escritora, ensayista y conferencista estadounidense, nacida en 1969. Alcanzó fama internacional con su libro de memorias *Comer, rezar, amar* (2006), un bestseller traducido a más de 30 idiomas y adaptado al cine. Sin embargo, su obra va mucho más allá del éxito comercial: Gilbert es una pensadora moderna sobre la creatividad, el coraje personal y la vida con propósito.

Su estilo combina honestidad emocional, humor y profundidad filosófica. En *Libera tu magia* (2015), propone una visión accesible y poderosa de la creatividad como parte esencial de la vida cotidiana, no solo como una cualidad reservada a artistas.

Conferencista habitual en foros como TED y autora de novelas, relatos y ensayos, Elizabeth Gilbert se ha consolidado como una voz inspiradora para quienes buscan vivir con más autenticidad, superar el miedo al fracaso y reconectar con su capacidad creativa.



Inicios

Nació en una zona rural de Connecticut, Estados Unidos, en una familia sin televisión, pero con una rica vida interior alimentada por libros. Desde muy joven mostró pasión por la escritura, influenciada por un entorno que favorecía la imaginación y la narración oral. Estudió escritura en la Universidad de Nueva York y, durante sus años universitarios y posteriores, trabajó en todo tipo de empleos: mesera, cocinera, granjera e incluso barista, mientras escribía en sus tiempos libres.



Obra



Memorias y ensayo

Comer, rezar, amar (Eat, Pray, Love, 2006)

Obra autobiográfica que narra el viaje interior y exterior de la autora a través de Italia, India e Indonesia, en busca de placer, espiritualidad y equilibrio emocional. Fue un fenómeno editorial global y adaptado al cine.

Comprometida (Committed, 2010)

Continuación de Comer, rezar, amar, donde reflexiona sobre el amor, el matrimonio y el compromiso desde una perspectiva personal e histórica.

Libera tu magia (Big Magic, 2015)

Ensayo sobre la creatividad como fuerza vital. Invita a los lectores a vivir con valentía, superar el miedo y abrazar su potencial creativo sin importar su profesión o experiencia.

Ficción

Stern Men (2000)

Primera novela, ambientada en una comunidad de pescadores en Maine. Una sátira inteligente sobre poder, tradición y pertenencia.

The Signature of All Things (La firma de todas las cosas, 2013)

Novela histórica protagonizada por una botánica autodidacta del siglo XIX. Aclamada por su riqueza narrativa y profundidad intelectual.

City of Girls (Ciudad de chicas, 2019)

Novela ambientada en el Nueva York de los años 40. Explora el deseo, la libertad femenina y las segundas oportunidades con una protagonista inolvidable.

Cuentos y relatos

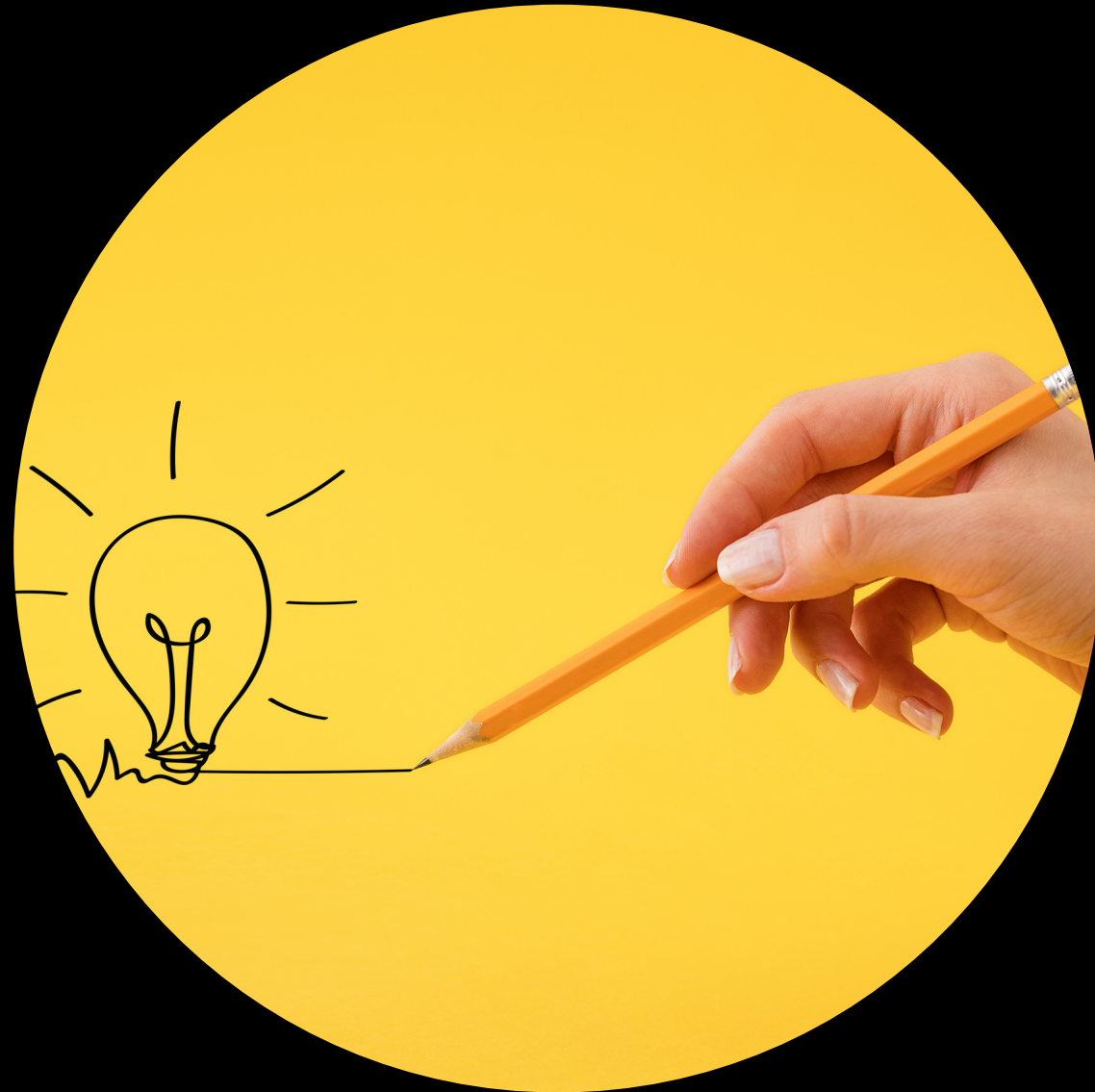
Pilgrims (1997)

Colección de cuentos que fue finalista del PEN/Hemingway Award. Marcó el debut literario de Gilbert con relatos sobre personajes marginales y resilientes.

Libera tu magia ofrece una guía inspiradora para vivir de manera más creativa, valiente y libre. Con un tono cercano, honesto y a menudo humorístico, Gilbert explora lo que significa vivir una “vida creativa” más allá de los clichés artísticos.



Temática



Creatividad como una fuerza vital accesible para todos, sin importar la ocupación o experiencia.

VALOR / CORAJE

ENCANTAMIENTO

PERMISO

PERSEVERANCIA

CONFIANZA

DIVINIDAD



VALOR / CORAJE

El miedo siempre va a estar contigo —y tiene derecho a estar en el coche—, pero no le puedes dar el volante, ni el mapa, ni elegir la música.



ENCANTAMIENTO

Cuando una idea llega, hay que actuar antes de que se disipe.



PERMISO

No necesitas que nadie te dé permiso para crear.



PERSEVERANCIA

*La creatividad no solo depende de la inspiración, sino del
compromiso continuo con el trabajo.*



CONFIANZA



La confianza creativa no significa arrogancia, sino disposición a participar, a contribuir, a jugar sin exigir garantías.



DIVINIDAD

*Crear es colaborar con una energía más
grande que nosotros mismos.*



La perfección es el enemigo de la creatividad.



Preguntas al viento



¿En qué momentos de tu vida profesional sientes que has sido verdaderamente creativo?

¿Te han hecho sentir que ser creativo en el trabajo es “poco serio” o “improductivo”?

¿Cómo podrías abrir espacio para más pensamiento creativo en tu equipo, sin dejar de cumplir objetivos de la empresa?

¿Crees que tu rol actual te permite ejercer tu creatividad? ¿Por qué sí o por qué no?

¿Cómo influye el miedo al error o al juicio en nuestra capacidad de innovar?



En el entorno ejecutivo
¿Qué te ha regalado la lectura de este libro?



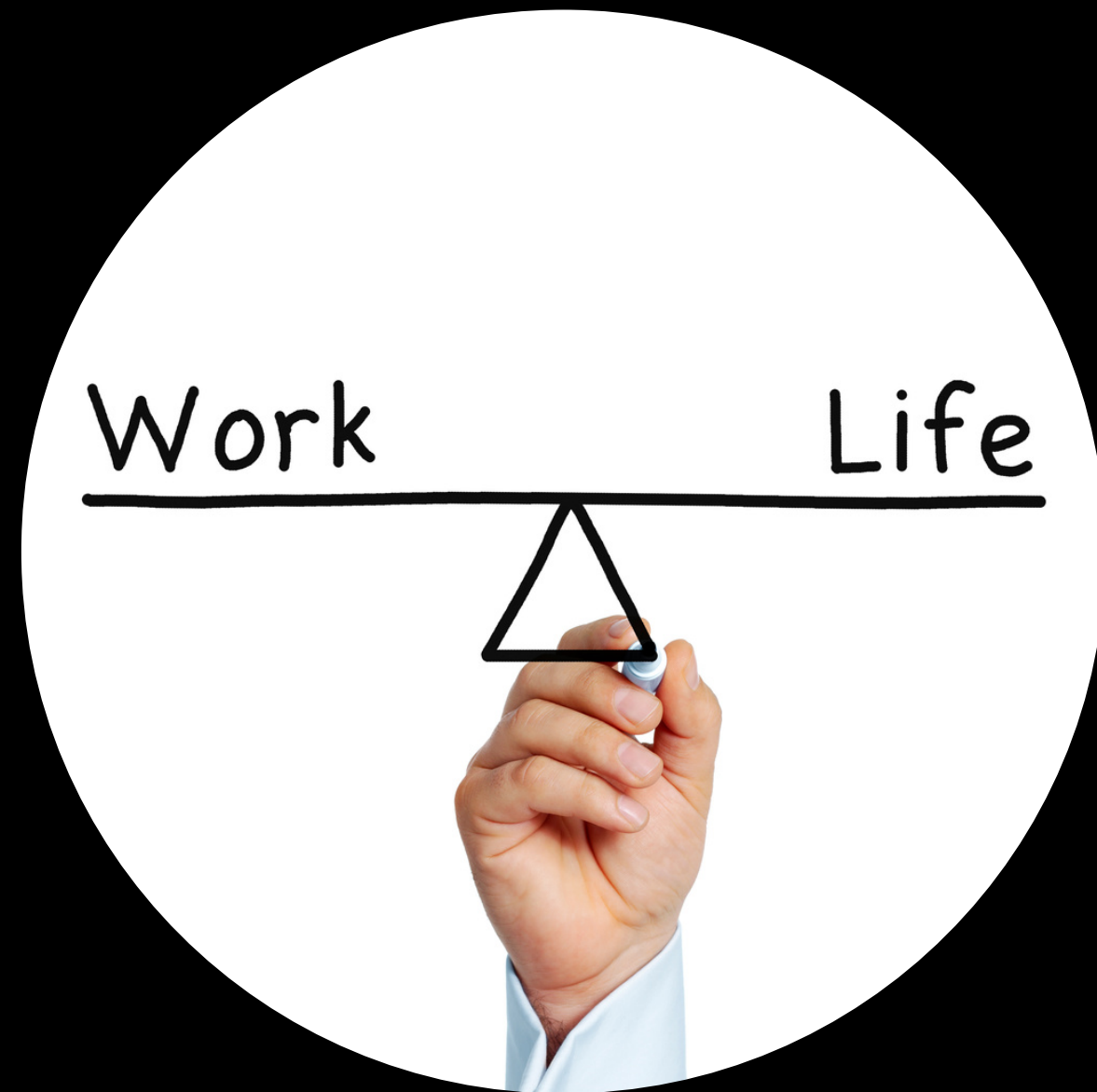
Innovación sin perfeccionismo. Fomenta una cultura donde se pueda experimentar sin miedo al error.



Liderazgo auténtico. Un líder que vive creativamente inspira a otros a expresarse y crecer.



***Toma de decisiones valiente.** Superar el miedo al qué dirán puede liberar soluciones y propuestas audaces.*



***Equilibrio personal-profesional.** Permite reconectar con motivaciones más humanas y profundas, reduciendo el agotamiento.*



*“No estás esperando que te nombren creativo. Ya lo eres.
Solo tienes que empezar.”*



📦 ¿Cómo te vas de la sesión?

¿TAREA?



Elabora una lista de 5 cosas que te gustaría crear, explorar o experimentar si no tuvieras que lidiar con el miedo al error o al juicio. Luego, desarrolla:

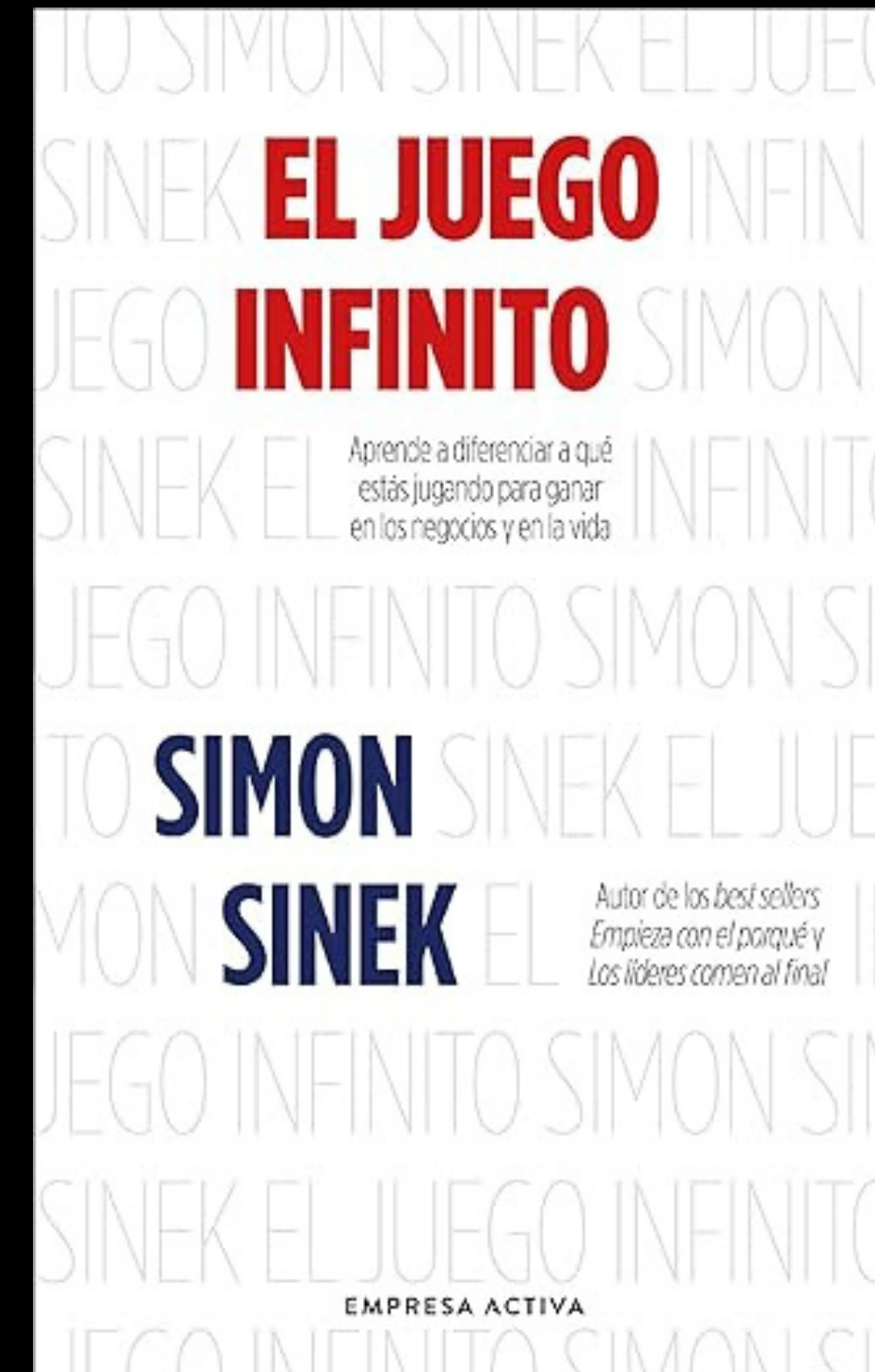
¿Qué patrones emergen en ti?

¿Qué bloqueos mentales detectas?

¿Hay algo de esa lista que podrías empezar a explorar esta semana?

EL JUEGO INFINITO

SIMON SINEK



LITERÁLIKA

TIPS DE LECTURA



- 1. Empieza con intención, no con obligación, ¿algún objetivo?*
- 2. Reserva un espacio fijo en tu agenda*
- 3. Ten siempre el libro a mano*
- 4. Lee con lápiz, notas o marcadores*
- 5. No busques leer "rápido", sino entender bien*
- 6. Comparte tus impresiones, incluso si son breves, genera conversaciones*
- 7. Si el libro no te atrapa de inmediato, dale una segunda oportunidad*
- 8. Integra lo aprendido en tu día a día*
- 9. No leas solo con la mente; permítete disfrutar del proceso*