

Tu guía más completa de moda y belleza

GLAMOUR

Moda

Adelgaza en segundos

con estos looks

Gadgets que
**facilitan
tu vida**

Beauty
**Cómo lucir
perfecta**
esta temporada

Exclusiva

**Khloé
Kardashian**

mejor que nunca
#InspiraciónTotal

**Los lentes
ideales**
para tu rostro

*Amores y
desamores*

Hora de cerrar círculos



0 20267 13374 7 07
ARGENTINA PR \$ 48.00 RECARGO INTERIOR \$ 6.50
CHILE RC \$ 3.700 REGIONAL TI. XI, XII Y VIIA \$ 1.000
COLOMBIA COC \$ 98.000 ECUADOR \$ 1.53.00
EL SALVADOR US \$ 2.500 HONDURAS C 140.00
REPÚBLICA DOMINICANA \$ 200.00 PANAMA B 2.95
PERÚ S/ 15.00 USA US \$ 23.95 CARIBE US \$ 4.25
VENEZUELA BS 800.00 COSTA RICA C 1.950
NICARAGUA C 100.00 PUERTO RICO US \$ 4.50



Ideas y decisiones que inspiran

Conoce la historia de Angella Nazarian, una gran mujer con visión y profunda vocación de servicio.

POR DANÍÉ GÓMEZ-ORTIGOZA

Nunca he conocido a una sola persona que me diga que no está interesada en ser alguien. Todas queremos triunfar en nuestros muy personales roles, pero la realidad es que es muy común que muchas nos quedamos en la sombra o no encontramos el poder en nosotras mismas para permitirnos

surgir. ¡Cómo no!, si da mucho miedo. Y el miedo paraliza. De hecho, hay veces en que, admitámoslo, la realidad se nos vuelve un tanto cómoda, y culpando a nuestra cultura y las prioridades (reales o impuestas) dejamos de poner atención en nuestras pasiones: las dormimos.

Observamos desde lejos a aquellas mujeres que se encuentran en la cima del mundo, y creemos que son excepcionales. Sin embargo, al conocerlas más de cerca, descubrimos que son tan humanas como tú y yo, lo que las diferencia es cómo reaccionan ante sus miedos. Al llegar la noche, ellas también miran su reflejo mientras se quitan el maquillaje y se preguntan si

las decisiones que tomaron hoy fueron las correctas. Todas dudamos de nosotras mismas de vez en cuando, sin entender que el día que se nos quita el miedo es porque ya no existe esperanza.

De hecho, en su mayoría son aquellas personas a quienes la vida les ha jugado una mala pasada y las deja desnudas ante la adversidad las que encuentran ese poder absoluto. Me ha pasado. Se siente como si te empujaran del bungee. Es una mezcla de terror y emoción. Estás tan asustada que no sabes si al final algo te va a detener la caída. Pero el instinto de supervivencia es tan fuerte que tarde o temprano logras surgir, y vaya que no hay mejor sentimiento que ése. Pero no esperes a que la tragedia llegue hasta ti. Hoy, cualquiera que sea la condición o situación en la que te encuentres, puedes despertar ese fuego interno.

Angella Nazarian, autora y cofundadora de la fundación Visionary

Women, siempre ha estado fascinada por el proceso que nos lleva a descubrir nuestro verdadero potencial. Tras 11 años como profesora de Psicología, un día platicó con una mujer que daba talleres para mujeres acerca de su frustración con la monotonía de lo que estaba haciendo. Esta mujer le recomendó empezar, igual que ella, a organizar talleres.

“Lo que nos hace exitosas es entender que hay muchos caminos para el éxito. Para que las cosas funcionen hay que tener fe en nuestras habilidades”
-Angella Nazarian

Desde entonces, se ha dedicado a la labor de transmitir algunas de las historias y características que comparten las mujeres que logran

desafiar la adversidad y crear un cambio positivo en el mundo.

En su último libro, que también lleva el nombre de *Visionary Women*, nos hace reflexionar acerca del abanico de posibilidades que hay ante cada una

de nosotras para brillar y hacer lo mejor de nuestro tiempo en este planeta, basada en la historia de 20 mujeres. Tuvimos la oportunidad de hablar con ella y nos dio sus recomendaciones para ayudar a surgir a la mujer visionaria que llevamos dentro.

❶ Enfócate en tus fortalezas.

¿Qué te hace diferente a las demás personas? Mucha gente se enfoca en fortalecer sus debilidades, pero en realidad hay que poner mucha atención en lo que ya sabes que eres buena y aumentarlo.

Las estadísticas nos dicen que 62 millones de niñas alrededor del mundo están siendo negadas al derecho a la educación. Sin embargo, una de ellas levantó la voz: Malala Yousafzai. Desde niña, esta fuerte chica encontró la determinación para no quedarse

callada. Con sólo 11 años empezó un blog en el que describía su vida bajo la ocupación del talibán. Este esfuerzo fue tomando fuerza al grado que se hizo un documental acerca de su situación. No obstante, en 2012 estuvo cercana a la muerte tras recibir un balazo en la ceja. En vez de callarla, esta situación logró que su voz se escuchara con más fuerza, llevándola a ganar, entre muchos otros reconocimientos, el Premio Nobel de la Paz.

❷ Crea una red de personas que te apoyen y fortalezcan tu misión.

Es importantísimo tener mentores porque plantan una semilla de potencial en ti que se convierte en algo muy grande. Los mentores tienen muchas formas diferentes. No tiene por qué ser un lazo

ESTILO DE MUJER VISIONARIA:

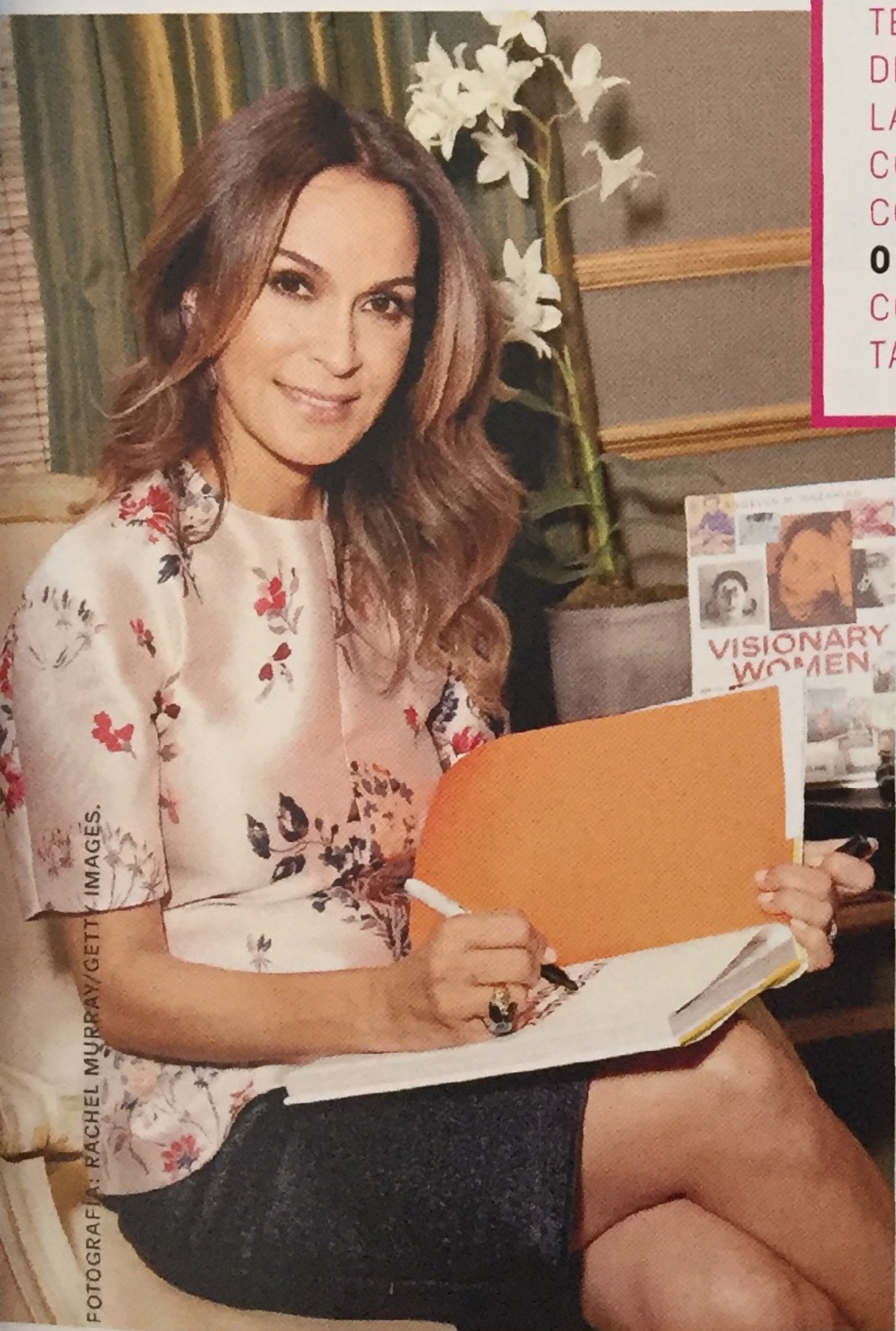
LÍNEAS MARCADAS Y ROPA CON CORTE BIEN AJUSTADO, ACCESORIOS VINTAGE Y UNA SONRISA.

ÍCONOS DE ESTILO: AUDREY HEPBURN POR SU ELEGANCIA SIN ESFUERZO Y RITA HAYWORTH PORQUE ESTABA INCREÍBLEMENTE CÓMODA CON SU FEMINIDAD, SIN CAER EN LO VULGAR.

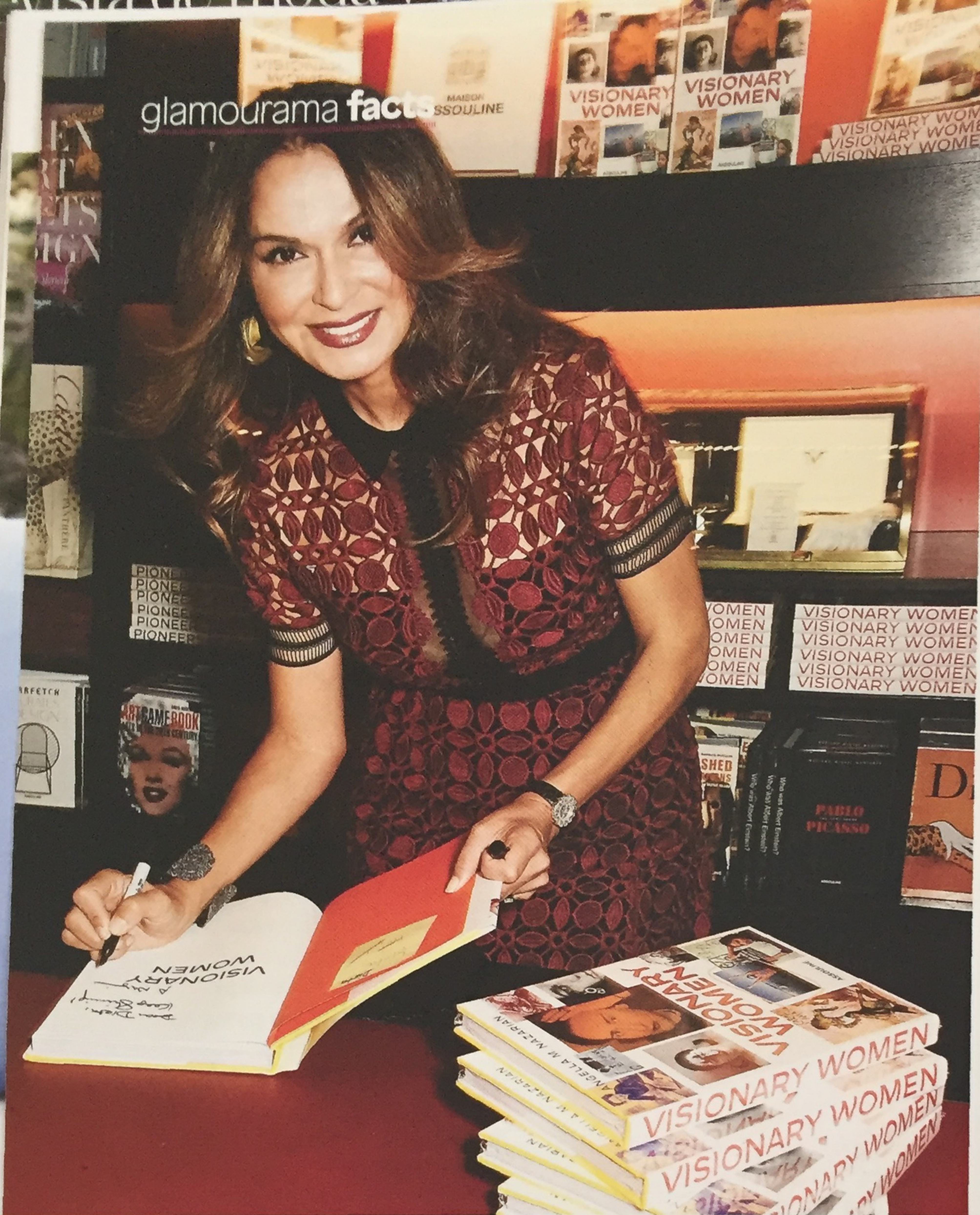
ACCESORIOS BÁSICOS: SIEMPRE TENGO CONMIGO MI ANILLO DE BODA. ME GUSTAN MUCHO LAS ARRACADAS, ASÍ COMO COMPLEMENTAR MIS LOOKS CON ANILLOS GRANDES.

OUTFIT DE VERANO: COLOR, COLOR Y MÁS COLOR. ME ENCANTAN LOS TONOS TURQUESA.

Al principio, Angella pensó que no sabía hacerlo, pero se atrevió a salir de su zona de confort e intentarlo. Cuatro años después se encontró en una clase de redacción en donde, como ejercicio, escribió historias de mujeres excepcionales. Al interactuar con ese material, sus compañeros le recomendaron escribir un libro y ella siguió sus consejos. “No me tomo demasiado en serio y decidí intentarlo. Hacerlo con esa filosofía de juego y realmente creer en mí me llevó a publicar mi primer libro sin tener un agente ni nada por el estilo”, nos comentó Angella.



FOTOGRAFÍA: RACHEL MURRAY/GETTY IMAGES.



forzado, sino que simplemente se trata de una conexión, la cual puede ser:

- Una buena relación amistosa.
- Algún contacto profesional.
- Un familiar cercano o lejano.
- Las personas que te inspiran a través de sus libros o de sus conmovedoras historias para hacer algo distinto.

Maya Angelou, tras ser abusada de pequeña por el novio de su mamá, dejó de hablar de la nada. Después de eso fue molestada por sus compañeros de clase y tratada como si fuera tonta. Aun en esta situación, un día su abuela, con quien ella se crió, le dijo: "Todos dicen cosas muy feas de ti, pero yo sé que un día serás una gran maestra". Cuando estaba recibiendo su medalla de honor de manos de Obama, invocó a su abuela diciendo que fue la primera persona que creyó en ella cuando no era nada, y eso le dio la fuerza suficiente

para volverse la poeta y activista que es hoy. Por eso, tienes que rodearte de personas que te ayuden a crecer. Deshazte de las relaciones tóxicas en tu vida.

3 Manifiesta claramente tus ideas.

Mucha gente las tiene, pero pocas las expresan. Sé intrépida. Pierde el miedo. Atrévete a intentarlo. Se vuelve un

músculo. Mientras más lo hagas, más lo desarrollarás. Comprométete a ser valiente y a manifestar tus ideas.

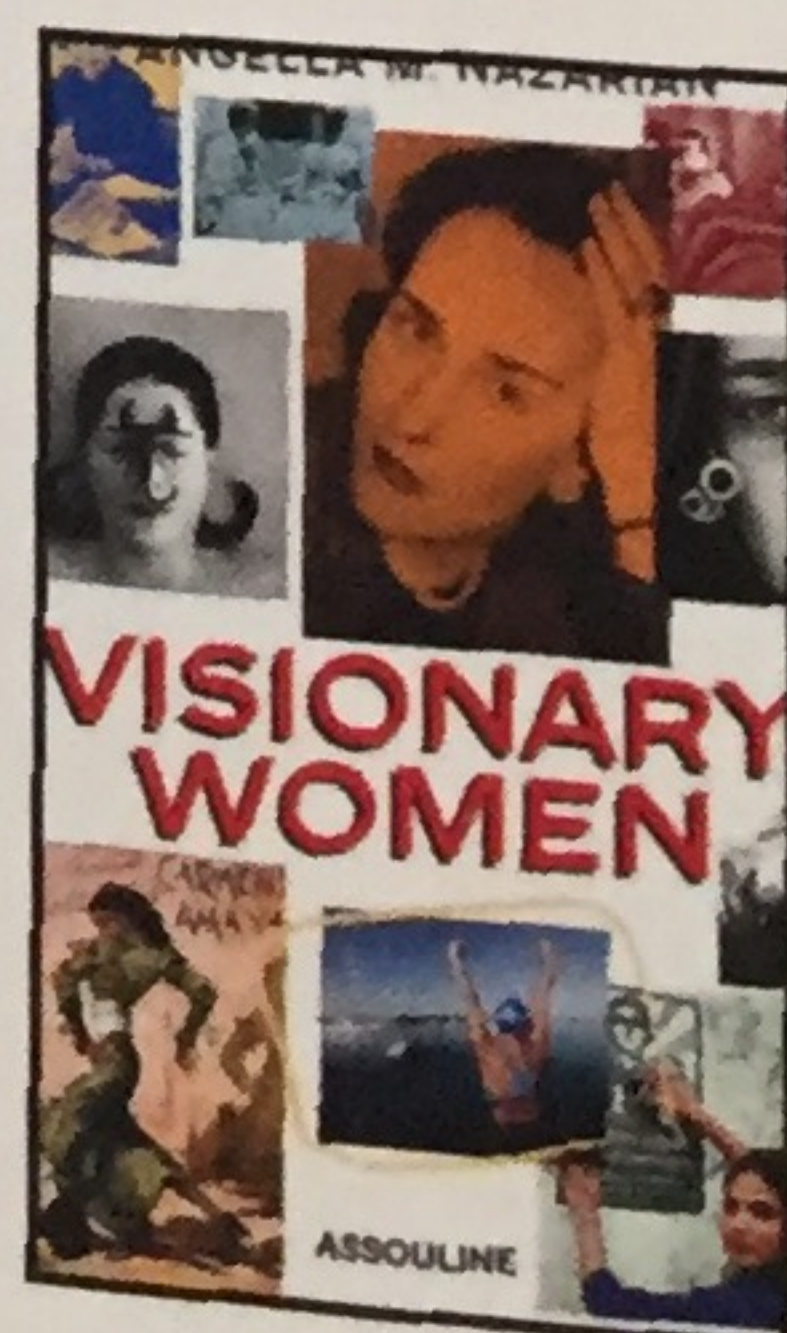
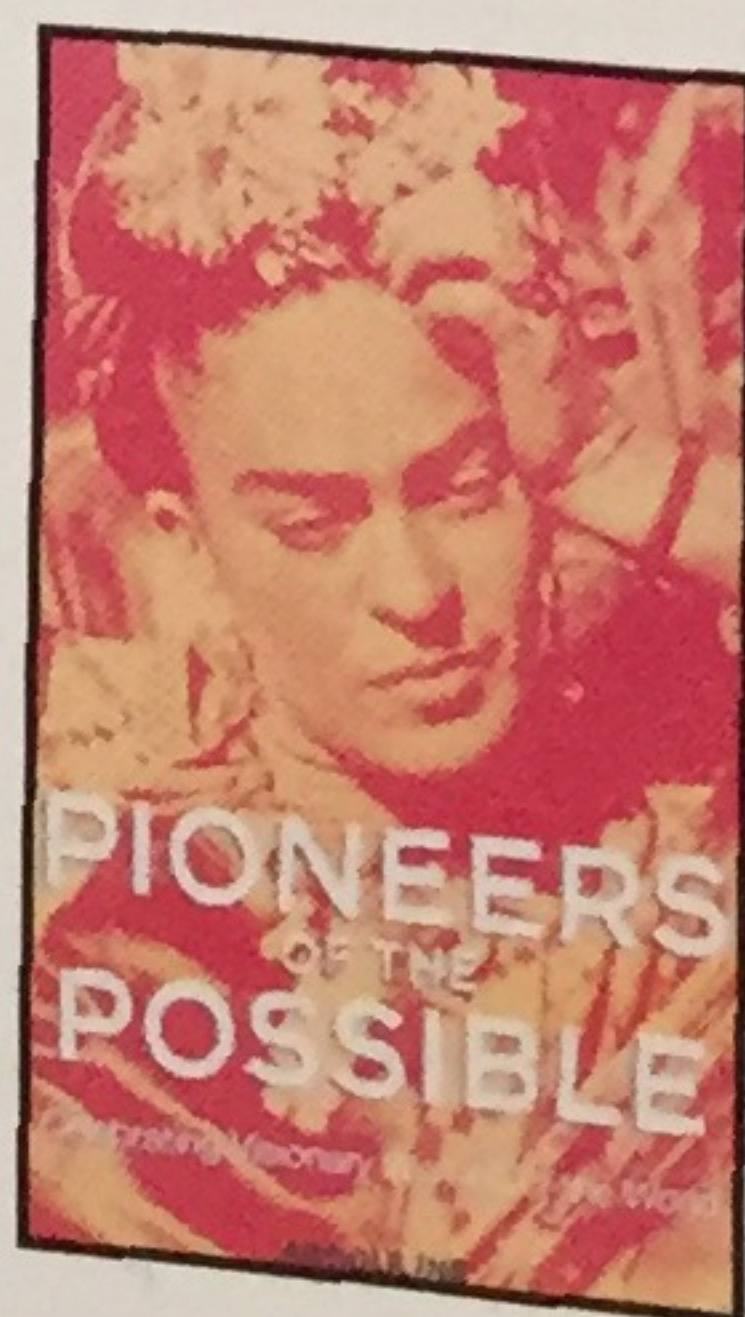
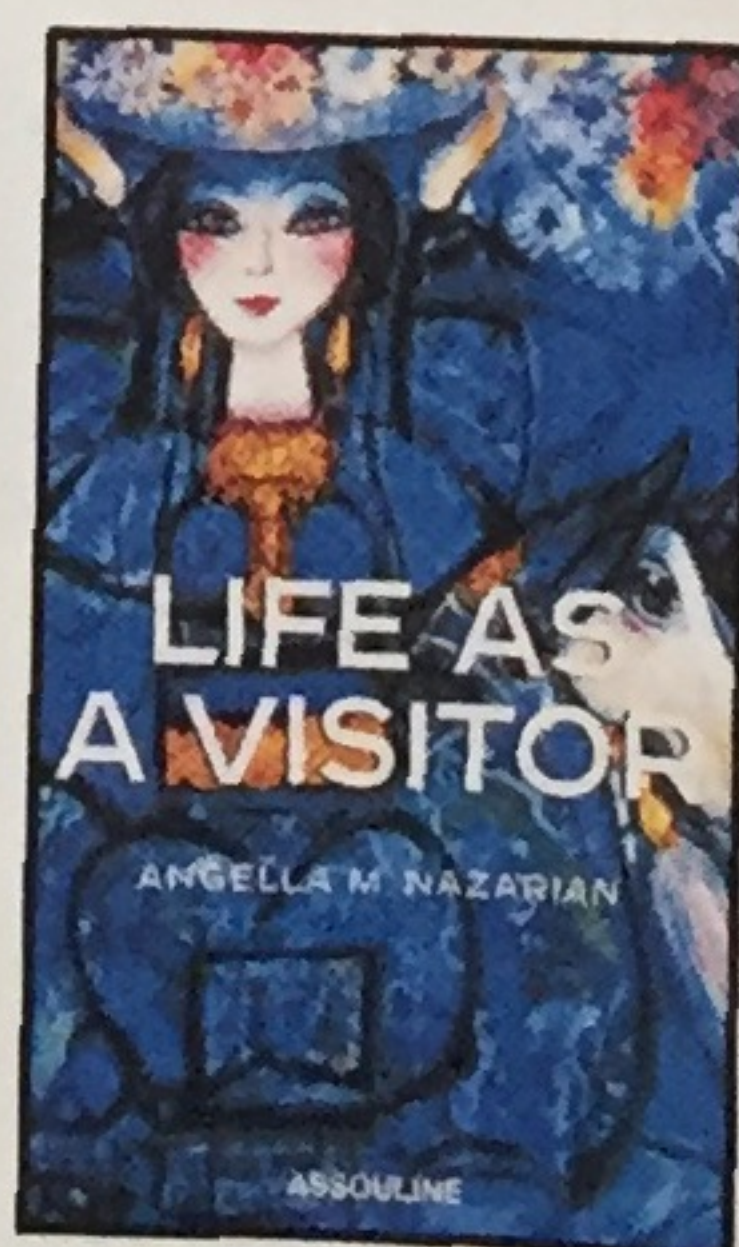
Katherine Graham, conocida por liderar el *Washington Post* con increíble éxito, sufrió cuando su papá le dio el control de la empresa a su esposo en lugar de a ella. Fue hasta que él se suicidó y ella quedó con tres hijos, sin haber trabajado jamás, que tuvo el mando, llevándola a multiplicar el imperio de su familia. "Lo que hice fue construir los puentes en los que caminaba", decía. Hay que cerrar los ojos e ir paso a paso. No des poder al miedo. No pienses en él porque tiene la capacidad de congelarte. Está en ti esa decisión. Sigue tu camino, aun cuando a veces te equivoques. Es como ir en bicicleta: si estás parada no puedes moverte. Hay que manejarla para avanzar.

Así es. No queda más que decir que hoy es el momento perfecto para empezar a surgir. No dejes pasar tiempo, pues no hay cosa más triste al final de la vida que descubrir que no tuviste aquellas experiencias que tanto querías o, peor todavía, que nunca conociste el verdadero alcance de tu potencial.

MUJERES VISIONARIAS DE HOY, DE ACUERDO CON ANGELLA NAZARIAN

Taylor Swift: a través de sus #squadgoals transmite el valor de la amistad y de la importancia de contar con un network. **Jennifer Lawrence:** somos el promedio de las cinco personas con las que más tiempo pasamos. Por eso, Jennifer Lawrence escoge bien a sus amistades y no tiene miedo a ser ella misma.

SUS LIBROS CONOCE MÁS ACERCA DE ESTA GRAN MUJER EN SUS OBRAS...



1 Visionary Women. Desde Malala Yousafzai hasta Muccia Prada, el libro es perfecto para reconectarte con tus sueños. **2 Pioneers of the possible: Celebrating Visionary Women of the World.** La vida de 20 de las mujeres más inspiradoras del mundo, como Frida Kahlo, Simone de Beauvoir, Estée Lauder y Zaha Hadid. **3 Life as a Visitor.** La historia de Angella que, al ser de una familia iraní judía, a los 11 años fue forzada a salir de Teherán por la violencia.