



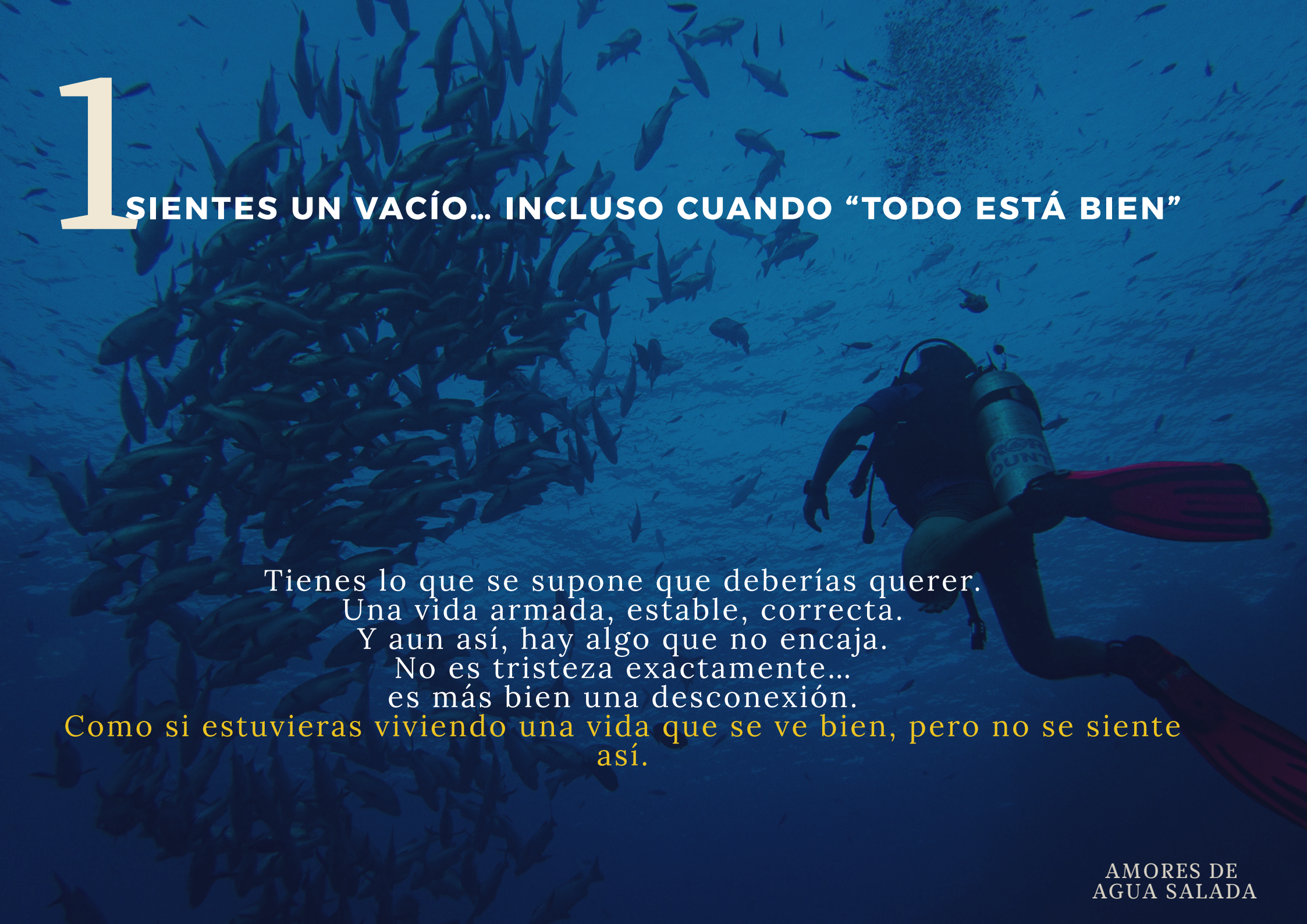
Si sientes un vacío aunque todo “esté bien”, te dejo 5 señales de que necesitas un cambio
(y por qué el mar puede ayudarte).

Porque quizás no estás mal.
Quizás **no te falta nada**.
Quizás estás viviendo una vida que no es la tuya.
Y lo más difícil de eso, es que desde afuera, todo parece correcto.

Trabajo. Estabilidad. Rutina. Todo en orden.

Pero por dentro... algo no encaja.
Esta guía no es para darte respuestas perfectas.
Es para ayudarte a ver lo que quizás ya estás sintiendo... pero no has querido mirar.
Y tal vez —solo tal vez—
para acercarte un poco a algo distinto.



A diver in a blue wetsuit and red fins is swimming in deep blue water, surrounded by a large school of fish. The diver is positioned on the right side of the frame, facing left. The fish are concentrated on the left side, forming a dense, dark mass. The overall scene is dimly lit, with a deep blue color palette.

1

SIENTES UN VACÍO... INCLUSO CUANDO “TODO ESTÁ BIEN”

Tienes lo que se supone que deberías querer.

Una vida armada, estable, correcta.

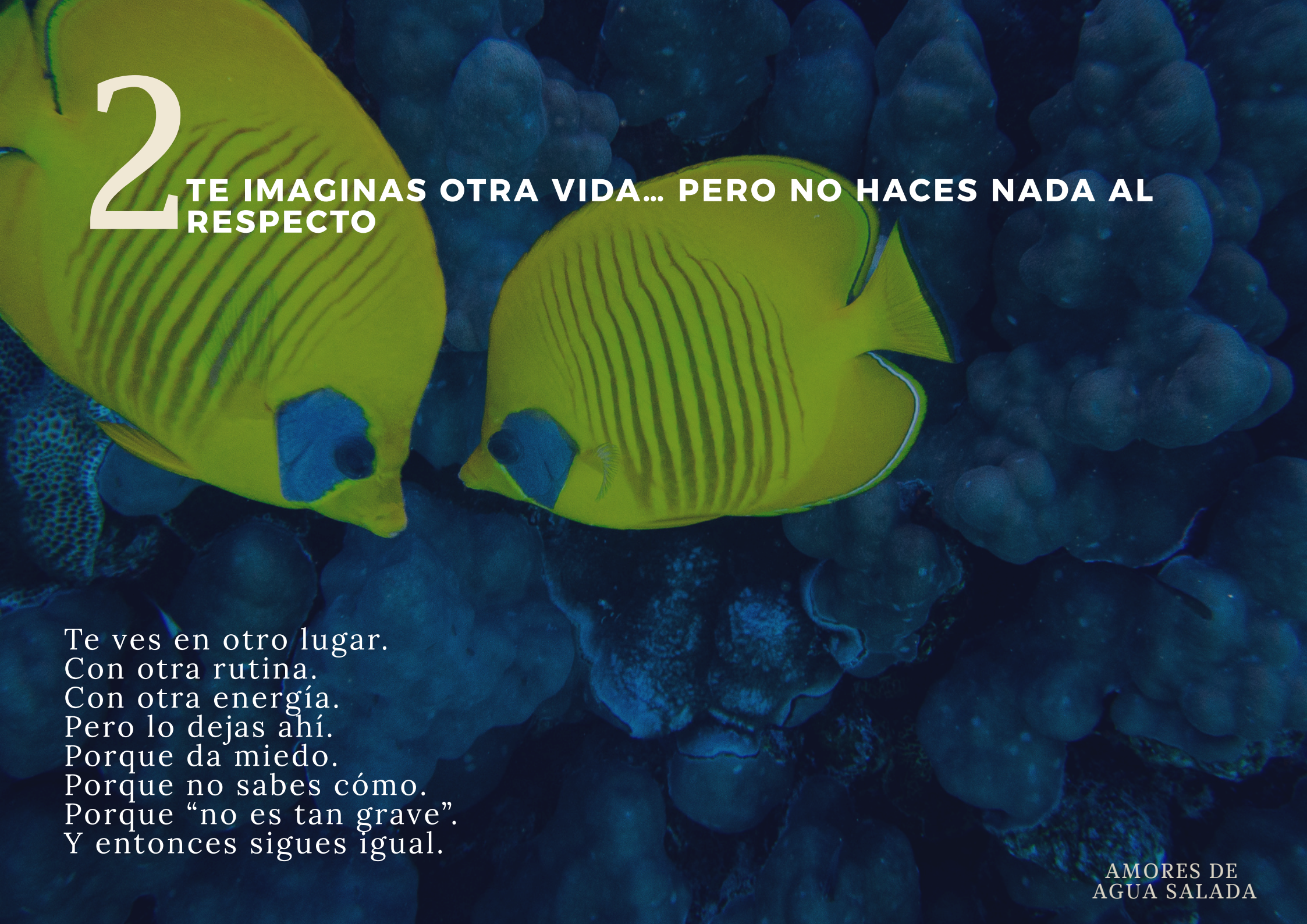
Y aun así, hay algo que no encaja.

No es tristeza exactamente...

es más bien una desconexión.

Como si estuvieras viviendo una vida que se ve bien, pero no se siente así.

AMORES DE
AGUA SALADA

The background of the entire image is a deep blue underwater scene. Two yellow butterflyfish with vertical black stripes and a blue patch around each eye are swimming towards the left. They are positioned in the upper half of the frame. Below them is a dense, textured coral reef in various shades of blue and green.

2

**TE IMAGINAS OTRA VIDA... PERO NO HACES NADA AL
RESPECTO**

Te ves en otro lugar.
Con otra rutina.
Con otra energía.
Pero lo dejas ahí.
Porque da miedo.
Porque no sabes cómo.
Porque “no es tan grave”.
Y entonces sigues igual.

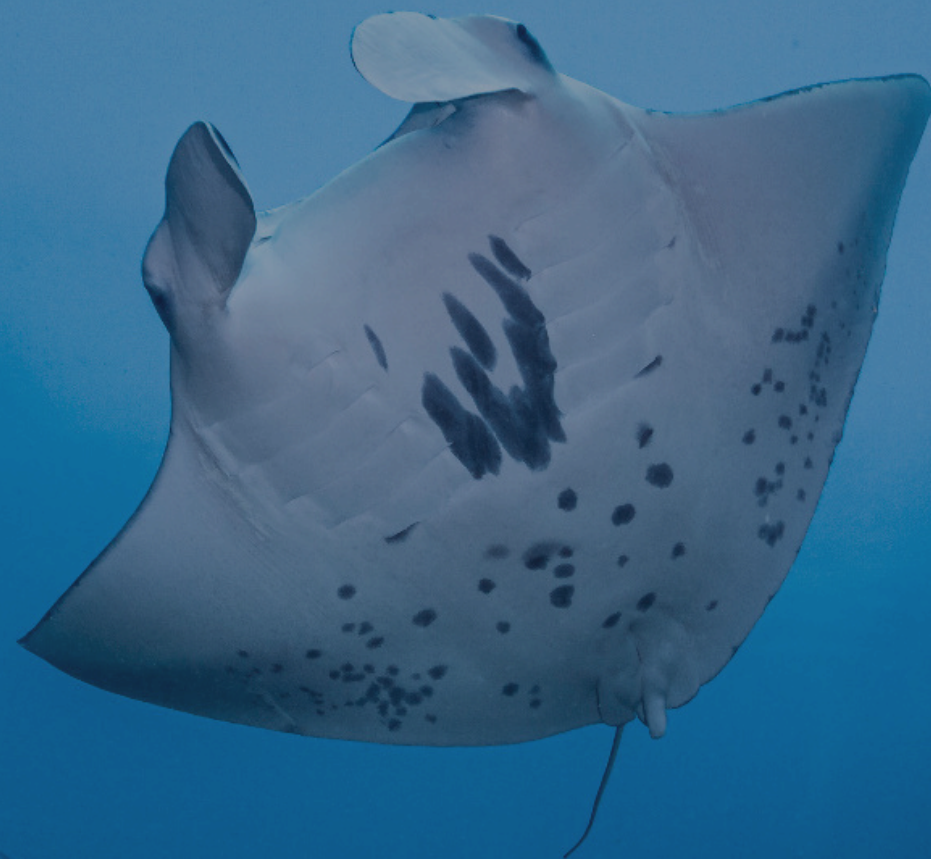
AMORES DE
AGUA SALADA



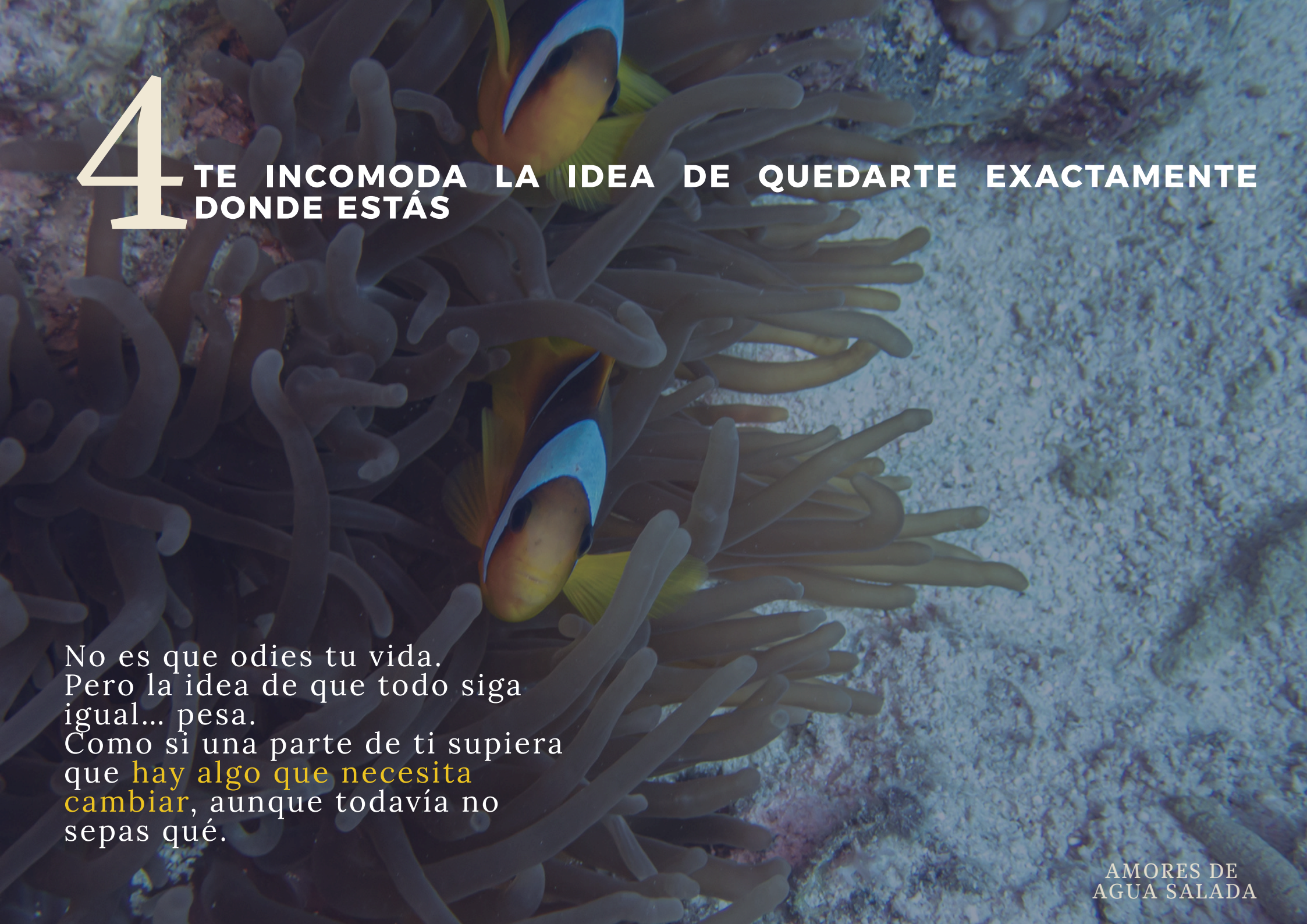
EL MAR TE CALMA DE UNA FORMA QUE NO PUEDES EXPLICAR

Puede ser viendo videos,
escuchando olas, recordando un
viaje.

Pero pasa algo:
tu cuerpo baja la intensidad.
Respiras distinto.
Te sientes más tú.
Como si el mar supiera algo de
ti... **que tú aún no entiendes.**



AMORES DE
AGUA SALADA



4

TE INCOMODA LA IDEA DE QUEDARTE EXACTAMENTE
DONDE ESTÁS

No es que odies tu vida.
Pero la idea de que todo siga
igual... pesa.
Como si una parte de ti supiera
que **hay algo que necesita
cambiar**, aunque todavía no
sepas qué.

AMORES DE
AGUA SALADA

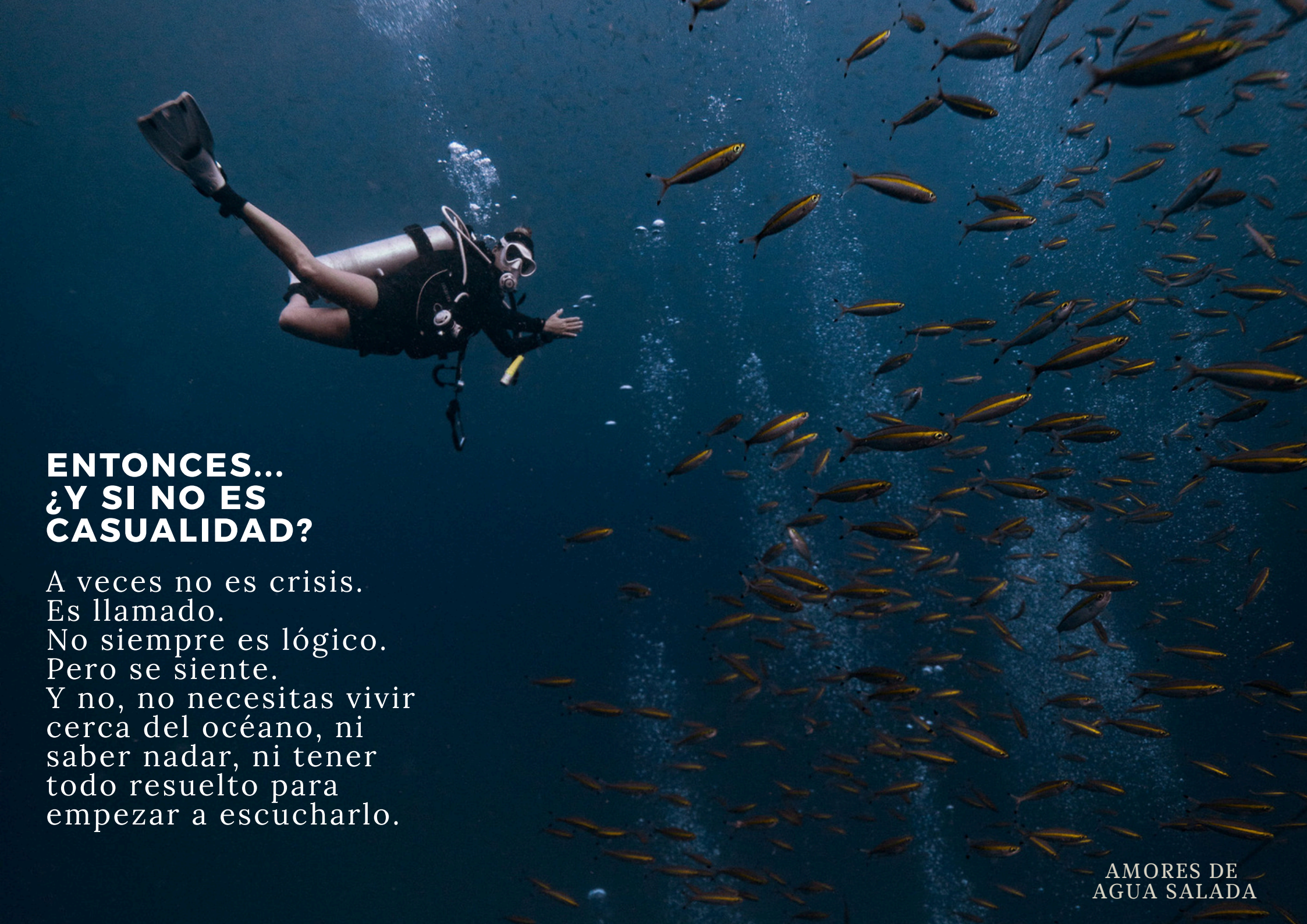
5

SIENTES MIEDO... PERO TAMBIÉN UNA CURIOSIDAD QUE NO SE VA



Miedo a soltar.
Miedo a **equivocarte**.
Miedo a perder lo que ya tienes.
Pero al mismo tiempo...
hay algo que insiste.
Una curiosidad suave, constante, difícil de ignorar.

AMORES DE
AGUA SALADA

A full-page background image showing a scuba diver in the upper left quadrant, swimming horizontally. The diver is wearing a black wetsuit, a scuba tank, and fins. They are surrounded by a large, dense school of small, silver fish with yellow stripes, swimming in the same direction. The water is a deep blue, and there are some bubbles visible near the diver.

ENTONCES... ¿Y SI NO ES CASUALIDAD?

A veces no es crisis.
Es llamado.
No siempre es lógico.
Pero se siente.
Y no, no necesitas vivir
cerca del océano, ni
saber nadar, ni tener
todo resuelto para
empezar a escucharlo.

AMORES DE
AGUA SALADA

¿POR QUÉ EL MAR PUEDE AYUDARTE?

No es solo el mar.
No es solo el agua, ni los
peces, ni el buceo.
**Es lo que pasa cuando
estás ahí.**

El ruido baja.
La mente se calma.
Y por primera vez en
mucho tiempo... te
escuchas.
El océano no te distrae.
No te llena de estímulos.
Te devuelve a ti.



YO TAMBIÉN ESTUVE AHÍ...

Durante mucho tiempo, yo también pensé que lo que sentía era el problema.

Pero pasaba mis días encerrada, trabajando... pensando constantemente en el mar.

Estaba desconectada, llenando vacíos con cosas materiales.
Desconectada de lo que me hacía sentir viva.

NO SE TRATA DE CAMBIAR TU VIDA MAÑANA

El mar no es una solución mágica.

Y no necesitas dejarlo todo para acercarte a eso.

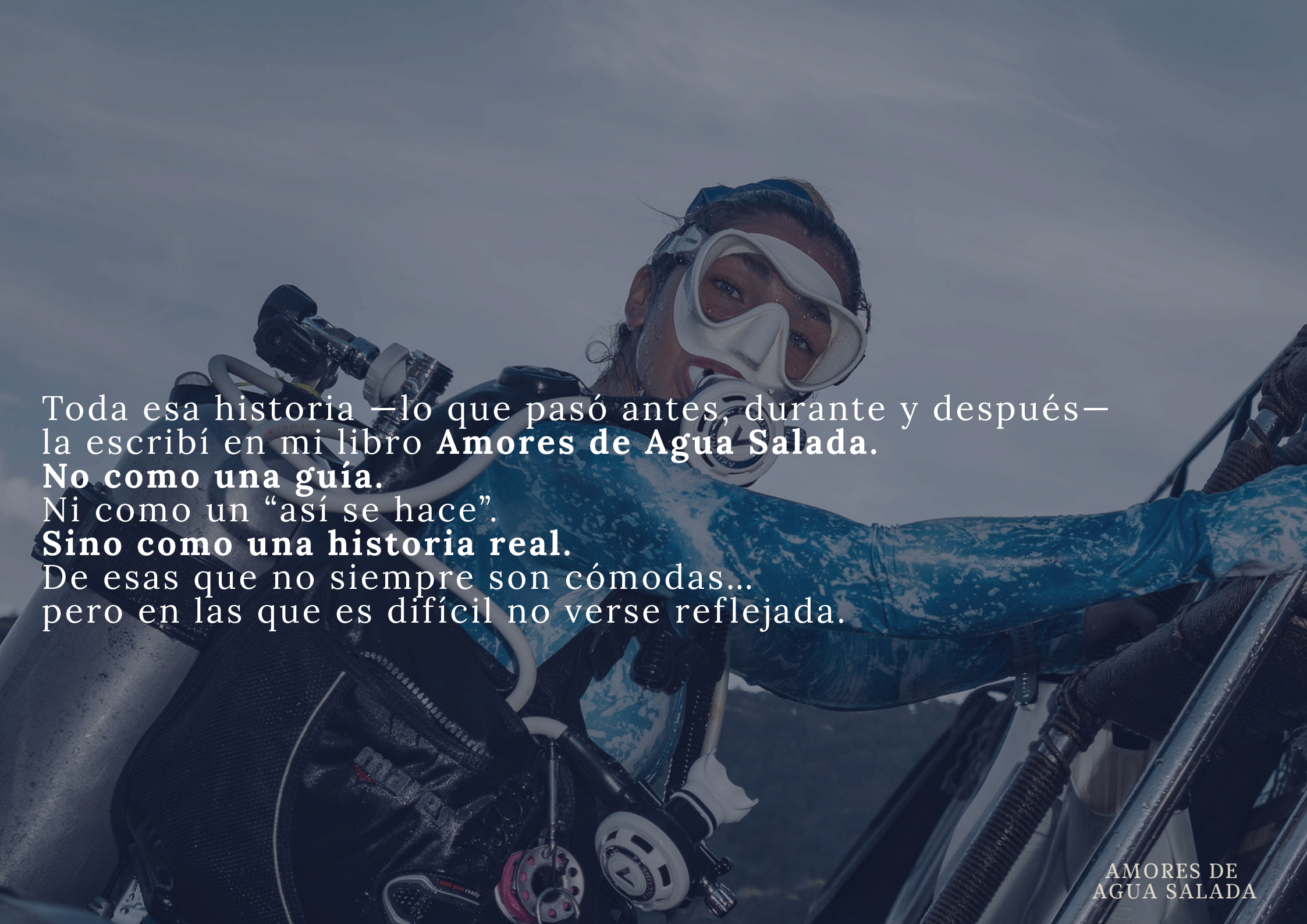
Ni siquiera necesitas bucear.

Ni vivir cerca.

Pero sí puedes empezar a hacer algo distinto.

A salir un poco de lo de siempre.

A exponerte a algo que te haga sentir diferente.



Toda esa historia —lo que pasó antes, durante y después—
la escribí en mi libro **Amores de Agua Salada**.

No como una guía.

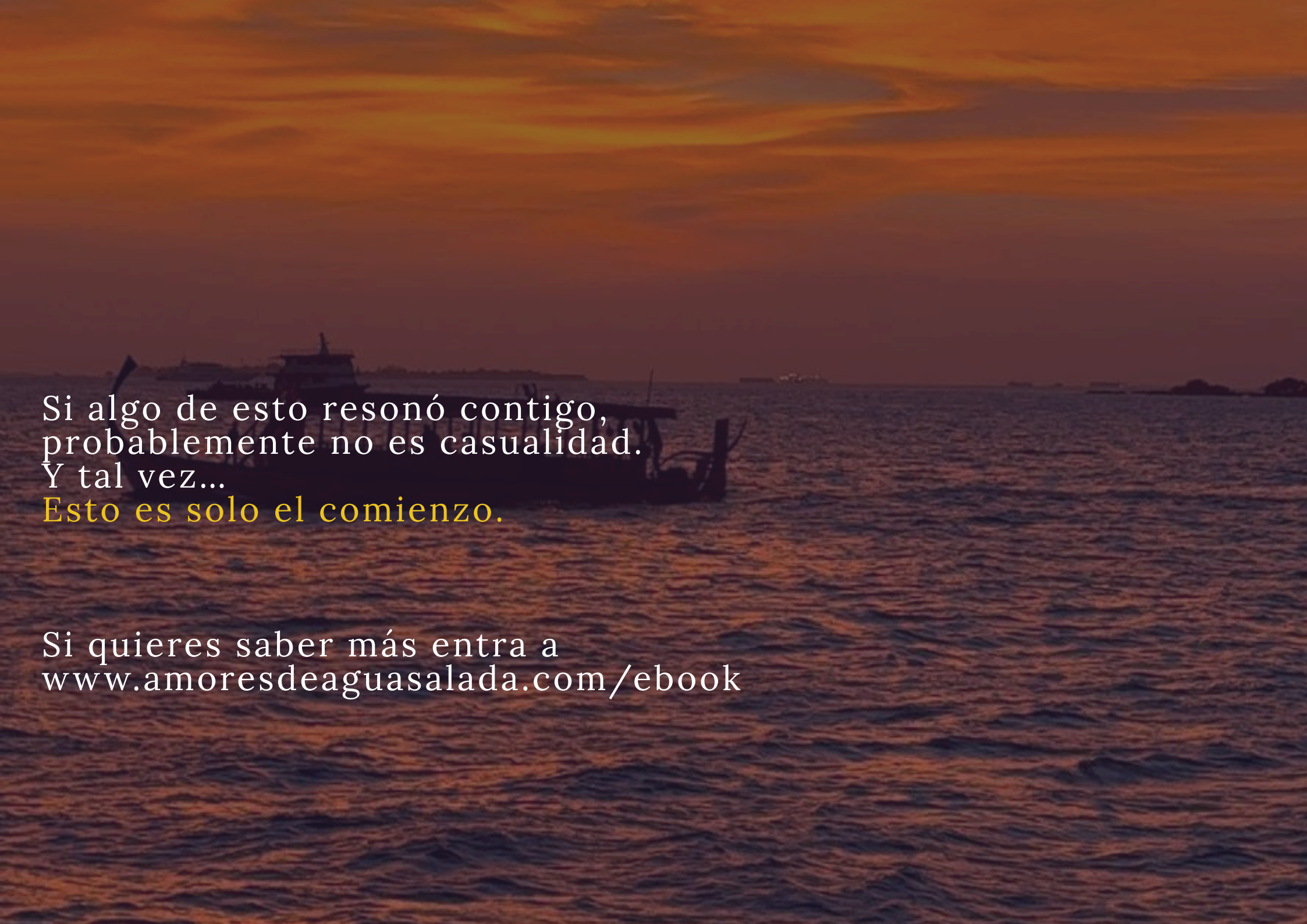
Ni como un “así se hace”.

Sino como una historia real.

De esas que no siempre son cómodas...

pero en las que es difícil no verse reflejada.

AMORES DE
AGUA SALADA

A serene sunset scene over a vast body of water. The sky is a deep orange with soft, wispy clouds. In the distance, a small boat is visible on the horizon. The water in the foreground is dark blue with gentle ripples.

Si algo de esto resonó contigo,
probablemente no es casualidad.
Y tal vez...

Esto es solo el comienzo.

Si quieres saber más entra a
www.amoresdeaguasalada.com/ebook

A woman with blonde hair in two buns, wearing a white scuba mask and a black wetsuit, is making a peace sign with her right hand. She is holding a black camera. The background is a blue ocean with mountains in the distance. The text "AMORES DE AGUA SALADA" is overlaid in white serif font.

AMORES DE AGUA SALADA

MAKARENA BETANCOURT