

***El Arte de Sanar
a través de la
palabra y la
gratitud***

**GICELA VALDEZ
SAUCEDO**

**Mentoría bajo el
Método Zoé**

Por Nicté-Há Rico Sosa
Fotos Démian Chávez



Mirar hacia adentro y reconstruir nuestra propia narrativa, es a los que nos invita Gicela Valdez Saucedo, escritora, conferencista y mentora, con quien platicamos en la intimidad de su hogar dejando un mensaje potente como el reencontrar el alma cuando ya no sabes dónde se encuentra. Su labor no nace de la teoría, sino de una biografía valiente que ha sabido “desnudar el alma” para convertir sus heridas en herramientas de servicio.

Para Gicela, escribir su primer libro, *Las Joyas de mi Ser*, fue un acto de honestidad radical. En sus páginas, relata el

Esa misma profundidad se extiende a su participación en el libro Congreso de Bolsillo, donde a través de su conferencia “Los hilos de mi alma”, explora la experiencia álmica frente a la enfermedad y el miedo a la trascendencia, ofreciendo una guía para quienes sienten que han perdido el rumbo.

Como mentora, Gicela ha identificado que el “techo de cristal” más pesado es la creencia de no ser suficiente. Para romperlo, creó el “Método Zoé: viviendo en plenitud los cambios”, una metodología que propone cuatro pilares fundamentales: gratitud como

**“LOS HILOS DE MI ALMA”
SELECCIONADO PARA EL LIBRO
CONGRESO DE BOLSILLO**

desafío de quienes, como ella, dejaron el hogar a los 14 años para forjar un destino. “Escribir fue un acto de valentía”, comparte, “me encontré con mis heridas, pero también con mi grandeza”.

estado base, amor como motor, gozo en lo cotidiano y conciencia en cada acto.

“Cuando una persona se encuentra a sí misma, su vida deja de ser una lucha y

se convierte en un acto de conciencia”, afirma con la serenidad y tranquilidad de quien ha caminado el proceso.

Con tres décadas de vida en Valle de Bravo a sus espaldas, Gicela abraza hoy a Querétaro como su “mejor lugar del mundo”. Sin embargo, advierte que la calidad de vida de la ciudad debe ir acompañada de un estado interno de paz. Su receta para los tiempos vertiginosos es clara: no aislarse, servir a los demás y practicar la empatía.

En una sociedad que suele confundir el reconocimiento con la felicidad, Gicela marca una distinción vital, el éxito se mide desde afuera, pero la plenitud se vive desde adentro. Para ella, el orden de los factores sí altera el producto: “primero la plenitud... y, desde ahí, el éxito se vuelve una consecuencia natural”.

Más allá de las letras y los escenarios, Gicela canaliza su creatividad en “Gice Joyería con Sentido”, donde cada pieza cuenta una historia y porta un simbolismo. Es una extensión de su filosofía: encontrar valor en los materiales de la vida y darles un propósito.

Hoy, inspirada por sus hijos Sheila y Armando, y por su hogar con Elio, Gicela sigue estudiando y preparándose. Su brújula creativa apunta hacia un legado donde las mujeres ocupen todos los espacios de decisión, siempre desde un lugar de conciencia y amor propio.

**“TIENES VIDA,
ASEGÚRATE DE VIVIRLA.
CONFÍA, TODO ES
TEMPORAL Y TIENE UN
PROPÓSITO”**

