

AFRODITA



Afrodita

© Guillermina Lopata, 2026

Derechos exclusivos mundiales de edición en todas las lenguas

© Grupo ILHSA S. A. para su sello Editorial El Ateneo, 2026

Patagones 2463 - (C1282ACA) Buenos Aires, Argentina

Tel.: (54 11) 4943-8200

editorial@elateneo.com - www.editorialelateneo.com.ar

Dirección editorial: Marcela Luza

Gerencia editorial: Marina von der Pahlen

Edición: Magalí Corraró

Producción: Pablo Gauna

Coordinación de diseño: Marianela Acuña

Arte de tapa: Carolina Marando

Armado de interior: Claudia Solari

1ª edición: marzo 2026

ISBN 978-950-02-1737-8

Impreso en Talleres Gráficos Elías Porter,
Plaza 1202, Ciudad Autónoma de Buenos Aires,
en marzo de 2026.

Tirada: 6000 ejemplares

Libro de edición argentina.

Queda hecho el depósito que establece la Ley 11.723.

Lopata, Guillermina

Afrodita / Guillermina Lopata. - 1a ed.- Ciudad Autónoma de Buenos Aires : El Ateneo, 2026.

192 p. ; 22 x 16 cm.

ISBN 978-950-02-1737-8

1. Superación Personal. 2. Magia. 3. Rituales. I. Título.
CDD 158.1

Los consejos dados por la autora en este libro son recomendaciones abiertas y generalizadas. De ningún modo reemplazan o pretenden reemplazar el asesoramiento o consejo profesional especializado y personalizado en la materia. Consulte con su profesional especializado y personalizado antes de poner en práctica cualquier sugerencia y/o consejo que las autoras puedan indicar en el presente libro. Grupo Ilhsa S.A., sus socios, empleados y/o directivos no se responsabilizan por los resultados de los consejos, sugerencias o prácticas que puedan ser propuestas por las autoras en el presente libro.

El editor se reserva todos los derechos sobre esta obra. En consecuencia, no puede reproducirse total o parcialmente por ningún método de reproducción existente o por existir incluyendo el gráfico, electrónico y/o mecánico (como ser el fotocopiado, el registro electromagnético y/o el almacenamiento de datos, entre otros), sin el expreso consentimiento de su editor, Grupo Ilhsa S.A. (Ley nº 11.723).

GUILLERMINA LOPATA

AFRODITA

Del sacrificio al magnetismo



A Editorial El Ateneo

Nota sobre la adaptación de los mitos en este libro

Los mitos de este libro están inspirados en relatos ancestrales provenientes de distintas tradiciones míticas. Las fuentes antiguas en las que se basan ofrecen estructuras generales, personajes arquetípicos y símbolos esenciales, pero no conservan diálogos completos, procesos internos ni una narración lineal tal como la presentamos en esta obra.

Por eso, algunas escenas, pensamientos y conversaciones que aparecen son recreaciones contemporáneas e interpretaciones simbólicas, creadas para acompañar tu proceso personal y hacer más accesible la sabiduría que estos mitos contienen. No buscan reconstruir un relato

exacto, sino transmitir su esencia transformadora.

A lo largo de la historia, los mitos siempre fueron recontados, adaptados y resignificados por cada generación. Esta colección continúa esa tradición: honrar la raíz ancestral mientras la traducimos a un lenguaje vivo y cercano para las mujeres actuales.

Los mitos se presentan como un espejo simbólico, una guía interna y una herramienta de transformación, más que como una reconstrucción literal de relatos antiguos.

Con profundo respeto por la tradición ancestral y por tu proceso presente,

Guillermina Lopata



*Dedico este libro a las mujeres
de mi linaje que, con sus luces y
sus sombras, sembraron en mí la
semilla de la curiosidad.*

La curiosidad se volvió búsqueda.

La búsqueda, camino.

El camino, revelación.

*La revelación, RECUERDO,
ENCUENTRO Y DIVINIDAD.*

Índice

Introducción	11
Parte I. El despertar.....	17
Capítulo 1. Afrodita despierta.....	19
· Mito del nacimiento de Afrodita.....	19
· La mujer magnética dormida.....	23
· Desprogramar para magnetizar.....	26
· La práctica sagrada.....	36
Capítulo 2. La prisión del deber	49
· Mito de Hefesto.....	49
· El arte de liberarse	54
· El deseo que nos guía	60
· La revolución interior.....	63
· La práctica sagrada.....	65
Carta de Afrodita	72
Parte II. La reconexión	75
Capítulo 3. Amar sin perderse.....	77
· Mito de Adonis.....	77
· La diosa que se humaniza	82
· Las energías femenina y masculina.....	83
· La unión de las dos fuerzas	90
· La práctica sagrada.....	91

Capítulo 4. La sabiduría interna	101
· Mito del juicio de Paris	101
· La intuición	104
· La práctica sagrada	117
Carta de Afrodita	124
Parte III. El regreso a la diosa	127
Capítulo 5. La magia del deseo	129
· Mito del <i>kestos himas</i>	129
· El cinturón sagrado	132
· Las tres "S"	133
· El cuerpo como altar	137
· La práctica sagrada	138
Capítulo 6. La fe que da forma	145
· Mito de Pigmalión	145
· Creer para crear	147
· Ser escultora de tu realidad	149
· La práctica sagrada	153
Carta de Afrodita	159
Parte IV. La integración	161
Capítulo 7. La mujer que ya no busca, sino que encarna	163
· Tu cuerpo como oráculo	165
· La magia de vivir desde tu cuerpo	166
· La incomodidad del poder	167
· El placer como brújula	168
· La diferencia entre saber y encarnar	168

Capítulo 8. La huella de tu luz	177
· Tu presencia también despierta a otras.....	179
· El viaje continúa dentro de ti	181
Carta de Afrodita	184
Epílogo	187



INTRODUCCIÓN

Hay noches en las que te quedas mirando el techo mientras el mundo duerme. El silencio debería traer calma, pero trae preguntas. Preguntas que no sabes cómo formular, que flotan en tu pecho como algo que quiere salir, pero no encuentra las palabras. No es tristeza exactamente, no es enojo. Es algo más hondo, más antiguo. Como si tu alma supiera algo que tu mente todavía no quiere admitir.

Tal vez sea esa sensación de estar viviendo una vida que no termina de sentirse tuya. De estar cumpliendo con todo —el trabajo, la familia, las expectativas— y aun así sentir que algo esencial quedó atrás. Como si hubieras dejado una parte de ti en algún momento del pasado y ya no recordaras dónde.

O quizás sea esa voccecita que aparece cuando menos la esperas: mientras lavas los platos, mientras manejas en el tráfico, mientras finges escuchar una conversación. Esa voz que te pregunta: “¿Esto es todo? ¿Así se supone que se siente la vida?”.

Sé de ese vacío. Lo reconozco en mí y en cientos de mujeres que llegaron a mi consulta buscando algo que no sabían nombrar. Llegaban diciendo que querían “encontrarse”, “reconectarse” o “volver a sentirse vivas”. Y cuando empezábamos a desandar el camino, siempre aparecía lo mismo: años de dar sin recibir, de sostener sin ser sostenidas, de ser para otros mientras sus propias luces se apagaban.

Seguro te enseñaron que ser mujer era sinónimo de entrega. Que tu valor estaba en cuánto dabas, cuánto aguantabas o cuánto te sacrificabas. Te dijeron que el placer es frívolo, que tu cuerpo debe ser de determinada forma, que tus deseos deben esperar. Y lo creíste, todas lo creímos. No porque fuéramos ingenuas, sino porque era el único mapa que nos dieron para navegar el mundo.

Pero hay un momento —y tal vez estés ahí ahora— en el que ese mapa deja de funcionar y empieza a fallar. Algo dentro de ti dice “basta” sin saber muy bien. Es un “basta” que no viene solo con furia, a veces es un suspiro hondo, un cansancio que ya no se va con una noche de sueño, una tristeza que no tiene nombre, pero que está ahí, constante, como un peso en el pecho.

Ese momento es sagrado, aunque parezca más bien un colapso. **Algo en ti ya está moviéndose, aunque todavía no sepas hacia dónde. Algo está pidiendo permiso para emerger, para respirar, para volver a sentir.**

Este no es un libro para leer y olvidar. No es teoría que se queda en la cabeza, es un viaje que se hace con el cuerpo, las

lágrimas, la rabia y la ternura. **Es un camino de regreso a esa mujer que fuiste antes de aprender a hacerte pequeña e invisible.** Antes de olvidar que eres, en esencia, una fuerza divina de la naturaleza. Y para recorrerlo, **te voy a invitar a hacerlo acompañada de la diosa Afrodita.**

No de la versión rosa y superficial que te vendieron. Te voy a hablar de la Afrodita real, la que nace de la sangre y la espuma, la que emerge de la herida más profunda y la transforma en poder. La que sabe que la belleza no es lo que ves en el espejo, sino lo que irradian cuando vuelves a habitarte.

Afrodita es **magnetismo**, sí. Pero no el magnetismo de agradar, gustar o ser deseada por otros. Es el magnetismo de una mujer que se desea a sí misma, que se elige, que se reconoce sagrada en todas sus partes, en las que hacen sombra y en las que irradian luz. Y ese poder —ese magnetismo profundo— no se aprende, se recuerda.

Porque hubo un tiempo en el que lo sabías: cuando eras niña, antes de que te enseñaran a dudar de ti, había algo que brillaba sin esfuerzo. Una certeza natural de que ser tú era hermoso, de que tu risa importaba, de que el mundo era tuyo para explorarlo. Luego llegaron las voces: “No seas tan escandalosa”, “No llates tanto la atención”, “Sé más delicada”, “No pidas tanto”, “Aprende a conformarte”. Y poco a poco, ese brillo se fue apagando, pero nunca se fue del todo.

Este libro es el mapa para volver a encenderlo. Y no va a ser cómodo porque volver a ti implica mirar lo que preferirías no ver.

Implica reconocer cuánto has dado de ti en formas desequilibradas, cuántas veces dijiste que sí cuando querías decir que no, cuántas versiones de ti misma creaste para ser aceptada mientras tu verdad quedaba enterrada bajo capas de sacrificio y silencio.

Va a doler. Pero ese dolor no es el problema. Es la llave. Porque del otro lado de ese dolor está la mujer que siempre fuiste, la que no teme ser vista, la que camina por el mundo sabiendo que su sola presencia es virtuosa.

El camino que estás por iniciar, a través de este libro, es un viaje profundo y amoroso que te acompañará desde el primer temblor del despertar hasta la integración completa de tu poder afrodítico.

En la primera parte reconocerás el sueño antiguo y sus raíces —creencias, mandatos, sacrificios heredados—. En la segunda, volverás a tu cuerpo, tu intuición, tu placer y tu verdad. En la tercera parte, entrarás en la magia del deseo, en tu poder creativo, en la fuerza de tu fe encarnada. Y en la cuarta, llegarás a la integración: ese lugar donde ya no buscas, sino que encarnas.

Además, en estas páginas encontrarás rituales, prácticas, ejercicios, preguntas profundas y palabras que acompañan, confrontan y activan. Son caminos que no se quedan en la mente: descienden al cuerpo, a la emoción, al deseo, al lugar donde ocurre la verdadera transformación.

No necesitas ser experta en rituales ni conocer técnicas especiales, solo necesitas la intención sincera de transformarte y

de hacer magia con tu propia vida. Y para recorrer este viaje con mayor profundidad será necesario que cuentes con una **bitácora mágica**: un cuaderno especial donde irás registrando tu proceso, desde el principio hasta el final. Elige uno nuevo, creado con intención, que desde el primer momento se sienta solo tuyo. Decóralo como te resuene y ten a mano lapiceras, lápices o resaltadores. Este cuaderno no es solo papel: será el contenedor de tu verdad, tus descubrimientos, tus rituales y tu propio despertar.

Si es la primera vez que lees un libro mío, quiero contarte algo: me gusta hablar de **magia**. Pero no de trucos ni fantasías, sino de la magia real, la que nace del autoconocimiento, del despertar interior y de la práctica consciente. Cuando te abres a este camino con intención y constancia, te conviertes en maga: no por aprender algo nuevo, sino por recordar el poder que siempre estuvo dentro de ti. **Hacer magia es perdonarte, sanarte, transformarte y empoderarte, es volver a tu centro y encender tu luz.**

Cuando la magia despierta, algo en tu mirada cambia. Lo cotidiano se vuelve misterioso y vivo. Empiezas a notar colores, señales, sensaciones que antes pasaban desapercibidas. El Sol te guía, la Luna te acompaña, el fuego te transforma, el agua te limpia, el aire te expande y la tierra te sostiene. Comprendes que formas parte de un universo ordenado, generoso y perfecto. Te vuelves coherente, consciente, responsable de tus deseos. Los velos se corren y puedes ver quién eres detrás de los personajes que creaste para sobrevivir.

Cuando la magia despierta en ti, dejas de ser espectadora y te conviertes en la protagonista de tu historia. Y sin darte cuenta, la mente agotada de antes da paso a una vida encendida, intuitiva y magnética. **Eso es ser maga: caminar tu verdad, honrar tu esencia y crear desde tu luz.**

Y todo ese despertar del que te hablo es justamente lo que Afrodita viene a activar en ti. Esta obra es una puerta hacia esa magia viva y encendida que espera ser recordada.

No puedo decirte que la vida será perfecta después de estas páginas. Pero sí puedo decirte que **cuando Afrodita despierta en ti, todo se mueve. Todo cambia. Todo se reordena.** Porque una mujer que encarna su valor deja de mendigar. Una mujer que se elige deja de abandonarse. Una mujer que recuerda su magnetismo deja de perseguir: atrae. Y esa transformación, una vez iniciada, no tiene vuelta atrás.

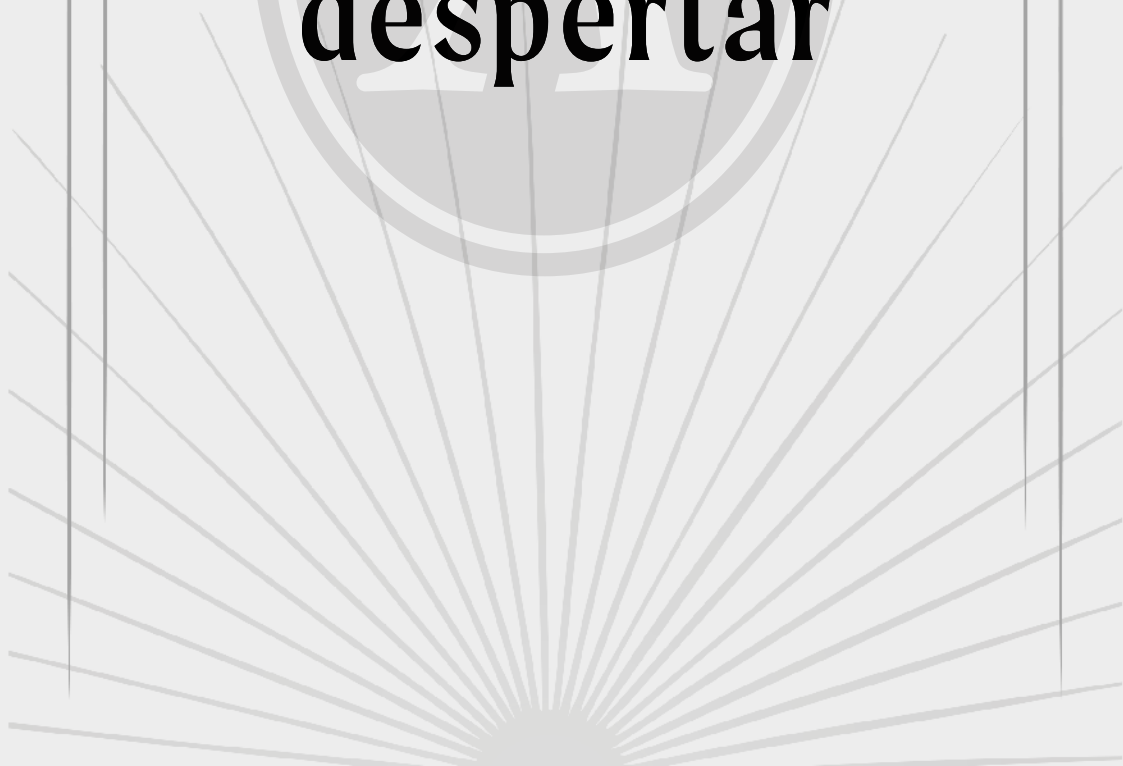
Este libro no se lee: se atraviesa, se siente, se respira. Algo en ti ya empezó a abrirse, aunque sea un poco. Tal vez estás aquí con curiosidad, con cansancio, con esperanza, con ganas de volver a ti. Sea lo que fuere que te trajo a estas páginas, no es casual. **Afrodita ya comenzó a despertarte.** Y cuando una mujer despierta... el mundo entero tiembla un poco.

¡Bienvenida! Tu viaje de regreso a ti misma comienza ahora.



PARTE I

El despertar



CAPÍTULO 1

Afroditia despierta



**Mito del nacimiento
de Afrodita**

* La diosa que emerge de la espuma

La historia de Afrodita no comienza con amor y rosas, sino con sangre, rebelión y el coraje de decir “hasta aquí”. Porque los nacimientos verdaderos —los que transforman el mundo— no siempre vienen envueltos en suavidad, a veces vienen con el fuego de la creación.

Antes de *ella*, el cosmos estaba gobernado por Urano, el cielo, que oprimía a sus hijos y los mantenía prisioneros en el vientre de su esposa, Gea, la Tierra.

Gea, la Gran Madre, cansada de ese encierro, decidió poner fin a la oscuridad. Le entregó a su hijo Crono una hoz, una forma de decir “para que nazca lo nuevo, hay que cortar lo viejo”.

En un acto de furia y valentía, Crono castró a su padre y arrojó sus genitales al mar. Pero el océano, en lugar de hundirlos y olvidar, respondió. No fue un receptor pasivo: el mar —ese útero infinito, matriz del inconsciente colectivo femenino— comenzó a burbujear, a brillar, a transformarse. Cada burbuja era una oración. Cada destello, un decreto sagrado: “De esta herida nacerá la sanación. De esta destrucción, la creación más bella”.

La espuma dorada que se formó no era solo espuma: era *chrysós*, oro en griego, oro líquido, la sustancia de los alquimistas, el material que convierte el dolor en poder y la herida en sabiduría.

Y de esa espuma, de esa alquimia luminosa, emergió *ella*: **Afrodita**.

Afro significa espuma. Y ella, nacida de las aguas, no llegó llorando como otros bebés divinos, sino como una mujer completa, consciente de su poder.

Sus cabellos dorados flotaban como rayos de sol sobre el agua. Su piel brillaba con la luz de las perlas más preciosas. Y en sus ojos habitaba algo que haría temblar a dioses y mortales: **la certeza absoluta de su propio valor.**

Las olas la llevaron hasta la orilla de Chipre, y con cada paso sobre la arena, las flores brotaban bajo sus pies. No hacía magia, su sola presencia despertaba la vida dormida en todas las cosas. Afrodita no tuvo que aprender a ser poderosa: ella lo supo desde el primer momento.

Cuando llegó a tierra firme, no lo hizo sola. La acompañaban delfines —símbolos de goce, juego, placer y libertad—, los únicos mamíferos que aman y hacen el amor por placer. Ninguna casualidad. Los delfines le recordaban al mundo que el placer también es sagrado.

Las conchas marinas que la rodeaban no eran adornos: eran **yonis**, representaciones del útero, del portal de la vida. En ellas se condensaba el misterio de lo femenino como origen, placer y abundancia. Las perlas que adornaban su cuerpo eran heridas transformadas en belleza: cada una nacida del dolor que una ostra supo volver tesoro.

Afrodita también llevaba un espejo, pero no para buscar defectos ni confirmar inseguridades. Lo usaba como un acto de