

¡Hola, Mireia!

Antes de pasar a la secuencia de emails, quería comentarte que la frecuencia está pensada para que los emails sean recibidos de diariamente tras confirmar la suscripción (día 1).

1. **Email de bienvenida y presentación:** entregamos el *lead magnet*, explicamos que la comunicación será diaria (por ahora). Además, comparto un poco de tu historia personal, para que vayan conociéndote en caso de que no hayan leído la sección “Sobre mí” de tu web. Invito al suscriptor a interactuar contigo respondiendo a este email para que te cuente su historia.
2. **Email que les presenta evidencia:** les presento datos de un estudio sobre el miedo a hablar en público. Toco puntos de dolor para ir preparando al cliente potencial para la venta que se inicia en el próximo email. Les invito a responder para que te comenten qué le ocurre a su cuerpo y su mente al hablar en público.
3. **Email del enemigo número 1 e inicio de la venta:** hablo de cómo diversas mentorías hablan puramente de estrategia y de oratoria, pero no van a la raíz del problema de muchas personas al hablar en público: la mentalidad. Se inicia la venta de “Habla sin miedo”, tocando puntos de dolor.
4. **Email de venta:** continúo presentando la mentoría privada “Habla sin miedo” como un paso para ir más allá en su camino para lograr confianza y seguridad al enfrentarse a un público. Les hablaré de los beneficios que obtendrán si trabajan contigo y toco puntos de placer, les muestro cómo se sentirán después de trabajar contigo.
5. **Email de testimonios:** presento 3 testimonios de empresarios de éxito que hicieron la mentoría privada contigo (sacados de LinkedIn), y los invito a contactarte. Igualmente, añado una llamada para que visiten tu LinkedIn y tu página de testimonios y vean todas las recomendaciones de personas de éxito que tienes.
6. **Email de preguntas frecuentes:** email dedicado a las preguntas más frecuentes que recibes y las dudas que puedan presentarse al contratarte, con el objetivo de derribar objeciones.
7. **Email de escasez:** aunque no se cierra la venta (porque es un programa *evergreen*), crearé una sensación pertenencia y exclusividad que sentirán si se unen a tu programa. Asimismo, haré alusión a que tu agenda se está llenando y si no se inscriben pronto, se perderán los beneficios de trabajar contigo.

Todos los emails tienen una llamada a la acción, al principio para generar interacción con el suscriptor y luego para que te contacten a través de una aplicación, que permita agendar una cita contigo (Calendly por ejemplo) o al formulario de la página de la mentoría que te permite ponerte en contacto con ellos.

Email #1

Fecha de envío: día 1, tras suscribirse

Asunto: Te doy la bienvenida al escenario

Cuerpo del Email:

Si has llegado aquí, es porque **te gustaría hablar en público sin que los nervios y el estrés te controlen y te afecten.**

¡Enhorabuena, [%FIRSTNAME%]!

Has llegado al escenario correcto, y durante cada día (por ahora) estaré escribiéndote para que nos conozcamos mejor.

Por ahora, [puedes descargar aquí la guía que te regalo](#) **Enlace a la página de descarga del lead magnet.**

Ahora, deja que te cuente rápidamente sobre mí.

Yo era esa niña tímida, que trataba a toda costa pasar desapercibida y con miedo a ser criticada o señalada por decir algo supuestamente incorrecto.

Pensaba que si no hacía bien las cosas a la primera, no me querrían... Por tanto, mientras menos tiempo pasara siendo el centro de atención, mejor.

Pero había un inconveniente: **yo quería ser actriz.**

Paradójico, ¿no?

Me tomó tiempo, pero tras años de estudios en humanidades, comunicaciones y ventas, finalmente decidí ir a por mi sueño y me convertí en actriz.

He hecho obras de teatros, películas y varios cortometrajes. Fui adquiriendo conocimientos no solo de técnicas teatrales, sino también de dos temas que me apasionan: la bioenergética y la programación neurolingüística (PNL).

Y combiné todo eso para crear un emprendimiento de éxito, **Lavidaespuroteatro**, que **ayuda a las personas a:**

- **Sentirse cómodas consigo mismas** al hablar en público.
- **Tener seguridad** frente a una audiencia, no importa cuán grande sea.
- Reducir los nervios, aumentar su autoconfianza y **conectar con el público**.
- **Verse apasionados** durante una presentación, lo cual, como ya conoces, vende.

Ya sabes mi historia. Me encantaría conocer la tuya, para ofrecerte la información más adecuada para ti.

¿Cuál es tu historia? Puedes responderme a este email para conocerte un poco mejor. ¡Te leo!

Gracias por estar al otro lado,

Mireia “era tímida pero ya no” Murguiondo

P.D.: Aquí te dejo algunas de las marcas con las que he trabajado, por si tenías curiosidad ;)



Email #2

Fecha de envío: día 2

Asunto: ¿A ti también te ocurre esto?

Cuerpo del Email:

Ocupar un puesto relevante en una empresa, es extremadamente satisfactorio, sí, pero que conlleva una gran responsabilidad. Que te lo digan a ti, [%FIRSTNAME%] ...

Estoy segura de que entre reunión y reunión, te ha tocado presentar un tema ante tus compañeros y jefes, o tratar de vender un producto a un comprador importante.

Y solo de pensar en pararte ahí, frente a todos, siendo el objeto de atención por largo tiempo, todos los ojos puestos en ti mirando cada gesto que haces, escuchando cada palabra que dices, te pone los pelos de punta.

El miedo a hablar en público está presente en un 75% de la población, según estudios de la Universidad de California.

Es más común de lo que creemos y puede ser menos o más fuerte según diferentes factores.

El miedo a hablar en público más fuerte e irracional, se conoce como Glosophobia.

Algunos de los síntomas son:

- Aumento de la tasa cardiaca y respiratoria.
- Sensación de falta de aire.
- Vértigos, náuseas o vómitos y alteraciones gástricas.
- Temblores
- Miedo a perder el control y no saber gestionar la situación.
- Ideas de que la persona que habla frente a la audiencia será humillada o no estará a la altura de las circunstancias.

¿Te suenan de algo?

Aunque no todas las personas que tienen miedo a hablar en público padecen de glosophobia, sí que experimentan muchos de estos síntomas físicos y cognitivos.

¿Por qué te estoy contando esto?

Porque si estás aquí, es porque **temes de una u otra manera a hablar en público.**

Como te contaba en el email de ayer, hace años me sentía así, con temor a hablar frente a muchas personas.

Me tomó esfuerzo y entrenamiento sí, pero **logré vencer ese miedo y controlar mi cuerpo al hablar en público** y logré dominar los síntomas que te mencioné arriba.

El teatro me dio las herramientas que necesitaba para pararme frente a un público y echarlo en mi bolsillo.

Exactamente lo que necesitas tú.

Ya has dado un primer paso para remediarlo, si descargaste una de mis guías: “16 ejercicios para hablar sin nervios” o “Lenguaje corporal para los negocios”.

Estoy convencida de que van a ayudarte con **tu estrategia** para mejorar tu comunicación.

Pero... **¿Qué hay de tu mentalidad?**

Te voy a contar por qué es importante trabajarla para tener éxito al hablar en público, pero eso será mañana.

Por ahora, **puedes responder a este email** para contarme cuál de los problemas al hablar en público que mencioné es el que tienes, o si tienes otro. ¡Te leo!

Por hoy, me voy tras bambalinas.

Gracias por estar al otro lado,

Mireia “*mi miedo no me venció*” Murguiondo

P.D.: ¿Sabías que los síntomas de glosofobia o incluso, de un miedo menos intenso a hablar en público, pueden mellar tu futuro profesional?

Por eso, cuanto antes identifiques qué te causa el miedo a hablar en público, antes podrás darle una solución al problema. Responde a este email y cuéntame si alguno de estos síntomas te afectan cuando hablas frente a una audiencia.

Email #3

Fecha de envío: día 3

Asunto: Así corrijo tu mente

Cuerpo del Email:

[%FIRSTNAME%], te toca presentar el producto más importante de tu empresa a ese comprador potencial que han estado contactando durante meses, y que puede traerles beneficios millonarios.

Faltan 5 minutos para comenzar y estás respirando profundamente, has calentado la voz, estás tratando de concentrarte.

Estás haciendo todo eso que aprendiste en tus cursos de oratoria y de presentaciones con impacto.

Pero algo te está pasando a medida que el reloj avanza implacablemente...

... Tick... "No puedo fallar, mis jefes me estarán mirando"... Tock... "¿Se notará que estoy sudando a mares y me tiemblan las manos?... Tick... "Mi promoción depende de esto, por favor, no puedo echarlo a perder"... Tock... "No me va a salir bien"... Tick... "¿Cómo era que tenía que empezar?"... Tock

¿Cómo crees que salió esa presentación? Yo sé la respuesta y creo que tú también: fatal.

Todos los recursos que te dieron en esas clases de oratoria no te sirvieron de mucho. Te preguntarás el por qué.

*Pues porque esos cursos (que pueden ser maravillosos) se centran en trabajar la estrategia pero, **¡nunca la mentalidad!***

*Son cursos que le van de maravilla a aquellas personas que YA tienen una predisposición a hablar en público y a la comunicación, pero **no son para aquellos que tienen miedo escénico.***

Por eso, creo firmemente en lo que dijo el sabio chino Lao Tsé:

"Si corriges tu mente, el resto de tu vida se armonizará"

Trabajar la mentalidad es imprescindible para tener éxito en todos los pilares de tu vida, y tu trabajo no es la excepción.

Tus temores, tus inseguridades, tus nervios y tus heridas pasadas influyen en tu rendimiento como profesional, y esto es especialmente cierto en ese “mundo de tiburones” por donde te mueves para sobrevivir.

Pareciera que un paso en falso te puede costar la vida laboral...

Y de cierta forma, eso es cierto. A la parte más primitiva de tu cerebro lo que le interesa es mantenerte a salvo y con vida. Quedarte en tu zona de confort es la mejor manera de lograr ese objetivo.

Esta es una zona metafórica que en la que estás cuando te mueves en un entorno que controlas, donde **todo te resulta cómodo y conocido**... sea bueno o malo.

Salir de tu zona de confort es algo que a tu mente le da miedo y esto hace que tu cuerpo se ponga en modo “pelea o huye”.

Por eso **me gusta trabajar la mente de mis clientes**: les enseño a reprogramarla para que entiendan que hablar en público no va a dañar a sus cuerpos.

¿Cómo lo hago?

A través de mi mentoría **“Habla sin miedo”**.

Una **mentoría privada especializada, para directivos y personas del mundo de los negocios** (vamos, como tú), que **te ayudará a conectar con tu mente y tus emociones, y expresarlas a través de tu cuerpo**.

Y es que es increíble que ya no te ocurra esto:

- Temer a hacer el ridículo delante de muchas personas, incluyendo tus jefes y clientes potenciales.
- Que te salgan mal presentaciones tras días (o semanas) de preparación.
- Tener falta de confianza en ti, no saber cómo moverte o pararte frente a una audiencia.
- Caer bajo la presión de tener que dar la talla constantemente, en el momento en que te diriges a un público.

Durante la mentoría tendremos sesiones en las que me dedicaré exclusivamente a ti, para enseñarte, acompañarte y sostenerte, mientras te doy las técnicas corporales que necesitas para **llegar a tus emociones, aprender a gestionarlasy mejorar tu comunicación en público**.

Si esto es lo que quieres lograr, [te invito a contactarme de forma gratuita](#), para que conozcas si “Habla sin miedo” es para ti. [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Por hoy, termino mi puesta en escena.

Gracias por estar al otro lado,

Mireia “la encantadora de mentes” Murguiondo

P.D.: Es broma: no encanto tu mente, pero te ayudaré a entenderla, educarla y usar tus emociones a tu favor.

[Contáctame para que sepas cómo “Habla sin miedo” puede ayudarte.](#) [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Es totalmente gratis

Email #4

Fecha de envío: día 4

Asunto: Aquí tienes mi propuesta

Cuerpo del Email:

Ha llegado tu momento, [%FIRSTNAME%].

La presentación que darás sobre el trabajo de tu empresa en la Feria de Negocios de tu sector, está a punto de comenzar.

Respiras.

Ya has calentado tu voz y has respirado profundamente.

También has trabajado tu cuerpo con técnicas específicas.

Hay nervios, sí, pero están al mínimo.

Sientes comodidad con tu cuerpo y sabes exactamente qué pasos dar para que la presentación salga bien.

Deseas comenzar cuanto antes, contarle a todo el mundo sobre tu empresa y sus productos y sabes que lo harás de forma natural, con seguridad, pasión y carisma.

Tienes el éxito asegurado...

Esta es una transformación real.

Es el cambio que ha ocurrido en las personas que sufrían al hablar delante de una audiencia, y que contrataron mi servicio estrella para enfrentarse a sus emociones, reprogramar su mente y tener control sobre sus pensamientos antes de hablar en público.

Mi mentoría privada **“Habla sin miedo”**.

Una **mentoría 100% personalizada** donde obtienes:

- **Confianza, autoconocimiento y seguridad** a la hora de hablar en público.
- Ayuda para **trabajar en la raíz** de lo que te causa problemas, miedos e inseguridades.
- Conocimientos 10% teóricos y 90% prácticos para **aprender a expresarte emocionalmente a través de tu cuerpo**.
- **Liberar tensiones físicas y emocionales** que te limitan de alcanzar todo tu potencial (personal y profesional).
- Evitar que el estrés que conlleva tu trabajo melle tu cuerpo.
- **Liberarte de sentimientos negativos** que limitan tu expresividad y tu autoestima.
- Las **herramientas para impactar** con tus presentaciones mientras desbloqueas emociones estancadas.
- El reconocimiento de los que te rodean y la posibilidad de avanzar en tu vida profesional, al crear una buena marca personal.

Al ser actriz, en mi mentoría **utilizo y enseño herramientas y técnicas corporales**, que vienen del mundo del teatro y del espectáculo.

Eso sí: es imprescindible que pongas de tu parte, completando ejercicios que te dejaré para que hagas en casa.

Soy buena, pero no hago milagros ;).

Tenemos que trabajar juntos. Por mi parte, **te prometo una mentoría 100% pensada para ti y donde experimentarás cambios positivos rápidamente**, desde el día uno.

[Contáctame para agendar una sesión gratuita conmigo](#) y ver cómo puedo ayudarte. [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Mañana te presentaré a algunas personas de negocios de las que fui mentora, para que sean ellos y ellas quienes te cuenten los cambios que trajo a su vida “Habla sin miedo”.

Por hoy, acaba este acto.

Gracias por estar al otro lado,

Mireia “la de la mentoría que se adapta a ti” Murguiondo

P.D.: Lo de 100% personalizada no es broma. Después de todo, cada persona es diferente y necesita recursos y herramientas diferentes. Yo se las doy.

[Te vuelvo a dejar el enlace de contacto por aquí, por si te da pereza mover el ratón.](#) [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Email #5

Fecha de envío: día 5

Asunto: ¿Cómo exactamente impacto tu vida?

Cuerpo del Email:

Ser actriz me ha permitido meterme en la piel de diferentes personajes que recordaré siempre, [%FIRSTNAME%]. Cada uno tiene una historia, un pasado, alegrías y heridas.

Vamos, como cualquier persona.

Todos han dejado su huella en mí.

Y algo parecido era lo que quería hacer yo con mi vida: dejar una huella en otros.

Ser recordada como alguien **capaz de ayudar, de traer un cambio positivo** a la vida de alguien más, de tender una mano y acompañar.

Ser recordada con una sonrisa.

Y creo que **lo estoy logrando con mi mentoría “Habla sin miedo”**.

Pero mejor que te lo cuenten estas personas:

*“Encontré a Mireia cuando buscaba una mejora en mi entorno profesional. Pero desde que empezamos a trabajar juntos en sus mentorías, sentí que **el efecto de sus técnicas iba más allá de mi vida profesional**. Tanto, que recuerdo la alegría con que vivía los días que tocaba clase. Si las respuestas que la vida te ofrece no te gustan, habla con Mireia. Gracias, Mireia: ha sido duro, pero ha merecido muchísimo la pena.”*

Luis M. Gamo (PMO Manager en Indizen Optical Technologies, S.L.U.)

*“Hablar en público es un acto que genera estrés y, por qué no admitirlo, miedo. Mireia me está enseñando a entender lo que pasa por mi mente cuando me enfrento a estas situaciones. Te ayuda encontrar la raíz del problema, y sobre todo te enseña a solucionarlo, te escucha y te entiende. ¿Quién mejor que una actriz para explicarte estas técnicas? Mireia es una profesional como la copa de un pino, luchadora y transmite una energía y actitud positiva que contagia. Lo mejor de todo, es un encanto de persona. **Recomiendo su mentoría “Habla sin miedo” a todas las personas que quieran superar el reto de hablar sin estrés en público.**”*

Alaitz Osa (Consultora de ventas, coach comercial y Co-fundadora de KRUCE)

“Mi mayor bloque antes de trabajar con Mireia era lo mucho que me costaba hablar en público. Me ponía muy nerviosa, me sentí poco natural y tenía mucho miedo a hacer el ridículo o equivocarme. Me sentía tan insegura y mal, que lo evitaba a toda costa. Pero teniendo un puesto de responsabilidad no era viable seguir así. Gracias a la mentoría he aprendido a sentirme más segura, tener una comunicación más natural y ser yo misma cuando hablo en público. Es como si ya no tuviera miedo a dejar un pedacito de mí cada vez que tengo que hablar en público.”

Marisa Asensio (Directora Comercial)

Esta es una pequeña muestra de las recomendaciones sobre mi trabajo (y por las cuales estoy muy agradecida) que he recibido y que puedes ver en mi web, en la sección de “Testimonios”. [Te dejo el link por aquí.](#) [Enlace a página de testimonios.](#)

Son la muestra de que lo que hago realmente ha impactado en la vida de mucha gente.

Estoy segura de que a ti también “Habla sin miedo” traerá cambios extraordinarios tanto a tu vida profesional como personal.

Te recuerdo que:

- Lograrás **soltar tu cuerpo, comunicarte con éxito e impactar en tus presentaciones.**
- **Mejorarás tu conexión** con la audiencia y las personas que te rodean.
- Recibirás mi ayuda para **entender tu mente, reprogramarla y trabajar en la raíz** de lo que te causa problemas.
- Te **librarás de esos pensamientos negativos** que limitan tu comunicación y tu seguridad al hablar frente a una audiencia.

Si todavía tienes dudas, [contáctame para charlar y conocer más sobre mi mentoría.](#) [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#) No te costará nada.

Por hoy termina mi parte del diálogo, pero espero por la tuya.

Gracias por estar al otro lado,

Mireia *“la que deja huella en otras vidas”* Murguiondo

P.D.: ¿Quieres leer más testimonios sobre mi trabajo? [Puedes cotillear en LinkedIn lo que dicen de mí otras personas que han trabajado conmigo](#). Enlace a perfil de LinkedIn. ¿Quién sabe? Tal vez encuentres a alguien que conozcas que haya trabajado conmigo, a quien puedas pedir referencias.

Email #6

Fecha de envío: día 6

Asunto: ¿Me has hecho esta pregunta?

Cuerpo del Email:

No, el curso no tiene clases prácticas frente a un público. **No las necesitas.**

La razón es porque **nos enfocaremos 100% en ti, tu cuerpo y tu mente.**

En el primero porque tenemos que reacondicionarlo, y en la segunda, porque tenemos que reprogramarla y enseñarle que cuando te expones frente a un público no estás en peligro.

Cuando eso suceda, junto a las técnicas corporales que te enseñaré, tendrás todas las herramientas para enfrentarte a un público, sea del tamaño que sea.

Esta es una de las varias preguntas que he recibido sobre “**Habla sin miedo**”, [%FIRSTNAME%].

Como algunas se repiten, decidí recopilarlas aquí y darles respuesta, para ver si te ayudan en caso de que tengas dudas.

Vamos a verlas.

1. No tengo mucho tiempo libre, ¿podré hacer la mentoría?

¡Puedo imaginar lo ocupada que tienes la agenda, teniendo la profesión que tienes! Por eso, tengo un horario flexible, puedo ajustarme a tu tiempo disponible. ¿Necesitas tu mentoría en las mañanas, en la tarde, un fin de semana? Nos ponemos de acuerdo.

2. No sé si pueda desplazarme hasta la sala de ensayos, Mireia.

Si vives en Madrid, puedo desplazarme hasta donde te encuentres, si dispones de las condiciones para realizar el trabajo ahí. También ofrezco la mentoría online,

por si te preocupa la situación actual o no dispones de un espacio.

3. ¿Cómo sé que funcionará para mí?

Porque es 100% personalizada, basada en ti única y exclusivamente. Las herramientas y técnicas que emplearé, solo las propondré tras hablar contigo y verte en una consultoría.

Ya está.

Estas son las preguntas más frecuentes que he recibido en estos días, espero que las respuestas te hayan aclarado un poco.

También me han preguntado por el precio y para conocerlo [te invito a que me contactes de forma gratuita, para explicarte todo lo que quieras saber](#). [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Por hoy, me voy a mi camerino.

Gracias por estar al otro lado,

Mireia *“me encanta responder preguntas”* Murguiondo

P.D.: Si tu pregunta no se encuentra entre las que te comenté, [contáctame para que me cuentes](#) ([Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#) y poderte responder de la forma que más me gusta: cara a cara :D.

Email #7

Fecha de envío: día 7

Asunto: QUEDAN 24 HORAS: el telón está bajando.

Cuerpo del Email:

Mi agenda se está llenando de personas que han contratado mi mentoría privada **“Habla sin miedo”, la mentoría 100% personalizada** que hará que confíes en ti e impactes con tu discurso, si temes a hacer el ridículo y sentir nervios al hablar en público.

Gente como tú, [%FIRSTNAME%], **cansada de nervios, estrés y fallos** en su comunicación en público, harta de no saber de dónde vienen esos problemas o cómo solucionarlos.

Gente que **decidió dar un paso más** para entender su mente e impactar con sus presentaciones, a través de mis técnicas corporales y herramientas de programación neurolingüística.

Si, como ellos, esto es lo que deseas alcanzar, únete a “Habla sin miedo” y a las decenas de personas que pronto dirán que hablar en público es pan comido.

Quedan pocos espacios disponibles en mi agenda, [contáctame para que sepas cómo puedo ayudarte.](#) [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)

Te espero con los brazos abiertos.

Por hoy, baja el telón.

Gracias por estar al otro lado.

Mireia “estoy a punto de cambiar la vida de muchas personas” Murguiondo

P.D.: A partir de la próxima semana, te llegarán mis emails con menos frecuencia, porque estaré al 100% con quienes se hayan unido a la mentoría.

Si quieres ser parte de esa increíble comunidad de triunfadores, [reserva una cita conmigo. Es gratis.](#) [Enlace a aplicación para agendar una cita o formulario de la página de ventas de la mentoría.](#)