



Guía de preparación para tu llamada de claridad

Todo lo que necesitas saber (y un poco más)
antes de tu sesión gratuita.



En esta llamada de claridad

El propósito principal es mirar juntas/os, con calma, qué personaje sostienes hoy, y qué es lo que, en el fondo, ya está pidiendo salir.

Durante la sesión vamos a:



Reconocer qué te ha traído hasta aquí, aunque todavía no sepas nombrarlo del todo.

Identificar cuál es, hoy, la máscara que sientes que ya no te representa.

Ver con calma si UNMASK es, ahora mismo, el camino adecuado para ti.

Y si lo es, te explicaré cómo funciona el proceso completo: los tres ciclos, lo que incluye, y cómo dar el siguiente paso.



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Cómo acompañar

Llevo toda la vida en una búsqueda personal constante. Más de veinte años formándome en el trabajo con el cuerpo y la energía, y doce años acompañando a otras personas en este mismo camino, para acercarse cada día más a una forma auténtica de expresarse y de estar en el mundo.

De ese recorrido nace UNMASK, el proceso con el que hoy sostengo ese camino: sin necesidad de esconderse, sin necesidad de actuar para los demás.



Trabajo desde tres claves:

De la máscara a la presencia

Aprendes a sostener tu presencia frente a los demás sin necesidad de adaptarte ni esconderte.

De la protección a la expresión

Exploras los bloqueos que dificultan tu expresión, y te dejas sorprender por lo que aparece cuando los sueltas.

De la identidad a la esencia

Integras todo el camino recorrido, y practicas tu presencia más auténtica, sin personajes ni mecanismos de control.



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Antes de que te lo preguntes...

¿Necesito haber hecho teatro antes?

No. UNMASK no es una escuela de teatro ni de clown. Lo único que hace falta es curiosidad y apertura para explorar.

¿Necesito tener habilidades físicas o artísticas?

No. No se trata de actuar bien ni de moverte de una forma determinada. El cuerpo que ya tienes es exactamente el que necesitas.

¿Necesito tener experiencia previa en este tipo de trabajo?

No. La mayoría de las personas que llegan a UNMASK no han hecho nunca nada parecido. Lo que se pide no es experiencia, es disposición a mostrarte tal cual eres.



Para que nuestra sesión
sea un espacio real...

Reserva al menos 30 minutos solo para ti.

Busca un espacio tranquilo, sin interrupciones,
donde puedas hablar con libertad.

Conéctate desde un ordenador, no desde el
móvil para poder vernos bien y crear un espacio
más cuidado.

Ven abierta/o, ven honesta/o. No hace falta
llegar con las respuestas.



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Antes de encontrarnos,
pregúntate con
honestidad:

¿Qué personaje sientes que sostienes
hoy, en tu día a día?

¿Qué es lo que, en el fondo, ya está
pidiendo salir?

¿Qué has intentado hacer con esto
hasta ahora?

¿Estás dispuesta/o a mirarlo de frente,
sin tener todas las respuestas?



Esto opinan las personas que ya han vivido UNMASK...

Fue una ceremonia. Un ritual. Una inmersión en el propio ser. Me enfrenté a mi vacío, a mi propia nada y ahí, sin previo aviso, ocurrió el acto mágico: por la maravilla de escuchar y comprender, pude reflejar la esencia de mi compañero como un espejo.

Sin prejuicios ni miedo, mi cuerpo y mi mirada comunicaron una verdad muy honda y sincera, sobre mí misma y sobre el otro. UNMASK me devolvió al niño mágico que fui a lo hondo, a lo sagrado.

Magdalena Rodríguez
(España)



Viví, con UNMASK, la experiencia más profunda de mis más de veinte años de camino de crecimiento personal. No habría podido vivir algo tan radical si Francesca no lo hubiera acompañado con un estado de neutralidad digno de un maestro zen.

Viví un movimiento ancestral dentro de mí, marcado por momentos de 'congelamiento' y otros de profunda emoción. El trabajo fue tan importante que lo percibí como un nacimiento: una parte de mí que tuvo la paciencia de esperar 57 años antes de poder, finalmente, venir al mundo.

Virginio Schiavetti
(Italia)



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Esto opinan las personas que ya han vivido UNMASK...

Tenía pensado irme tres días antes, pero Francesca me dijo: 'Es mejor que te quedes un poco más; te hará bien'. Al tercer día ya sabía que tenía que quedarme hasta el final y me alegro muchísimo de haberlo hecho.

Este trabajo es una inversión en nuestra manera de afrontar los momentos difíciles y de vivir con más claridad y presencia. La profundidad de lo vivido sigue resonando mucho después de terminar: meses, incluso años más tarde.

Rochelle Gatt
(Malta)



No conocía a nadie, pero enseguida me sentí como en casa gracias a la apertura de mis compañeros y a la maestría de Francesca, que nos guió con sensibilidad y sabiduría.

Había hecho bastantes cursos antes, pero UNMASK fue diferente: me permitió conectar desde lo profundo con mi mundo interno y con el de mis compañeros. Viví un viaje apasionante, divertido, sorprendente y estimulante.

Coco Vargas
(España)



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Esto opinan las personas que ya han vivido UNMASK...

Fue una ceremonia, un ritual, una inmersión en mi propio ser. Me enfrenté a mi vacío y ahí, sin previo aviso, mi cuerpo habló una verdad honda y sincera sobre mí misma. UNMASK me devolvió al niño mágico que fui.

Magdalena Rodríguez
(España)



Viví la experiencia más profunda de mis veinte años de búsqueda personal y solo necesité dos días. Sentí que nacía en mí una parte que llevaba 57 años esperando para salir.

Virginio Schiavetti
(Italia)



Estuve a punto de irme antes de tiempo, pero decidí quedarme hasta el final y qué bien hice. Antes no podía sostener una mirada ajena, ahora si y me siento fuerte, capaz de sostenerla

Rochelle Gatt
(Malta)



UNMASK
A ORIGO JOURNEY

Gracias por confiar y
reservar este espacio

Si has podido reflexionar sobre las
preguntas de esta guía, genial. Y si no
te ha dado tiempo, no pasa nada, lo
haremos juntas/os en la sesión.

Si surge cualquier imprevisto, avísame
con al menos un día de antelación.
Cuidar nuestro tiempo es también una
forma de cuidar el proceso.
Nos vemos muy pronto.

