

Golfinho

Informativo de PNL - Neurolingüística

ANO 6 Edição 1 nº 60

janeiro/2000



Feliz 2000 !

Prometa a si mesmo

"Ser forte de maneira que nada possa perturbar a sua paz de espírito.

Falar de saúde, felicidade e prosperidade a toda pessoa que encontrar.

Fazer os amigos sentirem que há alguma coisa de superior dentro deles.

Olhar para o lado glorioso de todas as coisas

e fazer com que o otimismo se torne uma realidade.

Pensar sempre no melhor, trabalhar sempre pelo melhor e esperar somente o melhor.

Esquecer os erros passados e preparar-se para melhores realizações no futuro.

Ter tanto entusiasmo e interesse pelo sucesso alheio como pelo próprio.

Dedicar tanto tempo ao próprio aperfeiçoamento

que não lhe sobre tempo para criticar os outros.

Fazer um bom juízo de si mesmo e proclamar este fato ao mundo,

não em altas vozes, mas em grandes feitos.

Viver na certeza de que o mundo estará ao seu lado,

enquanto lhe dedicar o que há de melhor de si mesmo."

I. A. Corrêa

Nesta edição

1	Artigo 1: Final de Milênio: Momento de Construir o Futuro	pág. 2
2	Artigo 2: Uma história sobre o medo de voar	pág. 4
3	Artigo 3: O Padrão do Perdão	pág. 6
4	Artigo 4: O Processo de Libertação da Alergia	pág. 8
5	Metáfora: As páginas Novas	Pág. 10
6	Revisão de livro: Domesticando o Dragão	pág. 11
7	Agenda de cursos e workshops	pág. 12

FINAL DE MILÊNIO: MOMENTO DE CONSTRUIR O FUTURO

O Futuro a Deus pertence.

Provavelmente você já escutou esse provérbio muitas vezes.

Crenças assim refletem um pensamento antigo de que as coisas acontecem porque têm que acontecer. Acabamos deixando a responsabilidade da vida e das coisas que nos acontecem nas costas de Deus, do Destino, do Universo etc.

Isso me leva a recordar uma antiga metáfora árabe que fala sobre dois homens a percorrer o deserto.

Eles puxavam um camelo que levava nas costas vários tipos de mercadorias.

Em determinado ponto, depois de enfrentarem as areias escaldantes por muitas horas, finalmente encontraram um oásis. O mais velho então diz:

- Filho, vamos descansar aqui. Podemos dormir durante essa noite. Vou me deitar agora. Amarre o camelo bem firme e depois pode dormir também.
- Sim, mestre – respondeu o outro.

O jovem olhou para o camelo, e depois para o céu estrelado. E de forma muito contrita fez uma prece:

- Senhor meu Deus, estou muito cansado agora para amarrar o camelo. Por favor, tome conta dele. Obrigado, meu Deus. Confio em vossas mãos o nosso camelo.

Em seguida foi deitar-se sob uma palmeira e adormeceu tranqüilo.

A manhã surgiu com pássaros a cantar e raios quentes de sol.

De repente, alguns gritos cortaram a paz daquele dia que nascia.

- O camelo fugiu! O camelo fugiu! – berrava o mestre – Você não o amarrou?

O rapaz acordou assustado e olhando para o velho disse:

- Mestre, durante vários anos eu aprendi com o senhor a confiar em Deus. Ontem à noite eu pedi a Ele que tomasse conta do camelo. Mas Ele não tomou...

O velho e sábio mestre então disse:

- As mãos de Deus na Terra são as suas. Confie em Deus, mas sempre amarre seu camelo...

Essa antiga história nos lembra da grande responsabilidade que precisamos ter com as nossas vidas.

Quando queremos crescer de verdade é imprescindível começar assumindo as rédeas do próprio destino.

A Proatividade é uma preciosa característica das pessoas bem sucedidas.

Ser proativo é deixar de lado afirmações do tipo "estou assim por causa da crise", ou "a culpa é do governo", ou ainda "Deus quis assim".

Para quem começa a se responsabilizar pela própria vida o importante não é descobrir desculpas para os insucessos e sim buscar soluções, sentindo-se com poder para produzir os resultados esperados.

De acordo com a Programação Neurolinguística, não existem fracassos e sim, resultados.

O que acontece é apenas o somatório de todos os fatores encadeados. Se queremos respostas diferentes faz-se necessário agir de forma diferente a partir de já.

Estamos às portas de um século novo. Melhor dizendo, de um milênio novo.

O ser humano gosta de símbolos que registram recomeços, finais e inícios de fases. Esses períodos representam excelentes momentos para programações mentais e planejamentos.

Várias correntes de pensamento imaginam que os diversos futuros possíveis já existem numa dimensão oculta.

O que fazemos a partir das nossas escolhas é nos conectar a um desses futuros.

Você já tem um Futuro Predileto, aquele que é o seu destino mais feliz. Mas depende das suas ações e posturas mentais o encontro com o caminho que o levará até ele. Para tanto, é importante seguir alguns passos.

O primeiro deles é **Sonhar**. Acredite que vale a pena sonhar acordado. Costumo dizer que o homem é o ser escolhido pela Natureza para antecipar com a mente o Sucesso que o Futuro ainda irá trazer. Os sonhos e desejos nos mantêm jovens.

A velhice não aparece quando a idade chega, e sim quando os sonhos vão embora.

O segundo passo é **Querer**. Querer é assumir compromisso com o sonho. Quem quer de verdade, ao invés de pensar no tempo verbal do futuro do pretérito - "seria tão bom se...", "ah, eu gostaria tanto de..." - pensa de forma mais assertiva - "eu quero", "eu vou fazer..."

Depois desses passos o importante é **Planejar**. Para cada grande sonho sempre irá existir o passo-a-passo, uma sintaxe que leva ao objetivo, uma construção paulatina. Afinal, como o pigmeu come um enorme elefante? Resposta: aos pedacinhos.

Logo a seguir, após dividir o objetivo maior em sub-objetivos, está na hora de **Agir**.

E como é importante agir! Fazer o que precisa ser feito, no instante certo. Uma pergunta importante deve estar sempre à mente: o que posso fazer agora para me aproximar ainda mais do meu sonho?

E por fim, o último passo: **Merecer**. A sensação interna de merecimento na verdade acaba por tornar-se o início de tudo. Quantos deixam de conseguir os objetivos, à beira de alcançá-los, pelo simples fato de não se sentirem merecedores? Às vezes é uma crença inconsciente, algo que pode ser detectado e transformado.

Cada um dos seres humanos traz em si o germe do sucesso. Somos seres destinados à Felicidade.

No entanto, na trajetória, ocorrem sequestros e somos levados para onde não queremos.

E quem nos sequestra? Nós mesmos.

Nesse final de milênio precisamos fazer a nossa parte para caminhar buscando sempre novas formas de crescimento, acreditando no grande potencial que temos e que às vezes somente nós não enxergamos.

É necessário acreditar em Deus, mas continuar amarrando o camelo...

Kau Mascarenhas (pnlkau@bahianet.com.br) é Master e Trainer em Programação Neurolinguística

Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística



Cursos de formação para o 1º sem. de 2000

Practitioner Residencial

- 1ª parte: 18 a 27 de fevereiro
- 2ª parte: 17 a 26 de março

Practitioner Extensivo

- 1ª parte: 5 e 6 de fevereiro
- 2ª parte: 11 e 12 de março
- 3ª parte: 8 e 9 de abril
- 4ª parte: 6 e 7 de maio
- 5ª parte: 10 e 11 de junho
- 6ª parte: 8 e 9 de julho
- 7ª parte: 5 e 6 de agosto
- 8ª parte: 7 a 10 de setembro

(sábados e domingos da 9 às 18 hs)

Master Practitioner Extensivo

- 1ª parte: 12 e 13 de fevereiro
- 2ª parte: 11 e 12 de março
- 3ª parte: 1º e 2 de abril
- 4ª parte: 29 de abril a 1ª maio

Hipnose, Metáforas e Histórias

- 1ª parte: 15 e 16 de abril
- 2ª parte: 13 e 14 de maio
- 3ª parte: 17 e 18 de junho

A Essência da Identidade

- 20 a 23 de abril

Veja mais informações em: <http://www.pnl.com.br>

Informações e inscrições (0__11) 820-1616

Há 19 anos ajudando as pessoas a desenvolverem seu potencial.

Uma história sobre o medo de voar, do tipo James Bond.

Paul Liekens

Em abril de 1999, recebi um telefonema de um pesquisador de um programa nacional de TV a respeito de maneiras alternativas para curar as pessoas. A questão era se eu podia ajudar alguém a livrar-se de seu medo de voar. Eu nunca fizera isso antes, mas como sabia que era possível fazê-lo, concordei.

Minha expectativa era de que alguém viesse à minha casa, que eu trabalharia calmamente com essa pessoa, que uma câmara de vídeo seguiria o processo, e que eu teria todo o tempo necessário para fazer isso.

A realidade, no entanto, era muito diferente de minha expectativa. O homem com medo de voar era um popular apresentador de TV. Seu medo havia começado quando, há cinco anos atrás, ele estivera voando sobre o deserto de Nevada, nos Estados Unidos, e o avião foi tomado por uma turbulência de ventos. Ele pensou que morreria ali.

A História

A fim de tornar o evento o mais visual e comercial possível, eles propuseram voar num aviãozinho de sobrevoar a cidade (com propulsores) desde Antuérpia, Bélgica, até Londres, Inglaterra, levando o homem, enquanto ele ainda estava com seu medo de voar.

Haveria um membro da equipe de resgate da Cruz Vermelha sentado ao lado dele, medindo continuamente o ritmo das batidas de seu coração. Uma câmera filmaria sua face, expressando o medo, um especialista em som registraria (imagino) as batidas de seus dentes.

Em Londres, eu teria uma hora e meia para fazer uma intervenção a fim de ajudá-lo a livrar-se do medo. O teste seria feito imediatamente após isso. Já que não havia mais nenhum vôo de volta para a Bélgica, nós voaríamos para a Alemanha, onde seríamos apanhados por carros que nos levariam para a Bélgica.

A Realidade

Eu encontrei o rapaz no aeroporto, e ele estava realmente com medo. Quando o avião ainda estava em terra, as batidas de seu coração chegaram a 130/minuto. Ao decolarmos, subiu para 159/minuto e durante todo o tempo de vôo oscilou entre 130 e 159.

Quando aterrissamos no Aeroporto da Cidade de Londres, ele literalmente gritou: “Eu ainda estou vivo, eu ainda estou vivo.” Infelizmente para mim, tivemos um atraso e, quando finalmente encontramos um lugar tranquilo, que era um pouquinho maior do que um toailete, tínhamos apenas 45 minutos para fazer o que fosse possível.

Fiz a técnica de harmonização, para acalmá-lo e prepará-lo para a intervenção. (veja meu artigo na *Anchor Point* de Março de 1977, pp. 7-13).

Depois, comecei com âncoras de colapso, usando exemplos de polaridade. No modelo de mundo dele, o oposto ao seu medo era: sentar-se no terraço de sua casa, olhando para o jardim, sentindo-se calmo e no controle da situação.

Como o tempo estava correndo, usei uma técnica que nunca havia usado antes, a EMDR (reprogramação da dessensibilização do movimento dos olhos). Eu havia tomado conhecimento da eficiência desta técnica, que alguém me havia explicado uma vez, mas devo admitir que a estudei durante o vôo para Londres.

Quando começamos a fazer a ponte ao futuro (i.e., verificar se o seu sentimento negativo retornaria ou não em uma situação futura) o produtor bateu na porta para pedir-nos que interrompêssemos e corrêssemos para o portão de embarque para a Alemanha.

No avião, um pouquinho antes de decolar, terminamos a ponte ao futuro.

O Resultado

Eu sabia que tudo era muito anti-ecológico, e sabia também que normalmente nenhuma pessoa pode ser colocada na situação de seu problema imediatamente após a intervenção; mas não havia alternativa. Fiquei imaginando de que maneira ele reagiria.

O homem da Cruz Vermelha mediu as batidas de seu coração novamente, e elas estavam em 129/minuto no ponto mais crucial da decolagem. Eu calibrei o rapaz, e notei que ele estava muito mais calmo do que antes e, para meu alívio, as batidas de seu coração baixaram facilmente para 80/minuto. Ao ver isso, as batidas do meu coração subiram a 100, de alegria.

O homem da Cruz Vermelha não conseguia acreditar no que estava vendo em seu medidor, e sentou-se abanando a cabeça, cheio de admiração.

Numa entrevista, enquanto ainda voando, ele repetiu que, antes de iniciarmos a experiência, ele não acreditava que poderia ser curado e que, na verdade, ele nem sequer queria participar da experiência mas que, finalmente, havia concordado.

Ele sorriu, fez piadas, e disse que se sentia como que sentado em seu terraço, e que dificilmente poderia confiar em seus sentimentos.

Quatro dias mais tarde, sentamo-nos no estúdio para comentar a experiência, e ela foi ao ar.

A estação de TV recebeu milhares de cartas, e eu preparei algumas páginas com exercícios fáceis de PNL. Como sou um treinador em PNL mas não tenho a prática de terapeuta, fiz uma lista de mestres e terapeutas de PNL na Bélgica, a quem as pessoas poderiam procurar para curar suas fobias. Fiz, também, uma relação de livros.

Anchor Point, Novembro, 1999.

Tradução de Hélia Cadore – Fone/fax (0__51) 330-4963.

AGUARDE!!!

PROJETO VOCÊ 2000
"Uma alternativa de futuro"

Você vai querer participar.

Um novo conceito em cursos de PNL.

Adequados à realidade brasileira!!!

O PADRÃO DE PERDÃO

Connirae e Steve Andreas

Este padrão foi desenvolvido por Connirae e Steve Andreas, juntamente com os participantes de um seminário intensivo de seis dias, realizado em Março de 1990. Ele é útil para qualquer pessoa que esteja com raiva ou ressentida, principalmente se for uma situação duradoura e se o indivíduo que praticou a ofensa já tenha falecido ou se retirado da vida da pessoa. O esquema desse padrão pressupõe considerável treinamento em PNL, particularmente em submodalidades e mudança (e alinhamento) de posições perceptivas.

Significado Geral. O objetivo deste padrão é trazer paz e solução à pessoa que está sentindo raiva ou ressentimento. Perdoar os outros (ou a si próprio) *não* significa aceitar o comportamento que nos prejudicou (ou prejudicou a outros), nem a renúncia aos valores que foram violados. Uma parte importante do padrão consiste em reafirmar seus próprios valores e critérios e usá-los para desenvolver maneiras de lidar com eles, com recursos. A solução e integração trazidas pelo perdão tornará mais fácil a tomada de atitude para manter seus valores e padrões no futuro.

1. **Ressentimento/Raiva.** Identifique a pessoa e o incidente que o faz permanecer com raiva ou ressentido, em relação aos quais você gostaria de chegar a um sentimento de perdão e solução. Verifique de que maneira você pensa sobre essa pessoa ou incidente agora. (Calibre as respostas não verbais do cliente).
2. **Perdão.** Identifique uma experiência de perdão que você teve no passado. Existem duas escolhas principais para esta experiência de recursos:
 - a. Uma vez você ficou ressentido com alguém, mas quando pensa nessa pessoa agora, tem um sentimento de perdão e compaixão.
 - b. Alguém o prejudicou e você o perdoou imediatamente, porque reconheceu que ele o prejudicou acidentalmente, ou que estava fazendo o melhor que podia, etc. Por exemplo, uma criança o machucou, e você instantaneamente reconheceu que ela não podia agir de modo diferente, ou compreender as conseqüências daquilo que fez. (Calibre as respostas não verbais do cliente).
3. **Análise contrastante.** Compare as experiências dos passos 1. e 2. para determinar as diferenças de submodalidades entre as duas, particularmente a localização.
4. **Teste as diferentes submodalidades.** Uma de cada vez, mude as submodalidades a respeito da experiência de ressentimento / raiva, para torná-la semelhante à experiência de perdão. Verifique quais submodalidades são os “impulsionadores” mais poderosos para mudar o ressentimento/ raiva em perdão. (Tipicamente, a localização será a mais forte).
5. **Verifique a Ecologia.** “Alguma parte de você tem objeção a perdoar essa pessoa?” As objeções mais comuns são de dois tipos:
 - a. Significado. O perdão significaria concordar com o comportamento prejudicial que violou os valores e padrões da pessoa, ou algo sobre o próprio cliente, por exemplo, que ele é um tapado, etc. Resignifique.

- b. O perdão eliminaria uma função positiva, por exemplo, evitar a repetição de tal evento. Separe a função positiva da raiva ou do perdão, e ofereça respostas comportamentais específicas para realizar essa função protetora sem necessidade de zangar-se.

Satisfaça todas as objeções – pelo menos condicionalmente – antes de passar para o passo 7.

6. **Passo para “Outra” Posição.** Primeiro fique na posição de observador, a fim de observar a si próprio e a pessoa que o “prejudicou” de fora, no contexto em que você foi prejudicado. Depois entre na outra pessoa, notando o que você pode aprender de novo sobre a experiência dela. Que informações adicionais você conseguiu sobre a maneira como essa pessoa vê, ouve, sente, e compreende os eventos? (Isso será muito mais fácil e mais efetivo após o alinhamento das posições perceptivas.) “Você se dá conta de que esta pessoa (e você mesmo) estava fazendo o melhor que podia nessa situação, considerando suas experiências anteriores, conhecimento limitado, ou motivação, etc.?” Certifique-se de que essa pressuposição está presente.
7. **Transforme o Ressentimento/Raiva em Perdão.** Faça isso “mapeando” todas as submodalidades, iniciando com os impulsionadores mais poderosos identificados no passo 4. (Muitas vezes, a mudança de lugar pode ser suficiente). À medida que você faz isso, seja sensível a todas as objeções emergentes, ou relutância, e satisfaça-as antes de continuar.
8. **Teste.** “Pense na pessoa contra a qual você tinha ressentimento / raiva. Como se sente em relação a ela, agora?” Calibre as respostas não verbais, comparando com aquilo que você observou previamente, nos passos 1. e 2. Geralmente, agora o incidente que o prejudicou pertence ao passado, enquanto a pessoa que foi perdoada está no presente e/ou futuro, e com um sentimento de neutralidade ou compaixão.
9. **(Opcional) Generalização na Linha do Tempo.** Se a pessoa teve muitas experiências de ressentimento / raiva, poderá ser útil fazer a experiência de *saber como perdoar*, entrar na linha do tempo, depois voltar na linha do tempo *antes* dessas experiências de ressentimento e raiva terem ocorrido. Deixe-se andar no tempo até o presente, enquanto seu inconsciente transforma essas experiências. Esse processo de “re-escolha” pode ter um impacto dramático sobre um grande número de experiências passadas e também instalar o perdão como uma capacidade “através do tempo” que vem a tornar-se parte do sentido de si mesma da pessoa, no presente e no futuro (como no “Destruidor de Decisões”).

Anchor Point, Maio, 1999.

Tradução de Hélia Cadore – Fone/fax (0__51) 330-4963.



Envie sua colaboração para as diversas seções para:

“GOLFINHO” - Diretora: M. Helena Lorentz

Tel/fax (0__51) 330-2005



Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110/101
90430-080 PORTO ALEGRE-RS - BRASIL

E-mail: golfinho@golfinho.com.br
INTERNET: <http://www.golfinho.com.br>

ENTRE EM CONTATO CONOSCO

Processo de Libertação da Alergia

ONE Model ©

Por Dr. Elliot Diamond e Suzi Smith

A ONE Modelo© (“Oriental Neurolinguistic Energetics”) combina as inovações da PNL com a sabedoria da medicina e filosofia orientais, já consagradas pelo tempo. A ONE Model ensina aplicações práticas, com discernimento, da cura energética, e promove a evolução da mente, do corpo e do espírito. Este artigo aborda principalmente uma única aplicação dessa estratégia energética, o tratamento de alergias trazidas pelo ar. Também serão analisadas a base filosófica da ONE Model© e como se aplica ao tratamento e prevenção da alergia. No próximo artigo, daremos instruções claras sobre como localizar os pontos adequados, e como trabalhar com eles para obter a cura.

A ONE Model© combina, com sucesso, a Medicina Oriental e a Neurolinguística. Todos os componentes serão apresentados, e as razões para essa união sinérgica será discutida. Diversos artigos apresentados em números anteriores desta revista, podem ser usados para complementar o conteúdo deste.

A Medicina Oriental e a acupuntura são tradições antigas de cura, destinadas a promover a cura natural e aprimorar sua função. A acupuntura baseia-se na filosofia médica de que o corpo humano é um sistema de energias interligadas, chamadas meridianos. Os meridianos são rios energéticos que fluem através do corpo, para prover a nutrição dos tecidos, órgãos e sistema nervoso. Becker, um pesquisador brilhante e respeitado da medicina energética, afirma que os sistemas de meridianos são parte de um sistema primitivo de corrente elétrica, importante na comunicação e na cura. Segundo ele, os meridianos se desenvolveram antes da evolução do sistema elétrico secundário, ou seja, o sistema nervoso.

Em termos Ocidentais, o fluxo de energia nos meridianos é considerado como energia bioelétrica, enquanto em termos Orientais, trata-se do qi (ki ou chi). Qi não pode ser visto através do microscópio, mas pode ser sentido por muitos praticantes da energização, e pode ser detectado por instrumentos sofisticados. Os terapeutas massagistas, artistas marciais, e outros praticantes de exercícios de saúde sentem o qi em suas mãos como um leve calor; ou experimentam o qi como um formigamento sutil, ou outras sensações diferentes.

A Medicina Oriental afirma que os estados espirituais, mentais e emocionais são entrelaçados de maneira complexa no processo da doença. A origem profunda da energia é o qi. Um dos mais antigos clássicos da medicina chinesa, o Su Wen, discute esse importante conceito do qi.

O Imperador Amarelo perguntou:

“Eu ouvi dizer que todas as doenças são criadas pelo qi. Com a raiva, o qi se levanta; com a alegria, o qi se acalma e modera; com a tristeza, o qi desaparece, com o medo, o qi diminui; com o frio, o qi se contrai; com o calor, o qi extravasa; com o susto, o qi se desordena; com o cansaço, o qi murcha; com o pensamento, o qi se estagna.. Esses nove qi não são o mesmo. O que causa essas doenças?”

O fluxo regular do qi é muito importante na promoção e manutenção da saúde e do bem-estar. Se um meridiano estiver “bloqueado” pela doença ou ferimento, o corpo inteiro pode ser afetado. Um meridiano é como um rio. Se, por alguma razão, houver um bloqueio da fonte do rio ou se uma pele de animal represar esse rio, o fluxo natural da água será afetado. O rio pode estagnar, pode ultrapassar suas margens e extravasar, pode até secar. Da mesma forma, se a gente desenvolver uma alergia ou outra doença, o fluxo natural da energia pode ser bloqueado e, depois, afetar todo o sistema humano. Muitos sintomas corporais e/ou emocionais também podem se desenvolver. Estimulando-se de forma adequada a acupuntura ou os pontos de acupuntura, (PONTOS UM) o fluxo natural de energia será restaurado e acontecerá a cura. Sabe-se que a acupuntura é eficaz no tratamento das alergias e no aprimoramento do sistema imunológico, promovendo uma redução dos sintomas relacionados com a alergia e, em muitos casos, uma resistência ao elemento causador da alergia.

“A escolha dos pontos para tratar as alergias humanas baseia-se principalmente na localização dos sintomas ou lesões. Por exemplo, na asma, os pontos principais são escolhidos por sua ação sobre o pulmão. Na rinite, os pontos são escolhidos por sua ação sobre o nariz e região respiratória superior.” A

aplicação da acupuntura e acupressura tem sido praticada por séculos, em muitos países, e está bem documentada na literatura.

Por exemplo, “os resultados mostram que a terapia da acupuntura exerce uma ação extensa e notável contra a reação alérgica do tipo I... na asma alérgica, na rinite e na urticária crônica.”

A Técnica básica da PNL para o tratamento da alergia tem sido aplicada milhares de vezes em situações clínicas e de treinamento, e tem sido eficaz para mudar uma grande maioria de sintomas alérgicos. A técnica está bem documentada na literatura. Citamos algumas obras que são altamente elucidantes sobre o assunto: *Beliefs: Pathways to Health and Well-Being* (“Crenças: Caminhos para a Saúde e o Bem-estar”) Dilts, Hallbom e Smith, 1990 e “Vencendo as Alergias”, *Anchor Point*, Outubro de 1987. Muitos tipos de alergias podem ser eficazmente aliviados.

Agora, com a inclusão da ONE Model©, a combinação de pontos de energia com o processo já estabelecido pela PNL parece ampliar dos resultados.

Abaixo, apresentamos um testemunho de Suzi Smith, descrevendo sua primeira interação com o Processo de Libertação da Alergia da ONE Model©.

“Recentemente, eu tive a oportunidade de aprender a adaptação da técnica de libertação da alergia da ONE Model©. Aprendi os principais ingredientes num breve período de tempo. Fiquei muito satisfeita por aprender facilmente tanto a técnica como os pontos específicos do meridiano a ancorar. Também consegui duplicar as âncoras facilmente logo que aprendi o simples método ONE de localização dos pontos do meridiano. Após três ou quatro seções de prática, eu estava pronta para usar o processo com alguém que tivesse alergia. A mulher foi perfeita, pois ela não sabia o que, especificamente, estava causando seus sintomas de alergia. Sob o aspecto PNL deste processo, eu pude ajudá-la a encontrar a primeira vez em sua vida em que ela não tivera aqueles sintomas em particular, e isso foi usado como recurso para ancoragem. Pareceu-me que a versão da ONE Model© do contra-exemplo realmente retardou o processo, permitindo que a mulher tivesse uma experiência mais completa da forma como o seu sistema imunológico estava recodificado e como havia aprendido uma nova forma de reação. A repetição do processo pela segunda e terceira vezes, aplicando os magnetos, reforçou e fortaleceu o trabalho.

A “cobertura do bolo”, para ela, foi a meditação, com o polimento e reforço das âncoras todos os dias. O que me encantou foi a facilidade e rapidez com que o sistema imunológico dela aprendeu com esse processo, e a maneira maravilhosa como seus sintomas desapareceram. Enquanto a observava, tornou-se óbvio para mim que algo havia definitivamente mudado nela. Para ela, foi uma coisa poderosa o fato de ter um ritual a seguir, ajudando-a na própria cura. Já faz alguns meses que completamos o processo do Contra-exemplo ONE Model © e ela continua sem os sintomas e fazendo sua massagem e focalização de cura.

A técnica ONE Model© é simples, poderosa, e fácil de aprender.

É importante notar que a paciente havia completado o processo tradicional de libertação de alergia pela PNL com resultados parcialmente positivos e que, com a adição do aspecto ONE Model©, ela demonstrou uma redução notável nos sintomas por um período de seis meses, e realmente gostou do seu papel dentro do processo de cura.

A primeira parte deste artigo apresentou um quadro inicial teórico e histórico da Medicina Oriental e Neurolingüística, e começou a ligar essas duas excelentes práticas de saúde. No próximo artigo, daremos uma descrição clara dos passos do Processo de Libertação da Alergia ONE Model©.

... Para maiores informações sobre a dinâmica das experiências de treinamento ONE Model©, ligue para Anchor Point Institute, (801) 534-1022.

Dr. Elliot Diamond é especializado em Medicina Oriental e Energética. Ele é um médico oriental e acupunturista, especializado em Toyo Hari, na Blind Acupuncture Society of Japan. Praticou acupuntura de cura no Nepal, Peru, México e Estados Unidos. É Master Practitioner em PNL e Master Percussionista.

Anchor Point, Outubro, 1999.

Tradução: Hélia Cadore – Fone/fax (0__51) 330-4963.

Metáfora: As Páginas Novas

Adaptada de Laura E. Richardas

— Acorde! — disse uma vozinha fina.

Tommy acordou e sentou-se. Ao pé da cama viu um menino da sua idade, todo de branco, como neve fresca. Tinha os olhos muito brilhantes e olhava direto para Tommy.

— Quem é você? — perguntou Tommy.

— Eu sou o Ano Novo! — disse o menino. — Hoje é o meu dia, e trouxe para você páginas novas.

— Que páginas? — perguntou Tommy.

— Páginas bem novinhas, pode ter certeza! — disse o Ano Novo. — Tenho ouvido más notícias de você pelo meu pai...

— Quem é o seu pai? — perguntou Tommy.

— O Ano Velho, é claro! — disse o menino. — Ele falou que você fazia perguntas demais, e estou vendo que ele tinha razão. Ele também me disse que você guarda rancor, que às vezes belisca sua irmã mais nova e que, um dia, você jogou seu livro da escola no fogo. Agora, tudo isso tem que acabar!

— Ah, é mesmo? — disse Tommy. Ele ficou tão espantado que nem sabia o que dizer.

O menino fez que sim com a cabeça.

— Se não parar — disse ele —, você só vai piorar a cada ano, até virar o Homem Horrível. Você quer ser o Homem Horrível?

— N-não! — disse Tommy.

— Então você tem que parar de ser um menino horrível! — disse o Ano Novo. — Pegue as suas páginas!

E estendeu um maço do que parecia serem folhas de caderno, todas completamente brancas, como suas roupas.

— Todo dia, vire uma dessas páginas — disse — e logo você será um menino bom em vez de horrível.

Tommy pegou as folhas de papel e ficou olhando. Em cada uma, estavam escritas algumas palavras;

"Ajude sua mãe e seu pai!"

"Cate seus brinquedos!"

"Pare de sujar o chão de lama!"

"Seja bom para sua irmãzinha!"

"Não brigue com o Billy Jenkins!"

— Ah, não! — gritou Tommy. — Eu *tenho* que brigar com Billy Jenkins! Ele falou que...

— Adeus! — disse o Ano Novo. — Vou voltar quando estiver velho, para ver se você foi um bom menino ou um menino horrível. Lembre-se:

Se bom ou horrível vai ser,

Só você pode resolver.

Ele virou-se e abriu a janela. Um vento frio soprou, varrendo as folhas das mãos de Tommy.

— Pare! Pare! — gritou ele. — Diga-me...

Mas o Ano Novo tinha ido embora, e Tommy viu sua mãe entrando no quarto.

— Meu filho! — disse ela. — O vento está desarrumando tudo!

— Minhas páginas! Minhas folhas! — gritou Tommy.

Pulando da cama, procurou pelo quarto todo, mas não achou nenhuma.

— Não tem importância — disse Tommy. — Consigo ir virando-as do mesmo jeito, e juro que vou. Não vou virar o Homem Horrível.

E não virou mesmo.

Do livro: O Livro das Virtudes II - O compasso moral

William J. Bennett - Ed. Nova Fronteira

DOMESTICANDO O DRAGÃO

João Nicolau Carvalho*

Domesticando o Dragão, de Walther Hermann, é um livro de leitura complexa, pois pode ser lido sob diferentes aspectos. Múltiplo, abrange muitos elementos, embora se trate essencialmente de uma obra de aprendizagem, assunto que vem recebendo atenção vivencial por parte do autor. Educador, consultor, escritor, instrutor de tênis e de Tai Chi Chuan, especialista em Aprendizagem Inconsciente, Walther é autor, também, de "O Salto Descontínuo - Novos Caminhos do Conhecimento", coletânea de artigos e ensaios sobre criatividade, aprendizagem e a educação do futuro.

Estudou com Richard Bandler, Ernest Rossi, Stephen Gilligan, John La Valle, Jeffrey Zeig, John Grinder, Edward De Bono, Robert Dilts, entre outros, tendo formação em Programação Neurolingüística e em Hipnose Ericksoniana. Walther tem, portanto, domínio das principais tecnologias de vanguarda. Fundamentando-se nessas tecnologias revolucionárias é que o autor expõe e propõe idéias e procedimentos que, após leitura e vivenciação, permitirá ao leitor alterar suas percepções, desbloqueando-as das limitações aprendidas nos métodos tradicionais de ensino. É obra para ser praticada -- e o resultado será a hiperestimulação das funções de processamento cerebral do hemisfério direito. Livro de mais de 240 páginas, *Domesticando o Dragão*, tem como subtítulo **Aprendizagem Acelerada de Línguas Estrangeiras**, mas o conteúdo permite na verdade, embora apresentando técnicas especiais para idiomas, envolvimento do leitor em qualquer necessidade de aprendizagem.



Dividido em diversas partes, inicialmente são definidos os cenários da jornada e feitas as apresentações. A seguir vem as preparações- o princípio da caminhada propriamente dita. Abordagem Cognitiva e Abordagem Intuitiva sacodem as mentes racionais e familiariza o leitor com o inconsciente -- aqui o leitor é desafiado para experimentar a intuição.

Os exercícios e experiências "que ativam nossas percepções e ferramentas", encontram-se em **Abordagem Experiencial**. "As mentes mais práticas e objetivas", escreve o autor, "devem encontrar aqui seus maiores pilares de apoio -- uma compreensão mais visceral da metodologia". De alguma forma, o cerne da obra, por ser o vestibulo das proposituras entranhamente vivenciais de Walther Hermann. O livro apresenta, também, diversos apêndices: forma que o autor encontrou para, sem desviar a sequência dos capítulos, "agregar informações úteis relacionadas ao texto".

Estilo metafórico, algo intimista na configuração da jornada, nossa e dele, não imagine o leitor, no entanto, uma obra de auto-ajuda ou biográfica. É um livro, técnico, preciso, de técnicas fundamentais para se aprender heurísticamente o/no mundo globalizado, dragão a ser domesticado.

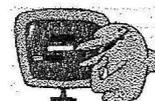
Título: DOMESTICANDO O DRAGÃO

Autor e Editor: WALTHER HERMANN, São Paulo

* Consultor de PNL



Atenção assinantes:



Na Internet estamos cada vez mais divulgando a PNL

<http://www.golfinho.com.br>

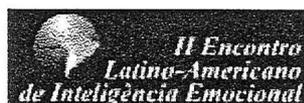
golfinho@golfinho.com.br

acessos até 30/11/99

64852

acessos até 31/12/99

67845

**AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS
JANEIRO 2000****PAC - Programação em Autoconhecimento e Comunicação****Informações e Inscrições: fone/fax (0__11) 3824-0068****http://www.pac.com.br deborah@pac.com.br****1 - Master-Practitioner em PNL Dias 20 a 30 de janeiro - Pré-requisito Practitioner em PNL****FEVEREIRO 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística****Informações e Inscrições: (0xx11) 820-1616 e-mail: pnl@pnl.com.br http://www.pnl.com.br****1 - Practitioner Residencial 1ª parte: 18 a 27 de fevereiro 2ª parte: 17 a 26 de março****2 - Practitioner Extensivo: 1ª parte - 5 e 6 fev. 2ª parte - 11 e 12 mar 3ª parte - 8 e 9 abr****4ª parte - 6 e 7 maio 5ª parte: 10 e 11 jun 6ª parte 8 e 9 jul 7ª parte 5 e 6 ago 8ª parte 7 a 10 set.****3 - Master Practitioner Extensivo:****1ª - 12 e 13 fev. 2ª - 11 e 12 mar 3ª - 1 e 2 abr 4ª - 29 abr a 1º maio.****INAP - Instituto de Neurolingüística Aplicada****Informações: (0__21) 551-1032 ou e-mail: pnl@pnl.med.br http://www.pnl.med.br****1 - TRAINER TRAINING****Data: 18 a 27 de fevereiro de 2000 Custo: Pes. Física: R\$1.500,00 Pes. Jurídica: R\$1.700****Local: Hotel próximo à cidade do Rio de Janeiro (diária c/ todas as refeições + ou - R\$50,00)****MARÇO 2000****INAP - Instituto de Neurolingüística Aplicada****Informações: (0__21) 551-1032 ou e-mail: pnl@pnl.med.br http://www.pnl.med.br****1 - PRACTITIONER EM PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA****Datas de início: No RIO 14/MAR/2000 Em Niterói: 16/MAR/2000****2 - HIPNOSE ERICKSONIANA E AUTO-HIPNOSE****Início: 15/MAR/2000 às Quartas-feiras, das 19:00h às 22:00h (4 meses)****ABRIL 2000****SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística****Informações e Inscrições: (0xx11) 820-1616 e-mail: pnl@pnl.com.br http://www.pnl.com.br****1 - Hipnose Metáforas e Histórias****1ª parte: 15 e 16 abr 2ª parte 13 e 14 maio 3ª parte 17 e 18 jun****2 - A Essência da Identidade: de 20 a 23 de abril****Educação Emocional: uma perspectiva para o novo século****23 à 27 de Fevereiro de 2000 - Estância Vale das Flores – Pacoti – Ceará – Brasil****Uma nova oportunidade de reunir pessoas da América Latina que estão participando ou pretendem participar da Rede de Inteligência Emocional e Qualidade Humana.****Promoção: Instituto Koziner (BA)****Fone: (0xx 71) 353.7909****koziner@institutokoziner.com****www.institutokoziner.com****Realização (Secretaria Executiva):****Ponto de Apoio – Assessoria (C)****Rua Bento Albuquerque, 977 – Papicú – Fortaleza (CE)****Fone: (0xx 85) 234.7562 Fone/fax: 234.2461****pontodcapoio@secrel.com.br**