

# pnlbrasil.com.br

## O PRIMEIRO E ÚNICO INFORMATIVO DE PNL NO BRASIL

### TRANSFORME SEU CÉREBRO EM UMA MÁQUINA DE PRAZER

por Al Konigsfeld

Lembro de ter lido alguns anos atrás um artigo sobre psicologia no qual os psicólogos prescreviam para os seus pacientes com depressão que eles deveriam passar vinte minutos por dia olhando para cima e sorrindo. Eu achei o artigo fascinante. Naturalmente, desde o meu treinamento em PNL, eu entendi a estrutura que estava por trás desta mudança. Pela mudança da sua fisiologia e de seus acessos oculares, o modo habitual de como os clientes pensam e sentem são interrompidos, e eles se sentiam e se comportavam de modo diferente. Mas, hoje, eu venho pensando mais sobre a parte "habitual". Como alguém se sente "habitualmente" de um modo particular? Se estes pacientes podem se sentir habitualmente deprimidos, por que não é possível se sentirem habitualmente maravilhosos? Eu comecei a pensar sobre como eu podia usar as habilidades que tenho para construir este hábito. A resposta óbvia é a mesma. Posicione seu corpo como se você se sentisse maravilhoso, acesse memórias maravilhosas e você se sentirá maravilhoso na maior parte do tempo. Mas como fazer disto um hábito? Neste artigo, eu gostaria de oferecer algumas estratégias para usar os caminhos naturais em que os pensamentos são acessados para que se sentir bem seja um hábito.

### ASSOCIAÇÃO LÓGICA

Para entender o pensamento habitual, nós necessitamos conhecer um pouco sobre como os pensamentos estão conectados na nossa mente. Um método é o da associação lógica. Você vê o seu carro na rua e lembra de que você precisa colocar gasolina. Você visualiza o posto de gasolina, lembra da rua em que ele está, e pensa na lavanderia que existe nesta rua, o que o faz recordar que o seu terno cinza precisa ser lavado. Pensando no terno, isto o leva de volta ao último seminário

que você deu com esta roupa, o que traz a sua memória a linda morena sentada na segunda fila. E por aí vai. A viagem desde o carro até a morena e mais além, foi enrolada, mas faz sentido quando você pensa sobre ela seqüencialmente. Cada pensamento está ligado ao outro por um elemento comum que eles partilham; algo como pegar um acesso para ir de uma estrada para outra. Se você notar que está usando a mesma estrada mental de novo e de novo, faça uso deste fato. Ancore um estado de sentimento positivo para qualquer associação utilizada freqüentemente, e você terá um caminho automático para ter sentimentos mais prazerosos (como aquele que você teve pensando sobre a morena) aparecendo habitualmente na sua consciência. Se olhando para o meu carro sempre me lembro da última conta da oficina, a qual me lembra que o meu pagamento está atrasado, o qual me recorda dos meus problemas financeiros; o que eu gostaria era relembrar algumas das ótimas viagens que eu fiz naquele carro quando eu olho para ele. Reforçando a conexão entre o olhar o carro e relembrar das minhas viagens irá me ajudar a me sentir melhor mais seguido.

### PESQUISA TRANSDERIVACIONAL

Outro caminho no qual os pensamentos estão conectados é pelo tônus da sensação (FEELING TONE). Ao invés de alguns elementos comuns do mesmo pensamento, estas memórias partilham do mesmo sentido de sensação (FELT SENSE). Tad James refere-se ao tônus da sensação (FEELING TONE) como o fio que mantém as pérolas juntas num colar. As

pérolas não tem associação lógica ou indispensável, mas o fio une objetos que não possuem relação entre si para formar uma jóia completa. Meu amigo Jim Munoa, vai mais adiante, ao afirmar que nós fomos culturalmente ensinados a manter ligados os maus pensamentos ("Vai para o teu quarto e pensa sobre o que você fez de errado." "Eu quero que você fique de pé no canto até que você possa me dizer o que você fez para levar este castigo." "Eu não acabei de falar que não era para mexer nisto? Quantas vezes eu vou ter que repetir isto?"), enquanto que nós não fomos ensinados a manter juntos os bons pensamentos ("Não seja vaidoso." "Não é educado gabar-se." "O que você fez por mim ultimamente?"). Parece que nós devemos aprender com os nossos erros e ignorar (ou ao menos reduzir) nossas vitórias. Um método que Jim ensina para contrariar este hábito cultural é usar a Pesquisa Transderivacional ou Guiada, ensinada em muitos cursos de practitioner. Peça ao seu parceiro para selecionar um bom sentimento. Pergunte a ele quando foi a última vez que ele se sentiu desta forma. Quando você enxergar que ele atingiu a plenitude do sentimento, ancore-o cinestésicamente. Então peça ao inconsciente dele que use este sentimento ancorado como um guia, e relembre uma outra vez em que ele se sentiu deste modo. Então outra vez. E depois mais uma outra vez. Quando ele conseguir outra recordação, peça ao inconsciente dele que "mantenha juntas todas estas recordações". Como elas já estão ligadas pelo tônus da sensação, ao se recordar de qualquer memória desta cadeia irá trazer junto todas as outras

### Nesta edição

1	Transforme Seu Cérebro em uma Máquina de Prazer	pág. 1
2	O que a música pode fazer por você	pág. 4
3	Livros de PNL por assunto	pág. 5
4	Fábulas de Esopo sobre o Golfinho	pág. 6
5	Revisão de Livro: PNL para Gerentes	pág. 7
6	Agenda de Cursos & Workshops: Dez/Jan/Fev/Mar	pág. 8

recordações, criando uma cadeia de boas associações. Você consegue diversos sentimentos prazerosos pelo preço de um !

## ALINHAMENTO DOS NÍVEIS LÓGICOS

Outro modo pelo qual os pensamentos se tornam freqüentes é através de sua profundidade ou intensidade. A maneira pela qual eu entendo isto, é que quanto mais profunda ou intensa é uma memória, mais a nossa neurologia é envolvida (mais níveis lógicos no qual o evento está guardado). Por essa razão, quando nos encontramos numa situação que dispara algumas das capacidades encontradas em uma recordação intensa, pode automaticamente reaccessar a crença e identidade da estrutura associada com essas capacidades. De certo modo, por notar o que está acontecendo em cada nível lógico, a consciência por si se torna o fio que une todas aquelas pérolas em um novo e diferente colar. Qualquer terapeuta que vê regularmente seus clientes, logo descobre que a maioria deles tem a sua história favorita. Usualmente é a intensidade dos sentimentos experimentados naquela época (a quantidade de neurologia envolvida) que mantém esta história particular próximo à superfície da sua consciência. A PNL tem muitas técnicas para curar esses ferimentos antigos, e isto reduz o número dos habituais sentimentos ruins, mas isto raramente aumenta a quantidade do tempo que os clientes gastam pensando nas coisas prazerosas. Entretanto, se a profundidade do sentimento nos faz pensar em um determinado trauma muito seguido, por que não podemos aumentar a intensidade ou a profundidade de sentimentos prazerosos que também aumentariam a chance de momentaneamente nos lembrarmos e reaccessarmos estes sentimentos? E, mesmo que não, não poderia ao menos garantir que esta recordação seria mais prazerosa quando acontecer de pensarmos nela? Um dos meus métodos favoritos para aprofundar um sentimento é usar um alinhamento do nível lógico modificado. Digamos que o cliente tenha pego um sentimento em particular que ele queira intensificar. Peça a ele para recordar uma das vezes em que ele se sentiu daquela maneira. Peça a ele para descrever aonde ele estava e o que ele estava fazendo quando ele se sentiu daquele modo, e ancore esta informação no espaço em

volta dele. Peça a ele para dar um passo para trás, e notar que outras habilidades ele estava apto a usar naquela hora. Ancore isto no espaço em que ele está, e peça para que ele novamente dê um passo para trás. Pergunte a ele quem ele era que permitiu que ele acessasse estes sentimentos. Ancore no espaço no qual ele está de pé e peça para que ele dê, pela uma última vez, um passo para trás. Pergunte a ele sobre a conexão na alma que permitiu a ele ser quem ele era naquela situação. Quando ele tiver a percepção desta conexão, total e completamente, mande ele dar um passo à frente e assumir a percepção da conexão espiritual de volta no espaço onde "quem ele era naquela situação" está ancorada e pergunte a ele como, tendo assumido aquela conexão espiritual, isto enriquece e engrandece quem ele é. De novo um passo à frente, assumindo aquela conexão espiritual e aquele sentimento próprio que o enriqueceu dentro do espaço onde "o que ele acreditava que deu a ele estas capacidades" está ancorado e pergunte a ele como tendo aquela conexão espiritual e aquele sentido próprio enriquecido, reforça as crenças que engrandece aquele estado e permite a mudança e a evolução de outras crenças para mais adiante enriquecer aquele estado. Então com mais um passo a frente e assumindo aquela conexão espiritual, aquele sentimento próprio enriquecido, e aquelas fortalecidas e poderosas crenças para o espaço onde "o que ele era capaz naquela hora" está ancorado, e pergunte a ele como a sua capacidade expandiu e evoluiu por ter todos estes recursos presentes. Faça ele assumir àquela conexão espiritual, aquele sentimento próprio enriquecido, aquelas crenças poderosas fortalecidas e aquelas novas capacidades, e dê um passo a frente para o espaço no qual "aonde ele estava e o que ele estava fazendo naquela hora" está ancorado, e peça a ele como tendo todos estes novos recursos que engrandecem e enriquecem a memória do que ele fez. O resultado será a memória daquela hora quando ele se sentiu bem a qual envolve mais da sua neurologia, e portanto isto virá para a consciência mais seguido, ou pelo menos ele sentirá uma maior intensidade quando isto acontecer.

## MODELO DE META-ESTADOS

Existem alguns modelos teóricos disponíveis para juntar boas sensações não relacionadas, de tal modo que um está em contato com o outro (adicionando uma jóia ou talismã ao nosso colar). Um deles, chamado de

## O Golfinho

Modelo de Meta-Estados, foi criado por L. Michael Hall. Michael, seguindo uma orientação de Bateson, notou que nós somos criaturas capazes de muitos níveis de abstração. Nós podemos, por exemplo, nos sentirmos bem (ou mal) nos sentindo bem. O Alinhamento nos Níveis Lógicos de Dilts ou a Transformação Essencial de Connirac Andreas são dois processos de PNL que usam algum estado de alto nível (a conexão espiritual no Alinhamento dos Níveis Lógicos e o estado essencial na transformação essencial) para transformar ou enriquecer os estados de nível mais baixo. Um modo simples de usar este modelo para aumentar o prazer na nossa vida é começar a cultivar sentimentos prazerosos sobre se sentir bem. A próxima vez que você se sentir bem, acesse um sentimento de gratidão sobre se sentir bem. Acesse então um sentimento de gratidão sobre o sentimento de agradecimento. Com a repetição, agradecendo e se sentindo grato irá se tornar associado com sentir-se bem, e você vai triplicar o seu prazer.

## VOCABULÁRIO TRANSFORMACIONAL

Tony Robbins notou que nós tendemos a usar somente um número limitado de palavras do vocabulário para descrever as nossas vidas. Ele realizou experiências usando palavras que não faziam parte do seu típico vocabulário para substituir palavras que faziam, e descobriu que os seus sentimentos sobre eventos que ele estava descrevendo mudavam. Ele sugere usar palavras que signifiquem níveis excepcionais de sentimentos para bons acontecimentos na nossa vida e palavras que signifiquem níveis de sentimentos mais baixos para os acontecimentos ruins de nossas vidas. Por exemplo, se alguém o deixa brabo, note que você pode usar a palavra "desgostoso" ao invés de "brabo", e como isto afeta o seu estado. Ou, melhor ainda, quando alguém pergunta como você está, diga "maravilhoso" ou "excepcional" no lugar de "bem", e note como aumentam os seus bons sentimentos. Verifique as palavras que você usa habitualmente para descrever seus prazeres e mude-as para reforçá-las. Compre um dicionário de analógos e encontre muitas outras maneiras que existem para você se sentir exultante.

## GRADUAÇÃO ANALÓGICA

Num artigo anterior publicado na Anchor Point ("In, Out, and In-Between", March 1997) eu mencionei o modo como Stephen Nicholas usa o

processo de graduação analógica como um método de conectar dois estados ancorados sem colapsar as âncoras. Isto pode ser um processo maravilhoso para associar bons sentimentos não relacionados juntos numa rede de boas associações. Gradue analógicamente a escala entre alegria e contentamento. Adicione êxtase e faça um triângulo. Adicione felicidade e faça um quadrado (lembre da graduação em escala ao longo da diagonal), e assim por diante. As possibilidades são infinitas.

#### ENSINANDO SEU CÉREBRO A ESCOLHER O PRAZER

Em treinamento de practitioners, nos ensinaram uma única âncora. Comportamentalistas nos dizem que usando um gatilho que é muito comum irá nos levar à extinção da resposta (tradução - irá parar de funcionar). Mas eu achei um uso para este fenômeno. Construa um Círculo de Excelência usando algum bom sentimento (eu chamarei isso de prazer X). Compasse isto no futuro com um evento bem comum (por exemplo ligar a luz do seu quarto). Você sentirá o prazer X algumas vezes, mas em seguida a âncora irá diminuir, tendendo a zero. Construa um Círculo de

Excelência diferente (desta vez para o prazer Y), e de novo, compasse para o mesmo evento (a tomada da luz). Faça isso seqüencialmente com um número de sentimentos prazerosos. Depois de um certo tempo, aquela tomada de luz terá uma história emocional. Certas vezes você liga a luz e não vai sentir nada, algumas vezes sentirá prazer X, algumas vezes Y, e algumas vezes prazer Z. Algumas vezes os sentimentos serão intensos, outras vezes não. Logo o seu cérebro começa a antecipar o bom sentimento (comportamentalistas chamam isto de reforço randômico). Faça isto com um diferente número de estados de prazer e um diferente número de gatilhos, e seu cérebro irá começar a se surpreender, "Será esta a ação que me traz prazer?" (Nota: comportamentalistas nos alertam que qualquer ação reforçada randomicamente, tenderá a ser repetida mais seguido, portanto não use comida ou ligar a TV como gatilho a não ser que você queira comer mais ou ver mais TV).

#### CONSTRUA UM HÁBITO ALEGRE

Como faziam aqueles médicos de antigamente, deixe-me escrever-lhe uma prescrição. Tire um tempo,

## O Golfinho

construa algumas conexões prazerosas e lógicas, mantenha juntos os estados prazerosos à partir de uma pesquisa guiada, aprofunde alguns bons sentimentos com o alinhamento dos níveis lógicos intensifique seu prazer transformando seu vocabulário, adicione algum meta-modelo prazeroso, amarre todos juntos com a graduação analógica, e dê a fornada toda para o cérebro que procura por prazer. Naturalmente, você pode se deparar com algum trabalho corretivo que precisa ser realizado. Alguma parte de você ainda pode não sentir que você merece todo este prazer, ou você pode ter crenças limitantes sobre prazer. Mude estes limites e encarregue esta parte de dar-lhe todo o prazer que você pode suportar. E, depois, sinta-se orgulhoso de você mesmo, sinta-se grato aos seus professores, sinta-se agradecido por estar vivo, e deixe a cura ser apenas o primeiro passo para o prazer.

Al Konigsfeld é Master Practitioner de PNL, com prática em Southern California.

Seu endereço de e-mail é na Compuserve 75700,3337

Publicado na Anchor Point de Sept/97

Tradução: J. Figueras

Revisão: Maria Helena Lorentz

*O verão em Florianópolis é todo seu. Aproveite suas férias para aliar vida mansa com o maior desenvolvimento profissional e pessoal.*

# 3º Programa de Verão

## Fevereiro de 1998

**Hipnose Clínica I - dias 1 a 3**

**Master de Terapia da Linha do Tempo - dias 4 a 7**

**Hipnose Clínica II - dias 12 a 14**

*com George Vittorio Szenészi, MSc*

**PsicoNeuroImunologia e o Mito da Aids - dias 9 a 11**  
*com Dr. Roberto Doglia Azambuja e Dr. Luis Fernando Carvalho*

***Horários especiais para você desfrutar a praia e mergulhar em profundas aprendizagens!***

***Vagas limitadas, inscreva-se já!***

**Fone (048) 234 7720**

**Fax (048) 234 4593**

***Metaprocessos Avançados***

**CENTRO DE PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA DE SANTA CATARINA**

***A Primeira com a PNL no Sul do Brasil!***

### O que a música pode fazer por você

**Para energizar o corpo físico** - Beethoven: Marcha Turca (de As Ruínas de Atenas) - Brahms: Danças Húngaras - Copland: Fanfarra para o homem comum e rodeio - Dvorák: Carnaval e Danças Eslavas - Edgar: Pompa e Circunstância nº 1 - Mendelson: Sonho de uma noite de verão - Mozart: O rapto do serralho, Don Giovanni e a flauta mágica.

**Para dissipar a raiva** - Beethoven: Abertura Egmont - Brahms: Concerto para piano nº 1 - Ginastera: Estância - Saint Sæens: Sinfonia nº 3 (último movimento) - Tchaikovsky: Sinfonia nº 5 (último movimento) - Wagner: A cavalgada das Valquírias - Lohegrin: Prelúdio do 3º Ato.

**Para superar medo e depressão** - Beethoven: Concerto para piano nº 5 ( O Imperador) - Dvorák: Sinfonia nº 8, Danças Eslavas - Händel, Música Aquática, Música dos fogos de artifício, Corais do Messias e de Israel no Egito - Mendelssohn, Sinfonia nº 4 (Italiana) - Mozart: Sinfonia nº 35 (Haffner) - Parry: Jerusalém - Rachmaninoff: Concerto para nº 2 (movimento final).

**Para aliviar o tédio** - Haydn: Concerto para trompete - Liszt: Rapsódias Húngaras - Prokofieff: Tenente Kije - Respighi: Os pinheiros de Roma, Danças e árias antigas - Rimski-Korsakoff: Scheherazade - Rodrigo: Concerto Arajuez, Fantasia para um cortesão.

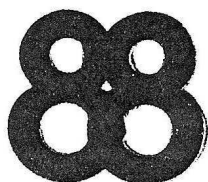
**Para proporcionar força e coragem** - Beethoven: Concerto para Piano nº 5 (O imperador), Fantasia Coral para piano e orquestra - Berlioz: Haroldo na Itália (3º e 4º movimento) - Brahms: Sinfonia nº 2 - Copland: Um retrato de Lincoln - Edgar: Pompa e Circunstância nº 1 - Richard Strauss: Assim falalava Zaratustra.

**Para meditação e prece** - Bach: Vem doce morte, Tocata e Fuga (versão orquestral) - Brukner: Sinfonia nº 8 - Dvorák: Largo (Sinfonia nº 9) - Elgar: Nimrod (Enigma Variations) - Fauré: Réquiem - Händel: Largo (Xerxes) - Paulo Horn: No Taj Mahal - Mozart: Vesperae Solemnes de Confessore, Sanctus, Ave Verum Corpus - Palestina: Missa do Papa Marcelo - Wagner: Lohengrin (Prelúdio do 1º Ato).

**Para despertar o amor e a devoção** - Bach: Jesus alegria dos homens - Franch: Panis Angelicus - Grieg: Eu te amo - Mendelssohn: Concerto para violino - Rochmaninoff: Variação da Rapsódia sobre um tema de Paganini - Wagner: Morte de amor de Tristão e Isolda, Prelúdio de 1º Ato de Persifal.

### JOGOS Y EJERCÍCIOS PARA ESTIMULAR A CRIATIVIDADE Y IMAGINACIÓN

Qual a forma  
que se segue  
na seqüência?



Se você voltar a olhar a figura anterior, mudando o foco de atenção, é possível que veja os números de um a sete junto com a cópia do número invertida. A figura seguinte deveria ser um oito duplo.

Indicamos no nº anterior o livro em espanhol porque não conhecíamos em português.

O livro já está traduzido também para o português:

**Cabeça cinco estrelas - TOM WUJEC - Ed. Best Seller**



## **DIVULGAÇÃO**

### **INFORMATIVO DE PNL - O GOLFINHO - IMPRESSO**

O informativo de PNL "O GOLFINHO" (mensal) possibilita que você coloque o seu anúncio todos os meses divulgando seus cursos, institutos e mesmo seus livros. Para tanto estamos divulgando a lista de preços e as condições para que você também participe do informativo.

25 x 18 cm - 1 página - R\$400,00

12,5 x 18 cm - 1/2 página - R\$200,00

10 x 18 cm - R\$180,00

5 x 18 cm - R\$100,00

colocação na AGENDA - R\$30,00 por curso

Os anúncios devem chegar no máximo até o dia 20 de cada mês e o pagamento deverá ser antecipado, enviado junto com o material a ser divulgado.

### **INFORMATIVO DE PNL - ON LINE - na INTERNET**

**URL: <http://www.pnlbrasil.com.br>**

**e-mail: [golfinho@conex.com.br](mailto:golfinho@conex.com.br) (acessos até 1º/12/97 010912)**

**são mais de 1.000 acessos por mês**

No "O GOLFINHO-ON LINE" podemos colocar seu próximo curso na agenda, e/ou a descrição do curso e seu nome na lista de profissionais ou da sua empresa.

- colocação na AGENDA - R\$30,00

- relação de profissionais - R\$30,00 por ano (o primeiro nome é cortesia para assinantes de "O GOLFINHO, durante a vigência da assinatura)

- relação de centros e institutos - R\$50,00 por ano.

- divulgação de cursos com link para a descrição - R\$100,00 por curso.

Também nestes casos o pagamento deverá ser antecipado por depósito em uma das contas correntes que constam para assinatura e enviado o comprovante de depósito para identificação.

**Coloque sua empresa, seus cursos, seu nome na Internet, mesmo que você não esteja plugado. Muitas pessoas estão e sempre procurando informações.**

Outros serviços estão a sua disposição através de consulta prévia.

Para anúncios ou assinaturas o pagamento poderá ser feito de duas formas:

1) **Cheque nominal cruzado** em nome de Maria Helena Lorentz (risque no cheque o "ou à sua ordem", que está logo após o espaço para o nome, pois isto é para que o cheque não possa ser endossado) e enviar junto com o cupom abaixo, pelo correio.

2) **Depósito em conta corrente**, em qualquer agência dos seguintes bancos, em nome de: Maria Helena Lorentz;

Bradesco

Ag. 0491-0 c/c 02737-5

Bamerindus

Ag. 0252 c/c 02769-88

**Favor colocar nome**

Unibanco

Ag. 0875 c/c 106189-9

**do depositante**

**e enviar xerox do comprovante de depósito pelo correio ou por fax, juntamente com o cupom ou material a que se refere.**

✕.....

Enviar para:

MARIA HELENA LORENTZ

TEL/FAX (051) 330-2005

RUA CEL. AURÉLIO BITTENCOURT, 110 AP. 101

90430-080 PORTO ALEGRE - RS

**Livros sobre Vendas utilizando PNL**

Sucesso em Vendas com PNL - Joseph O'Connor e Robin Prior - Summus  
 A Mágica de Vender - Kerry L. Johnson - Ed. Campus  
 Modernas Técnicas de Persuasão - Donald Moine/John Herd - Summus

**Livros de PNL para administradores, instrutores e comunicadores**

TREINANDO COM A PNL - Joseph O'Connor e John Seymour - SUMMUS  
 Enfrentando a Audiência - Robert Dilts - Summus

**Livros de PNL para empresas**

PNL, para Gerentes - Dr. Harry Alder - Record  
 Guia de PNL para sua empresa - Patrick Sary - Ed. Record  
 Aprenda a Liderar com a Programação Neurolingüística-Pierre Longin-Qualitymark  
 Criando & Mantendo Sucesso Empresarial - Dr. Lair Ribeiro - Objetiva

**Livros sobre Terapia da Linha do Tempo**

A Terapia da Linha do Tempo - Tad James & Woodsmall - Ed. EKO  
 Criando Seu Futuro com Sucesso - Tad James - Ed. EKO  
 Viajando no Tempo - Dr. Lair Ribeiro - Objetiva

**Livros sobre aprendizagem**

Fotoleitura, o Sistema Whole Mind - Paul R. Scheele - Summus  
 Como Passar no Vestibular - Dr. Lair Ribeiro - Objetiva  
 O Poder da Aprovação - Prof. Betto - Univ. P. Fundo

**Curso de FotoLeitura®**

PhotoReading™

**PROGRAMA****BENEFÍCIOS**

- Maestria no processamento de informações.
- Aumento da produtividade no trabalho e nos estudos.
- Maiores oportunidades de aprendizagem, crescimento pessoal e profissional.
- Melhora da memória, criatividade e concentração.
- Aumento da auto-estima.
- Mais tempo para outras atividades.

- Concentração.
- Leitura objetiva
- Como selecionar materiais de interesse.
- O estado mental de aprendizagem acelerada.
- A técnica da FotoLeitura.
- Ler através da mente criativa.
- Ativação consciente das informações.
- Técnicas auxiliares de leitura rápida.
- Mapa mental.
- Técnicas de estudo e pesquisa.

**OBJETIVOS DO CURSO**

Ensinar maneiras eficazes de lidarmos com as informações escritas, lendo os materiais de interesse no tempo disponível e no nível desejado.

Os participantes receberão material do curso e certificado emitido pela Learning Strategies Corporation.

**INSTRUTOR: HUÁRAS DUARTE**, daSynapsys de São Paulo

**27, 28 e 29 de janeiro de 1998 das 14 à 20 h**

**EM PORTO ALEGRE**

**INVESTIMENTO:** à vista até 10 jan. - R\$ 400,00 depois R\$ 450,00

parcelado até 10 jan.: R\$ 230,00 na insc. e R\$ 250,00 no dia 27 de jan

**INFORMAÇÕES e INSCRIÇÕES:** O GOLFINHO - TREINAMENTOS Fone/fax (051) 330-2005

"PhotoReading™" é uma marca da Learning Strategies Corporation, Minneapolis, MN EUA.

## Fábulas de Esopo sobre o golfinho

### O golfinho, as baleias e a carpa

Golfinhos e baleias se engalfinhavam. A batalha renhida já durava muito tempo, quando, vindo das profundezas, uma carpa tentou reconciliá-los. Mas um dos golfinhos falou:

— Antes morrer sob os golpes de nossos adversários que te ter como mediador!

Em tempos de conflito, os insignificantes querem se fazer de importantes.

### O leão e o golfinho

Um leão que perambulava por uma praia cruzou com o olhar de um golfinho. Logo convidou-o a se juntar a ele.

— Eu e tu faremos uma dupla perfeita, pois reinamos, tu sobre os animais marinhos, e eu sobre os terrestres.

O golfinho aprovou com alegria essa idéia. Ora o leão mantinha de longa data uma guerra contra um touro selvagem. Pediu então a ajuda do golfinho. Mas este, por mais que tentasse sair da água, não conseguia, e o leão acusou-o de traição. O golfinho respondeu:

— Não me acuses, é minha natureza que me faz viver na água não me permite pisar em terra firme. devemos escolher os aliados que possam nos socorrer em hora de perigo.

### O macaco e o golfinho

Os marinheiros têm o hábito de levar a bordo cãezinhos de malta e macacos: esses animais os distraem enquanto navegam. Por isso um homem viajava em companhia de um macaco. Ora, na altura do cabo Súnio, no sul da Ática, estourou uma violenta tempestade. O navio naufragou e todos, o macaco inclusive, viram-se às voltas com as ondas. Um golfinho viu o animal e, achando que se tratava de um homem, colocou-o nas costas e levou-o à terra firme. Ao chegar a Pireu, o porto de Atenas, o golfinho perguntou se ele era ateniense.

— Sim — respondeu o macaco —, e de boa origem.

— E conheces o Pireu? — perguntou o golfinho.

— É um dos meus melhores amigos — respondeu o macaco.

A impostura desagradou ao golfinho: mergulhou no mar profundo e o macaco morreu.

Isto é uma advertência àqueles que, ignorando a verdade, procuram enganar os outros.

### O atum e o golfinho

Perseguido por um golfinho, um atum fugia provocando enormes remoinhos na água. Já estava prestes a ser capturado quando, levado por sua própria força, foi dar sem querer na praia. O golfinho foi também lançado longe das águas. Vendo que seu inimigo estava morrendo o atum lhe disse:

— Para mim a morte não me entristece mais, pois comigo vai aquele que me levou até ela.

Do livro: FÁBULAS - Esopo - L&PM pocket (R\$5,50)

**Este é nosso novo endereço na  
INTERNET**

***pnlbrasil.com.br***

**PNL - Programação Neurolingüística Para GERENTES**

Como alcançar a excelência no trabalho

Título original em inglês: NLP for Managers

Dr. Harry Alder

Editora Record

Este é um livro de PNL diferente da maioria. Se trata de um livro destinado a um público específico, pessoas que lidam com gerenciamentos de qualquer natureza. Todo o livro é escrito de forma a adaptar os pressupostos da PNL, os básicos, as técnicas e vários conceitos que a PNL usa de forma a servir ao objetivo do autor, que é dar novos instrumentos aos gerentes.

A introdução apresenta a PNL e mostra de que forma ela é útil no contexto proposto.

E após ele se desenrola apresentando as pressupostos e a programação de metas de uma forma peculiar, enquanto ao mesmo tempo explica os diferentes níveis neurológicos de Dilts. O autor também propõe o uso da visualização criativa no estabelecimento das metas e nela insere explicações sobre as submodalidades. Nesta parte são consumidos cinco capítulos, o que torna a leitura mais leve e fácil de ser absorvida.

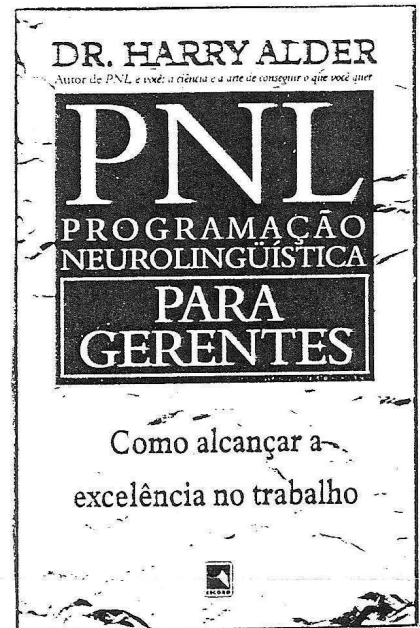
Talvez mais interessante ainda seja a parte três que fala sobre comunicação, onde são colocadas idéias da área de vendas, inseridas juntamente com rapport, congruência, canais sensoriais preferenciais, metaprogramas, percepção do tempo, metamodelo e os filtros, tudo isso sendo explicado e discutido de maneira específica ao objetivo do livro. Por isso excluindo alguns tópicos de cada área e valorizando os de maior interesse aos gerentes.

A seguir encontramos uma explanação sobre crenças e estratégias, algumas técnicas e exercícios. O pensamento lateral e vertical e as diferentes funções de cérebro direito e esquerdo também são exploradas.

Este pode não ser um livro muito fácil para um gerente que não tenha conhecimentos prévios de PNL, mas certamente vai influenciá-lo a procurar saber mais sobre esta área. E para os penelistas de carteirinha este é mais um achado, interessando a qualquer um e em especial àqueles que trabalham nesta área seja profissionalmente, seja para ajudar na elaboração de seminários ou cursos para gerentes.

Revisão feita por Márcia Hexsel Abichequer

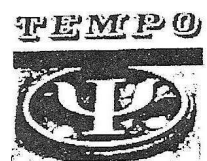
Médica Nefrologista e Master Practitioner em PNL

**TESTES E LIVROS DE: PSICOLOGIA, PEDAGOGIA, ADMINISTRAÇÃO (RH), PNL E FONO.**

LIVROS À VISTA 10 % OU CHEQUE PÓS-DATADO PARA 30 DIAS

TRABALHAMOS COM TODAS AS EDITORAS  
BASTA INFORMAR O TÍTULO E A EDITORA  
CONSULTE-NOS - REMESSAS POR SEDEX

DUAS EMPRESAS A SUA DISPOSIÇÃO



**TAMASA** Rua Félix da Cunha, 360 lj105 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fones: (051) 222-1997/9695 Fax: 222-1997  
**TEMPO** Av.Pernambuco, 2623 cj. 405 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fone: (051) 222-9609 Fone/fax: 222-6667



## AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS

### DEZEMBRO

1 - **Boas Festas**, workshop com Getúlio Barnasque  
 CONEXÃO - Centro de Evolução Pessoal e Profissional  
 Data: 6 de Dezembro Local: Porto Alegre  
 Informações/inscrições: (051) 225-8852 ou 225-8628 e-mail: conexao@pro.via-rs.com.br

2 - **SINTONIA II** - com Dr. Lair Ribeiro  
 Dias: 11, 12, 13 e 14 de Dezembro/97  
 Local: Hotel Fazenda Mazzaropi - Taubaté-SP  
 Informações e inscrições: Tel. (011) 889-0038 Fax (011) 889-0016

### JANEIRO/98

1- Formação **Master Practitioner** em PNL - Intensivo c/ certificados expedidos e assinados por Richard Bandler  
 De 12/01/98 a 01/02/98 com Arline Davis - Rio de Janeiro  
 NPA - Núcleo Pensamento & Ação Tel/fax (021) 511-1869 e-mail: npa@mtec.com.br

2 - **Practitioner Intensivo** com Getulio Barnasque e com certificados de Richard Bandler  
 CONEXÃO - Centro de Evolução Pessoal e Profissional  
 Data: 17 a 31/01/98 Local: Porto Alegre  
 Informações/inscrições: (051) 225-8852 e 225-8628 e-mail: conexao@pro.via-rs.com.br

3 - Curso de **Fotoleitura** com Huáras Duarte em Porto Alegre  
 Dias: 27, 28 e 29/01/98 (das 14 às 20 h)  
 Local: PORTO ALEGRE  
 Informações e inscrições: com Maria Helena (051) 330-2005 e-mail: golfinho@conex.com.br

4 - Primer Instituto Sudamericano de PNL - Buenos Aires  
 De 10 a 24 de janeiro de 1998 Cursos Intensivos - **Practitioner, Master e Trainer**  
 Informações: Fone/fax: ( do Brasil 00541) 825-4512 ou 822-7690 e-mail: chrem@redprof.comnet.com.ar

### FEVEREIRO/98

1- **Trainer em PNL** (com Allan Ferraz - SynapsiS)  
 Em fevereiro/98 no Rio de Janeiro  
 NPA - Núcleo Pensamento & Ação \* Tel/fax (021) 511-1869 e-mail: npa@mtec.com.br

2 - Metaprocessos Avançados - 3º Programa de Verão  
 Com George Vittorio Szeneszy **Hipnose Clínica I** - dias 1 a 3  
**Master de Terapia da Linha do Tempo** - dias 4 a 7  
**Hipnose Clínica II** - dias 12 a 14i

**PsicoNeuroImunologia e o Mito da Aids** - dias 9 a 11  
 com Dr. Roberto Azambuja e Dr. Luís Fernando Carvalho  
 Informações: tel. (048) 234-7720 e fax (048) 234-4593 e-mail: szeneszi@mbox1.ufsc.br

### MARÇO/98

1- Formação **Practitioner e Master Practitioner** - Extensivo  
 Início: março/98 no Rio de Janeiro  
 NPA - Núcleo Pensamento & Ação Tel/fax (021) 511-1869 e-mail: npa@mtec.com.br



**Envie sua colaboração para as diversas seções para:**

**"O GOLFINHO" - Diretora: M. Helena Lorentz**

**Tel/fax (051) 330-2005**



Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110 ap. 101

90430-080 PORTO ALEGRE-RS - BRASIL

E-mail: golfinho@conex.com.br

Home page: <http://www.pnlbrasil.com.br>

**PARA ANÚNCIOS OU ASSINATURAS ENTRE EM CONTATO CONOSCO**