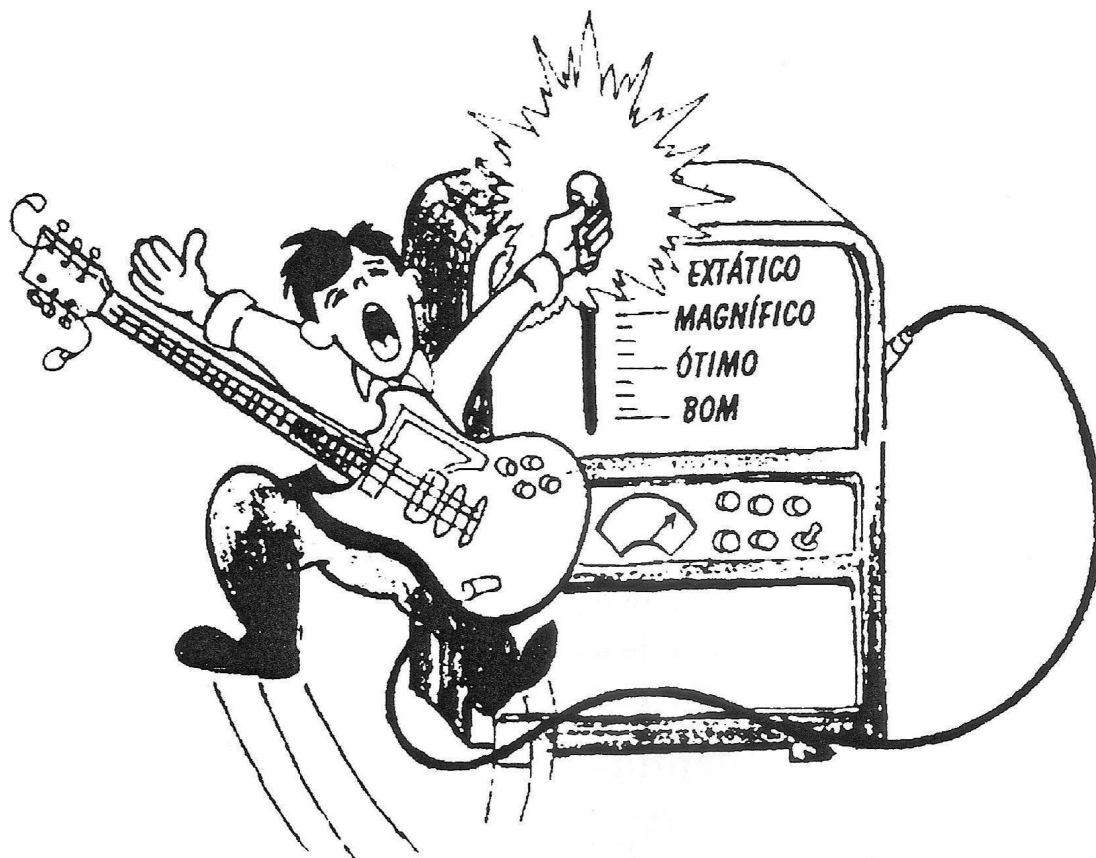


# Golfinho

## Informativo de PNL - Neurolingüística

ANO 6 Edição 1 nº 62

março/2000

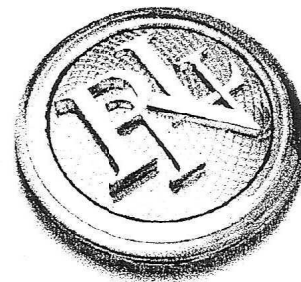


***Você pode aumentar o volume das emoções felizes apenas por mudar como as descreve.***

Do livro: Mensagens de um Amigo - Anthony Robbins - Ed.Record

<b>Nesta edição</b>		
<b>1</b>	<b>Artigo: O equilíbrio entre a liberdade e a ligação nas relações íntimas</b>	<b>pág. 3</b>
<b>2</b>	<b>Projeto Você 2000</b>	<b>pág. 9</b>
<b>4</b>	<b>Metáfora: Maneiras de dizer as coisas</b>	<b>pág. 10</b>
<b>5</b>	<b>Revisão de livro: A Cura pelas Palavras</b>	<b>pág. 11</b>
<b>6</b>	<b>Agenda de cursos e workshops: Março e Abril</b>	<b>pág. 12</b>

# Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística



## Cursos de formação para o 1º sem. de 2000

### Practitioner B

- 1ª parte: 18 e 19 de março
  - 2ª parte: 15 e 16 de abril
  - 3ª parte: 13 e 14 de maio
  - 4ª parte: 17 e 18 de junho
  - 5ª parte: 15 e 16 de julho
  - 6ª parte: 12 e 13 de agosto
  - 7ª parte: 16 e 17 de setembro
  - 8ª e 9ª parte: 12, 13, 14 e 15 de outubro
- (sábados e domingos da 9 às 18 hs)

### Practitioner C

- 1ª parte: 20 e 21 de abril
  - 2ª parte: 3 e 4 de maio
  - 3ª parte: 01 e 02 de julho
  - 4ª parte: 29 e 30 de julho
  - 5ª parte: 26 e 27 de agosto
  - 6ª parte: 23 e 24 de setembro
  - 7ª parte: 7 e 8 de outubro
  - 8ª e 9ª parte: 2, 3, 4 e 5 de novembro
- (sábados e domingos da 9 às 18 hs)

### 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

## Cursos de Aplicação

### Março

Comunicação & Negociação	20 a 23	Das 19:00 às 22:30 horas
Comunicação & Negociação	15 e 16	(09:00 às 17,30 horas)
O Poder da Linguagem	25 a 26	- Das 09:00 às 18:00 horas
Atingindo Objetivos	29 e 30	(09:00 às 17,30 horas)

### Abril

Inteligência Emocional	12 e 13	(das 09:00 às 17:30 horas).
O Poder da Linguagem	26 e 27	(das 09:00 às 17:30 horas)
Auto Estima	01 e 02	(das 09:00 às 18:00 horas).
Técnicas de Apresentação	08 e 09	(das 09:00 às 18:00 horas).
Atingindo Objetivos:	29 e 30	(das 09:00 às 18:00 horas).

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

Informações e inscrições      (0\_\_11) 820-1616

**Há 20 anos ajudando as pessoas a desenvolverem seu potencial.**

“Que sua individualidade fortaleça o seu amor”

## O equilíbrio entre a liberdade e a ligação nas relações íntimas.

Linda Tobey, PhD

Numa noite chuvosa de verão, em uma cidade sobre as montanhas do Colorado, eu estava entre três participantes de curso de Master Practitioner em PNL. O curso tinha a duração de um mês, e realizou-se sob a forma de residência. Chegamos encharcados pela chuva e juntamo-nos ao grupo de residentes que abarrotava a casa onde estávamos alojados, para ver o famoso filme “O Rapto da Noiva”, que termina com um voto de casamento: “Que sua individualidade fortaleça o seu amor.”

Com um aperto no estômago, respirei profundamente e percebi imediatamente: “É isso!” Este voto matrimonial capturou a essência de meu projeto de aprendizado nesse treinamento.

Que qualidade especial podemos adquirir ou melhorar, e que faria uma grande diferença na realização de nossa vida? Durante o treinamento de Master Practitioner, tivemos exatamente essa oportunidade, não somente de identificar isso, mas também de desenvolver um processo para seu desenvolvimento. Eu decidi focalizar um ponto importante e persistente de minha vida.

Sendo eu uma mulher de quarenta anos, solteira, aprendi muito bem como “ser” e “fazer” independência. Cheia de trabalho entusiasmante, com amigos queridos e uma família encantadora, minha vida é realmente boa. Na verdade, abençoada. Também sei que o relacionamento íntimo faz parte do caminho de minha vida, e até agora não tive muito sucesso em minhas relações com os homens.

Muitos anos de terapia, trabalho corporal e processos de PNL proporcionaram-me discernimento e compreensão de minhas ações e escolhas auto-sabotadoras. Consistentemente, sinto emergir uma recorrente necessidade de equilibrar a força, o poder e a velocidade de meu Ego independente com meu desejo de alcançar uma conexão íntima. Como posso alcançar os resultados que desejo num relacionamento de compromisso?

Intelectualmente, eu sei que posso equilibrar essas duas necessidades diferentes – minha individualidade e um relacionamento estável. Processos úteis de PNL, tais como Ressignificação Espacial e Transformação Essencial aprofundaram minha consciência das intenções positivas dessas duas importantes partes interiores. No entanto, embora estando consciente disso, meu comportamento não mudou. O que significam toda essa ambivalência, conflito interior e perplexidade?

Agora, reconheço que minha incapacidade de estabelecer relacionamentos íntimos com os homens foi afetada por uma falta de modelos e estratégias de sucesso sobre *como* equilibrar a liberdade e a conexão.

Os modelos que tive em minha vida demonstraram claramente o que não funciona num relacionamento. Algumas vezes, já testemunhei de que maneira se pode ser “engolido” por um companheiro e desistir de si próprio. Outras, ficou claro para mim que os relacionamentos podem ser arruinados por um desejo insaciável de auto-expressão. Quem poderia me ensinar a equilibrar com felicidade e sucesso a liberdade e a conexão nos relacionamentos íntimos?

Durante aquele treinamento intensivo de um mês, eu aprendi com os especialistas – pessoas que permanecem num relacionamento íntimo feliz por mais de 10 anos. Agradeço aos três homens e às três mulheres que com tanta prontidão compartilharam comigo suas histórias, seus triunfos e suas fragilidades, pela confiança e pelo ensinamento.

Com base em meus modelos, estou convencida de que agora posso praticar a maneira como alcançar tanto a liberdade como a conexão num relacionamento. A descoberta da confiança é um presente que vai além de qualquer palavra, e será plenamente recompensada por minhas ações. Agora, tenho a honra de compartilhar com vocês, aqui, esse conhecimento e um modelo.

### Sobre Modelagem.

Em PNL, a modelagem é um processo para aprender como ser excelente. Sem dúvida, a modelagem é a base concreta da PNL. As habilidades de PNL que usamos com tanta eficácia foram originalmente modeladas de especialistas como Virginia Satir, Fritz Perls, e Milton Erickson. Os inovadores modernos da PNL desenvolveram processos para alcançar a excelência através da modelagem daquilo que outros fizeram e que funciona.

Especificamente, a modelagem envolve a identificação de uma área de excelência, depois eliciar as estratégias do especialista sobre como alcançar essa excelência. Depois de juntar os “como fazer”, o

aprendiz pode então tentar os enfoques para encontrar a melhor maneira. Estratégias claras que se alinham com capacidades, crenças, valores, e identidade podem mais prontamente impulsionar o aprendiz para a ação.

### Este Modelo de Relacionamentos

O modelo de equilíbrio entre a liberdade e a conexão nos relacionamentos íntimos têm três partes: as pressuposições subjacentes ao equilíbrio bem sucedido; modelos de níveis lógicos e metáforas sobre como o equilíbrio é experimentado nos relacionamentos em geral; e um processo específico de movimentação em situações que requerem equilíbrio.

### Pressuposições

As filosofias, pressuposições, compreensão e crenças subjacentes aos seis modelos foram instrumentais na construção de minha confiança pessoal de que eu, também, posso equilibrar liberdade e conexão nos relacionamentos. Embora pareça óbvio, as pressuposições oferecem um tipo de clareza e solução que pode desaparecer em momentos de paixão e estresse da vida real. Essas afirmações servem de base para construir um relacionamento e retornar aos valores compartilhados no caso de conflito de relacionamento.

- **O equilíbrio é dinâmico e mutável.** Eu apresento esta pressuposição com base em minha própria busca de equilíbrio na vida, e na de meus clientes. Reconheço que o equilíbrio é uma nominalização, uma coisa que, na verdade, é um processo. Equilíbrio não é um monumento estável, uma vez alcançado – sempre realizado. Nós conhecemos o sentimento de possuir equilíbrio, mesmo quando perdemos esse sentimento.

O equilíbrio é como estar numa gangorra. Imagine-se sentado naquela peça de madeira, subindo e descendo, com um amigo. Somente por um instante, vocês se encontram no meio, em equilíbrio. Assim, também, é o equilíbrio em nossas vidas. Podemos ter essa sensação cinestésica – e, sim, é isso! E com a mesma rapidez perder nosso equilíbrio novamente.

O significado do equilíbrio entre liberdade e conexão no relacionamento muda com o tempo, da mesma forma que equilíbrio, hoje, é diferente do que era há cinco anos. Ter equilíbrio no momento é diferente talvez de ter equilíbrio sempre. Nossa perspectiva, grande ou pequena, é que determina a maneira como sentimos o equilíbrio. Viver o equilíbrio é uma arte, um processo criativo e interminável.

- **Falar é melhor do que calar.** Falar sobre o que está na sua mente é preferível a ficar mudo, fechado, ou retirado em silêncio. Enquanto essas estratégias podem parecer uma saída fácil ou oportuna de uma situação de tensão, elas podem também contribuir para formar um hábito de não comunicação na melhor das hipóteses, e uma retirada hostil, na pior delas.
- **Uma fantasia espera que seu companheiro seja um leitor da mente.** Com relação à pressuposição acima, partilhar aquilo que você quer, mesmo que isso pareça óbvio, é mais eficaz do que pressupor que seu companheiro saiba o que você deseja. Conquanto você possa sonhar com uma relação na qual alguém o conheça tão bem que possa intuir cada um de seus desejos ou necessidades, esse sonho não é a realidade.

Todos nós temos nossas mentes e vidas ocupadas, confusas com detalhes sem importância, assim como temos nossas intenções de amor. Acabe com a confusão. Se você quer algo, diga-o.

- **Uma expectativa realista é a de que seu companheiro não pode preencher suas necessidades.** Outra fantasia com a qual todos nós crescemos é a de que nós somos como uma peça de quebra-cabeça à espera de um encaixe perfeito. Esse encaixe vai preencher todos os buracos na vida, vai atender todas as nossas necessidades. Essa crença é não somente uma fantasia, mas também uma fonte de contínuo desapontamento. Esperar que um companheiro preencha todas as suas necessidades pode ser sufocante, dilapidando a fase de lua de mel de uma nova relação, bem como sabotando uma conexão mais amadurecida. Razoavelmente, nenhuma pessoa pode preencher todas as nossas necessidades.
- **Cada um dos parceiros deseja que ambos obtenham os resultados individuais desejados; as necessidades de cada uma devem ser respeitadas.** Inerente à ao equilíbrio da liberdade e conexão está o desejo de cada parceiro de obter e realizar resultados individuais. Relações saudáveis envolvem não somente os resultados mútuos, mas também os limites saudáveis mantidos por resultados individuais que proporcionam realização pessoal e satisfação. Querem

que a outra pessoa alcance aquilo que ela deseja demonstra generosidade de espírito, que é parte integrante de um equilíbrio saudável.

- **Cada um dos parceiros sente prazer pelo prazer do outro.** Uma das maiores alegrias no relacionamento é saber que a outra pessoa alcançou um resultado desejado. Uma recompensa inerente ao ato de manter constantemente o equilíbrio é celebrar o prazer um do outro.
- **A confiança existe e é um valor partilhado.** Esta pressuposição oferece um entendimento duplo. Primeiro, cada parceiro acredita que uma qualidade chamada “confiança” é possível e também que a confiança está presente no relacionamento. Os parceiros acreditam que a confiança é um pivô para o sucesso da própria relação.
- **O relacionamento permanece ao longo do tempo se ambos contribuírem para isso e obtiverem ganho desse relacionamento.** O sucesso da relação não pode apoiar-se nos esforços de apenas uma pessoa. Ambos os parceiros contribuem para que ela funcione, através da prontidão em dar e receber algo dessa relação. Dependendo de cada um, essa contribuição e ganho podem ser calculados de maneira diferente. Em um momento particular, um dos parceiros poderá estar ganhando mais do que dando. Voltando atrás para obter uma perspectiva mais ampla ao longo do tempo, reconheça que esse parceiro pode ter contribuído mais em outras ocasiões, obtendo uma espécie de equilíbrio geral. Cada um dos parceiros tende a ter um sentido de quanto capitalizou ao longo do tempo.
- **Os parceiros procuram obter acordos claros a respeito dos aspectos relevantes da vida que devem ser partilhados e daqueles que devem ser separados.** Esses acordos muitas vezes estão centralizados em três aspectos da vida: dinheiro, amigos e filhos de relacionamentos anteriores. Através da comunicação daquilo que se deseja e deixando bem claro o que pode ser partilhado e o que deve ser separado, os parceiros evitam a ambigüidade, têm menos pressão a respeito de leitura mental e evitam ferir seus próprios sentimentos.
- **O respeito não impede a discordância.** Um relacionamento de sucesso e equilibrado deixa espaço para a discordância respeitosa, bem como para o acordo respeitoso. O respeito é a condição necessário no relacionamento, enquanto o acordo contínuo não é.
- **As qualidades que desejo para mim mesmo de um relacionamento são as mesmas que desejo para meu parceiro; se for bom para mim, será bom para ele.** Se você está desejando alguma coisa da relação ofereça essa qualidade também ao seu parceiro. Por exemplo, se você quer ir jantar e ir ao cinema com as meninas, não reclame quando ele tem um jogo de poker com os meninos. Se você quer que ela partilhe de sua paixão, esteja preparado para partilhar a dela.

De modo geral, a liberdade e conexão equilibradas envolvem a capacidade de entrar na Terceira Posição e utilizar a perspectiva do Observador, para perceber os padrões. A generosidade de espírito cria conexão e dá espaço para que ambos os parceiros vivam o melhor de seu amor.

## Metapadrões e Metáforas sobre o Equilíbrio

Durante o processo de modelagem, foram descritos diversos padrões sobre o equilíbrio da liberdade e da conexão no decurso de um relacionamento. Mais do que reduzi-los a seus elementos comuns, eu partilho os diferentes padrões e metáforas. Essas abordagens podem inspirar você a adotar uma delas, ou inovar à sua própria maneira.

- **Maré vazante e maré enchente.** Ao longo dos anos, o relacionamento assemelha-se a dois rios que às vezes correm separadamente e depois se juntam novamente, entrelaçando-se. Essa maré vazante e enchente de caminhos paralelos e entrelaçados continua ao longo do mapa do relacionamento. Lembre-se de que o mapa pode ser bem diferente do território.
- **Centro e Raios.** O equilíbrio de uma relação também pode assemelhar-se a uma antiga roda de vagão ou a um mapa mental. Com o parceiro no centro, os outros elementos da vida, tais como a carreira, as finanças, a saúde, a espiritualidade, os amigos, o lazer, outra família, e o crescimento pessoal formam os raios do relacionamento. O equilíbrio envolve a consideração dos diferentes elementos da vida à luz do relacionamento, criando tanto a conexão como a liberdade para otimizar cada um desses elementos.

- **Limiar.** Outra metáfora sugerida pelo equilíbrio seria a de que grande parte de um lado da equação do equilíbrio ultrapassa o limite e atinge o outro lado. Por exemplo, excesso de conexão (vamos fazer todas as nossas compras juntos) pode ser bom por algum tempo. Depois de um período, um dos parceiros pode passar do limiar e procurar liberdade imediata (“você pode ir; eu vou ficar aqui e ver o jogo”).

$$c \rightarrow c \rightarrow C \rightarrow C \vee L$$

De modo semelhante, o excesso de liberdade reclama conexão. Um dos parceiros pode gostar de jardinagem, enquanto o outro não gosta. Depois de um período de tempo sozinho na jardinagem, ele poderá tomá-la pela mão e dizer-lhe: venha ver o que está brotando agora. Períodos de separação pedem a partilha de experiência.

$$I \rightarrow I \rightarrow L \rightarrow L \vee C$$

- **Senso de equidade.** Depois de um longo prazo de relacionamento, cada um dos parceiros adquire um senso de justiça em relação ao compromisso. Não que cada um fique calculando: “Agora é minha vez!” Ao invés disso, da posição de Observador, ele/ela sente a hora apropriada de atuar. Diversos modelos apontaram uma qualidade de reflexo. “Na última mudança, ela escolheu a casa. Fazia sentido. Ela ficava mais lá. Agora, os papéis se inverteram e nós combinamos que vamos comprar a casa que eu gosto.” Inerente a este equilíbrio está a pressuposição de ter prazer com o prazer do outro.

### Um Processo Específico para o Equilíbrio.

Este processo foi desenvolvido com base em histórias reportadas pelos seis modelos, mais dois participantes que testaram o modelo baseados em sua própria experiência de relacionamento íntimo duradouro. Eu realmente não observei o comportamento dos modelos com os seus parceiros, portanto o processo foi desenvolvido com base em um processo interativo de contar a história e eliciar a estratégia.

Para melhor compreensão, o modelo foi dividido em três seções: abertura, exploração e fechamento. Como qualquer modelo, este processo sugere passos genéricos que podem ser corrigidos conforme apropriado em cada situação. O modelo é centrado em situações nas quais surge algum conflito entre as necessidades de conexão e liberdade dos parceiros. O processo também pode aplicar-se a outros contextos envolvendo diferenças.

- **Abertura.** Quando ocorre uma situação de conflito potencial, o primeiro passo é saber que você está enfrentando essa situação. Falar é melhor do que não falar, e existe a fantasia que espera que o seu parceiro seja um leitor da mente. O que pode ser tremendamente óbvio para você pode não estar claro para o seu parceiro. Ao invés de presumir que você partilha a compreensão de algo, faça suas observações, externe seus pensamentos e sentimentos. Quando vocês dois reconhecerem a situação, verifique seu estado interior. Você está estressada? Sobrecarregada? Zangada? Triste? Excitada? Frustrada? Procure determinar se vocês dois estão prontos para prosseguir o processo. Talvez ambos possam beneficiar-se de sair da situação por enquanto e voltar ao assunto num momento mais adequado. Combinem uma hora e lugar para tratar da situação. Se vocês estiverem prontos para continuar, concentrem-se. Respirem. Livrem-se o máximo possível da tensão e do estresse do dia e dessa situação. Reconheçam qualquer parte interior que esteja preocupada ou fazendo objeções. Este processo trata de todas as partes.
- **Exploração.** A fase de exploração do processo abrange sete passos. Você pode completar este processo em um único encontro ou prolongar a exploração no tempo. Siga sua intuição para saber como proceder melhor.
  1. Na Primeira Posição, determine um resultado bem formulado. Tomando todo o tempo que for necessário, cada um desenvolve uma afirmação do que deseja nessa situação. Assegure-se de que as condições para uma boa formulação estão presentes: formule o resultado desejado na forma positiva, para que ele fique dentro de seu controle (não dependente das ações de seu parceiro), estabeleça-o de forma apropriada, a fim de que seja viável, esquematize claramente de que maneira você vai saber que o atingiu, com os contextos específicos e uma avaliação do que acontecerá quando você o tiver obtido. Faça a verificação da ecologia com todas as partes que podem objetar o resultado desejado. De que maneira, se houver, o resultado desejado poderá apresentar problemas? Faça a ponte

ao futuro com o resultado desejado. Como será a vida para você e para o seu parceiro com este resultado desejado?

2. Comunique ao seu parceiro o resultado desejado. À medida que você informa o resultado desejado e ouve o de seu parceiro, use suas habilidades de rapport em PNL. Focalize-se em notar e eliciar dados sensoriais específicos, o ritmo, os retrocessos e ouça sem uma agenda. Seja curiosa.
  3. Vá para a Segunda Posição. Experimente o resultado desejado por seu parceiro na Outra posição. Faça a ponte ao futuro como seu parceiro. Como será o futuro, como seu parceiro, com o resultado desejado por ele?
  4. Volte para a Primeira Posição. Note qualquer mudança ocorrida em suas prioridades pessoais e seu futuro desejado, resultantes de sua entrada na Segunda Posição. Compare com as experiências de sua ponte ao futuro.
  5. Entrem ambos na Posição do Observador. Depois, vão para a Terceira Posição e observem a situação à luz de todo o conhecimento acumulado. O que cada um de vocês fica sabendo, agora, ao observar essa situação daí? Dessa posição, criem alternativas e ressignificação sobre a maneira como a situação pode ser resolvida. Escolham uma das alternativas.
  6. Voltem para a Primeira Posição. Experimentem a alternativa escolhida e façam a ponte ao futuro. O que vocês notam?
  7. Movam-se entre a Posição do Observador e a Primeira Posição para experimentar as diferentes alternativas. Voltem para o Observador para partilhar o que aprenderam à medida que experimenta as diferentes opções para resolver a situação. Continuem esse processo até que ambos esteja prontos para entrar no Fechamento.
- **Fechamento.** Completar o processo envolve pelo menos três saídas possíveis. Você pode descobrir mais, à medida que aplica este processo. Eu adoraria saber o que vocês aprenderam.
    1. **Saiam** e tentem novamente mais tarde. Se as partes criativas de vocês dois chegarem a um fechamento momentâneo e vocês não tiverem resolvido a situação, vocês podem concordar em fechar agora. Certifique-se de que você está seguindo o seu parceiro, e não fazendo leitura mental. Estabeleçam um momento para tratar do assunto novamente. Convide seu inconsciente para continuar a criar opções para resolver a situação, mesmo antes de vocês se encontrarem novamente.
    2. **Pese a intensidade daquilo que deseja.** Durante um relacionamento de longo prazo, pode-se descobrir que um dos parceiros deseja mais intensamente o seu resultado do que o outro. Se assim for, procure perceber o que seria a vida se cada um de vocês renunciasse ao resultado desejado. Teste. O que acontece, então? Talvez você descubra que o parceiro cujo desejo de alcançar o resultado é menos intenso poderá deixá-lo escapar. Observe a experiência da outra pessoa enquanto ela desiste do resultado. Você até pode não concordar com o resultado desejado. Seja um Observador. Talvez você descubra que poderá sentir prazer com o prazer da outra pessoa. Talvez você possa obter dados para o futuro, à medida que testemunha seu parceiro deixando de lado o resultado desejado.
    3. **Funciona.** Uma ou mais das opções pode ser simplesmente correta. Funciona para você. Funciona para seu parceiro. Funciona para os dois. Façam um acordo sobre suas ações mútuas. Agradeça o seu parceiro, e agradeça tanto o seu próprio inconsciente criativo como o de seu parceiro, por facilitar o processo até chegar a essa conclusão satisfatória.

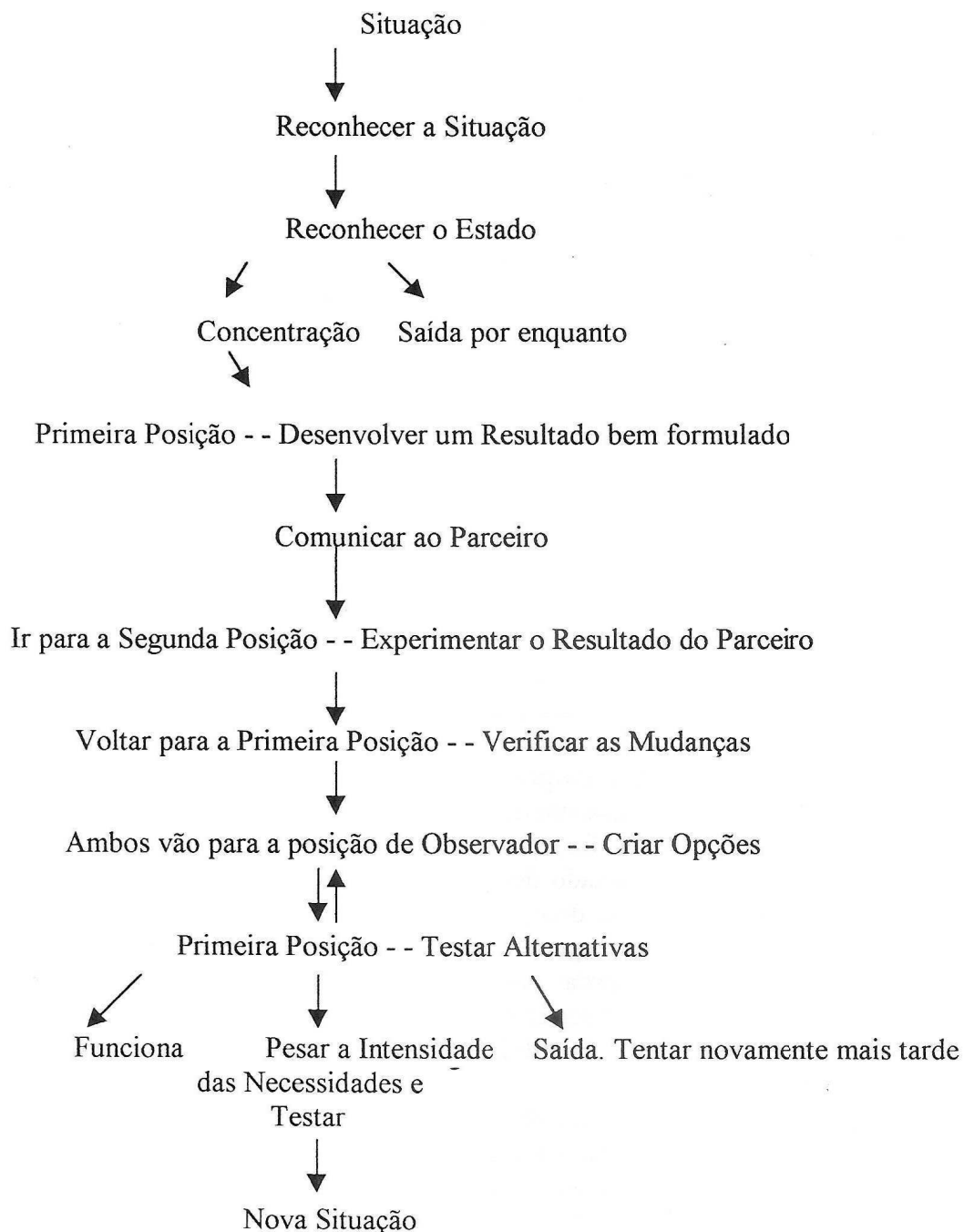
Cada um desses três pontos de saída requer sua observação constante. Quais são as conseqüências de sua ação ou falta de ação? Que dados percebidos nesta situação podem ser aplicados à medida que surgem novas situações? O que você aprendeu sobre como equilibrar liberdade e conexão em seu relacionamento? (veja o quadro-resumo abaixo).

## No Mundo

Como mencionei acima, estou encantada e cheia de gratidão pela imensa clareza, confiança e solução que experimento agora, quando penso sobre meu próprio ato de equilibrar. Com um senso renovado de prazer, eu imagino meu futuro, vivendo ambos, tanto meus resultados individuais e os resultados mutuamente desejados com um parceiro.

Com um conjunto de pressuposições, metáforas sobre o quadro geral do equilíbrio no relacionamento, e um processo específico para orientar as relações potencialmente tensas, estou pronta para comprometer-me no mundo da intimidade de uma maneira nova. Desejo o mesmo para você. Juntos, podemos modelar novas formas de excelência e continuar a crescer com o poder da PNL. E que sua individualidade fortaleça o seu amor.

### Resolvendo Conflitos a respeito de Resultados Desejados




---

Como Master Practitioner em PNL, Orientadora Certificada, e Ph.D. em Estudos Humanos e Organizacionais, Linda Tobey tem ajudado inúmeros pessoas a desenvolver seu potencial máximo. Seu livro *The Integrity Moment* está permanentemente sendo editado. Ela pode ser encontrada no fone 301/215-9030 ou [lintobey@erols.com](mailto:lintobey@erols.com).

---

Tradução Hélia Cadore – fone/fax (0\_\_51) 33049-63. E-mail: [lcadore@uol.com.br](mailto:lcadore@uol.com.br)  
Anchor Point, Dezembro, 1999.





## Projeto Você 2000 - Uma alternativa de futuro

Este projeto visa disseminar os conhecimentos de *Programação Neurolingüística (PNL)*, *controle mental e emocional* oferecendo inicialmente cursos de formação em PNL com custos sem similar na América Latina e com um padrão de ensino internacional.

Como fazer parte do **Você 2000**:

1- Matriculando-se em nossos cursos de formação em PNL, automaticamente você se tornará um participante do **Você 2000**.

Isto lhe permitirá:

- *Receber descontos em alguns dos cursos que promovermos.*
- *Receber por e-mail dicas sobre PNL , controle mental e emocional.*
- *Participar de grupos de interesse, que serão criados, para debater, discutir e trabalhar com PNL aplicada a áreas específicas.*
- *Apresentar relatos e trabalhos que poderão vir a ser apresentados em nossa home page na Internet.*
- *Desenvolver cursos, palestras e projetos de pesquisa que, se aprovados, serão divulgados e desenvolvidos utilizando-se da estrutura oferecida pelo Você 2000.*
- *Participar dos encontros nacionais e regionais que serão promovidos.*

2- Cadastrando-se pela Internet, você receberá:

- *Desconto em alguns cursos.*
- *E-Mails com dicas sobre PNL, controle mental e emocional.*
- *Informações sobre novidades no você 2000.*

3- Sendo um organizador, em sua cidade, mais que um participante, você será um agente credenciado do **Você 2000**, o que lhe permitirá:

- *Ganhar uma boa comissão para organizar e divulgar nossos cursos.*
- *Participar gratuitamente da maioria de nossos eventos.*
- *Além de todas as vantagens que um participante tem.*

*Nosso primeiro curso será o Practitioner fase I e acontecerá de 15 à 20 de abril de 2000 em Porto Alegre, no Everest Palace Hotel.*

*Se você gosta de boas oportunidades ligue- nos (0xx) 51 2173016 ou envie um e-mail para: [voce2000@plugar.com.br](mailto:voce2000@plugar.com.br)*

Em breve nossa página na Internet: **[www.voce2000.com.br](http://www.voce2000.com.br)**

## Maneiras de dizer as coisas

Uma sábia e conhecida anedota árabe diz que, certa feita, um sultão sonhou que havia perdido todos os dentes. Logo que despertou, mandou chamar um adivinho para que interpretasse seu sonho.

- Que desgraça, senhor! Exclamou o adivinho. Cada dente caído representa a perda de um parente de vossa majestade.

- Mas que insolente - gritou o sultão, enfurecido. Como te atreves a dizer-me semelhante coisa? Fora daqui!

Chamou os guardas e ordenou que lhe dessem cem açoites. Mandou que trouxessem outro adivinho e lhe contou sobre o sonho.

Este, após ouvir o sultão com atenção, disse-lhe:

- Excelso senhor! Grande felicidade vos esta reservada. O sonho significa que haveis de sobreviver a todos os vossos parentes.

A fisionomia do sultão iluminou-se num sorriso, e ele mandou dar cem moedas de ouro ao segundo adivinho. E quando este saía do palácio, um dos cortesãos lhe disse admirado:

- Não é possível! A interpretação que você fez foi a mesma que o seu colega havia feito. Não entendo porque ao primeiro ele pagou com cem açoites e a você com cem moedas de ouro.

- Lembra-te meu amigo - respondeu o adivinho - que tudo depende da maneira de dizer...

Um dos grandes desafios da humanidade é aprender a arte de comunicar-se. Da comunicação depende, muitas vezes, a felicidade ou a desgraça, a paz ou a guerra.

Que a verdade deve ser dita em qualquer situação, não resta dúvida. Mas a forma como ela é comunicada é que tem provocado, em alguns casos, grandes problemas. A verdade pode ser comparada a uma pedra preciosa. Se a lançarmos no rosto de alguém pode ferir, provocando dor e revolta. Mas se a envolvemos em delicada embalagem e a oferecemos com ternura, certamente será aceita com facilidade.

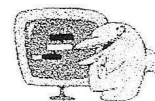
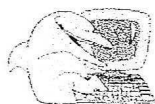
A embalagem, nesse caso, é a indulgência, o carinho, a compreensão e, acima de tudo, a vontade sincera de ajudar a pessoa a quem nos dirigimos.

Ademais, será sábio de nossa parte, antes de dizer aos outros o que julgamos ser uma verdade, dize-la a nós mesmos diante do espelho.

E, conforme seja a nossa reação, podemos seguir em frente ou deixar de lado o nosso intento. Importante mesmo, é ter sempre em mente que o que fará diferença é a maneira de dizer as coisas...

Enviada por diversas pessoas via e-mail, sem a fonte.

Agradeço a todos



### Atenção assinantes:

Na Internet estamos cada vez mais divulgando a PNL

<http://www.golfinho.com.br>      [golfinho@golfinho.com.br](mailto:golfinho@golfinho.com.br)

acessos até 31/01/2000, 71403      acessos até,29/02/2000, 75254

são mais de 3.800 pessoas visitando nossa página, no mês (29 dias).

## A Cura Pelas Palavras

João Nicolau Carvalho\*

A CURA PELAS PALAVRAS, de Robert McNeilly e Janny Brown, foi lançado em 1996 pela Editora Gaia, São Paulo. McNeilly, australiano, é médico e doutor em Ciências Médicas, especialista em uso da linguagem no processo terapêutico; Jenny Brown é jornalista especializada em assuntos de terapia. Tomei conhecimento do livro através da editora de O Golfinho – e foi um “achado”.

Pois o livro, de título algo enganoso em língua portuguesa, apresenta, com muita criatividade o uso do “idioma” ericksoniano para “amadores”, quer dizer, não-especialistas em Milton Erickson.

Descrevendo inicialmente a evolução da língua antes de Sócrates, Platão e Aristóteles, leva-nos a Heisenberg, Martin Heidegger – e ao cientista chileno Humberto Maturana, este através do compatriota Fernando Flores, idealizador do paradigma língua-ação e que transfere o eruditismo filológico e biológico de Maturana para as situações cotidianas.

Obra com pouco mais de 140 páginas consegue, no entanto, apresentar de maneira bastante precisa e útil o processo comunicativo como coordenador de nossas ações – a expressão como um meio dinâmico de coordenar novas ações e criar novas opções.

Há, além disso, capítulos sobre educação e comunicação, o Self, Relacionamentos, Carreira Profissional, exercícios para cada tema, e um post-scriptum. Em “Leitura Recomendada”, além de livros sobre Erickson obras de Flores, Maturana e Varela, autores importantíssimos para a compreensão “biológica” da língua, mas pouco divulgados entre nós. Chuang Tsu, Lao Tsu, Rimpoché Sogyal e Trundpa, também são mencionados, demonstrando que o Oriente filosoficamente monista tem um papel importante no estudo da linguagem.

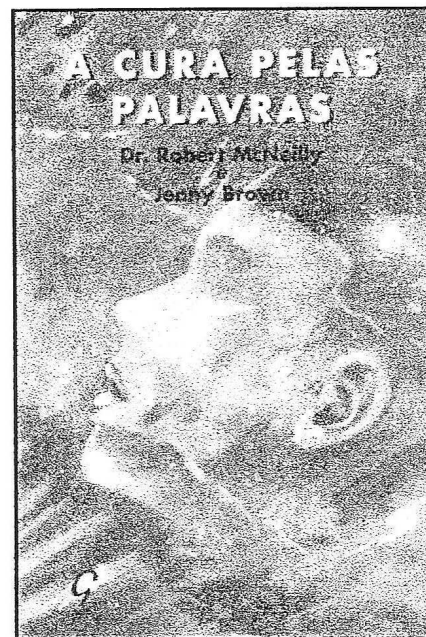
A obra, descobre-se no “Post-scriptum”, nasceu de um diálogo de sete meses entre os co-autores, e que Robert McNeilly manteve diálogos pessoais com os chilenos Flores e Maturana, e com Erickson, o que vem reafirmar a seriedade com que o livro foi escrito. É, sem sombra de dúvida, ao menos em português, tradução ou não, a primeira vez que se junta, com propriedade, as idéias de Maturana com a hipnose Ericksoniana.

É livro para ser lido e vivenciado. Embora cuidando do cotidiano da linguagem, ou por isso mesmo, dá ao leitor uma ampla abordagem, com novos paradigmas, daquilo que nos é altamente humana – a língua.

Título: A CURA PELAS PALAVRAS

Autores: Dr. Robert McNeilly e Jenny Brown

Editora: Gaia, São Paulo



## Workshop "Emagrecimento e Mudança Comportamental"

com Karim Khoury autor do Livro "Soltando as Amarras:

Emagrecimento e Mudança Comportamental" da Editora Senac

### Programa:

- \* Formulação de Objetivos
- \* Influência do Estresse no emagrecimento
- \* Técnicas de Pnl aplicadas
- \* Identificação do perfil pessoal e reprogramação do comportamento alimentar
- \* Reeducação alimentar
- \* Administração da Compulsão
- \* Auto-Estima

data: 25 de março (Sábado)

horário: das 8:30 às 17:30

público alvo: todos os interessados

local: Senac São Paulo avenida Tiradentes, 822

investimento: R\$ 100,00

informações pelo telefone: (0xx11) 2273055

email: [karimk@bigplanet.com](mailto:karimk@bigplanet.com)

**AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS  
MARÇO 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 - Comunicação & Negociação** 20 a 23 março (19:00 às 22:30 horas)

**15 e 16 março (09:00 às 17:30 horas)**

**2 - Poder da Linguagem** 25 a 26 março Das 09:00 às 17:30 horas

**3 - Practitioner B:** 1ª parte - 18 e 19 mar. 2ª parte - 15 e 16 abr. 3ª parte - 13 e 14 maio  
4ª parte - 17 e 18 jun. 5ª parte: 15 e 16 jul. 6ª parte 12 e 13 ago. 7ª parte 16 e 17 set.  
8ª e 9ª parte 12, 13, 14 e 15 out.

**4 - Atingindo Objetivos:** 29 e 30 mar. (das 09:00 às 17:30 horas)

**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)

**Workshop "Emagrecimento e Mudança Comportamental com Karim Khoury**

Data: 25 de março hor.: Sáb. das 8:30 às 17:30 local: Senac São Paulo - Av. Tiradentes,822

**Informações pelo telefone: (0xx11) 227-3055 e-mail: karimk@bigplanet.com**

**Núcleo Pensamento e Ação - Arline Davis**

**Informações e Inscrições: Tel/Fax: (0\_\_21) 255-3021 e-mail: akdavis@mtec.com.br**

**1 - Conhecendo a PNL - 4ª feiras à noite - 22/3 a 12/4**

**2 - Movimento e Resposta - Integração corpo-mente-espírito** 2ª feiras 20h. Aula grátis dia 13/3

**3 - Practitioner Extensivo - 1 Fim de semana por mês, início 25 e 26/3**

**4 - Master Practitioner Extensivo - 1 Fim de semana por mês, início 18 e 19/3**

**SONHODRAMA - Seminário Terapêutico e Vivencial com Dr. Jair R. Sallazar**

(crenças, conflitos, auto-estima, objetivos, medos, traumas e alergias)

**Informações e Inscrições: (0xx31) 221-6032 com Adailton e-mail: sallazar@uol.com.br**

Data: 31/03 das 20 às 22 horas e 01 e 02/04 das 8às 12 e das 14 às 18 horas

**ABRIL 2000**

**SBPNL - Sociedade Brasileira de Programação Neurolingüística**

**1 - Hipnose Metáforas e Histórias** 1ª parte: 15 e 16 abr.

2ª parte 13 e 14 maio 3ª parte 17 e 18 jun. (das 09:00 às 17:30 ou 18:00 horas)

**2 - A Essência da Identidade:** de 20 a 23 de abril

**3 - Inteligência Emocional:** 12 e 13 de abril (das 09:00 às 17:30 horas)

**4 - Poder da Linguagem:** 26 e 27 abr. (das 09:00 às 17:30 horas)

**5 - Practitioner C:** 1ª parte - 20 e 21 abr. 2ª parte - 3 e 4 maio 3ª parte - 01 e 02 jul.

4ª parte - 29 e 30 jul. 5ª parte: 26 e 27 ago.. 6ª parte 23 e 24 set. 7ª parte 7 e 8 out.

8ª e 9ª parte 2, 3, 4e 5 nov.

**6 - Auto Estima:** 1 e 2 de abril (das 09:00 às 18:00 horas)

**7 - Técnicas de Apresentação:** 8 e 9 de abril (das 09:00 às 18:00 horas)

**8 - Atingindo Objetivos:** 29 e 30 de abril (das 09:00 às 18:00 horas)

**Informações e Inscrições: (0xx11) 820-1616 e-mail: pnl@pnl.com.br http://www.pnl.com.br**

**IV Curso de Formação em Hipnose Clínica: Clássica e Ericksoniana**

Em Porto Alegre de abril de 2000 a dezembro de 20001

**Informações e inscrições de 09 de março até 07 de abril, com Caroline**

**Fone/ Fax : ( 51 ) 332.2919 Email: ricardofeix@pro.via-rs.com.br**

Na agenda de cursos do Golfinho na Internet, folder em arquivo do Word para download