



NEWSLETTER

## Oltre gli obiettivi

Dicembre 2006



### La Libertà

**La libertà è una scelta interiore.**

di **Andrea Carboni** - Trainer Pnl - [carboni@enermind.it](mailto:carboni@enermind.it)

Roma, 28 Dicembre 2006

Forse non c'è tema al mondo su cui si sono consumate quantità industriali di inchiostro quanto il tema della libertà. Io mi accontento di assumerne un punto di vista meramente pratico e funzionale. Per me libertà significa poter decidere la qualità della mia vita, il mio stato d'animo, se essere vittima degli eventi o, meglio, poterli e saperli gestire, ecc. Insomma, in una frase, assumere il controllo della mia vita a 360 gradi. In questa direzione la Pnl può esserci realmente d'aiuto mettendoci a disposizione una sequenza di tecniche, strategie e risorse che spesso già utilizziamo (coscientemente o inconscientemente) quando otteniamo validi risultati.

E sì, perché in realtà, sotto la sigla Pnl si nascondono solo azioni concrete, abitudini, modi di fare, che sono stati e sono propri dei grandi realizzatori, ossia di persone che nel loro specifico ambito di operatività hanno ottenuto risultati fuori dalla norma. Ne sono esempio, come noto, Milton Erickson (famoso Ipnoterapeuta), Virginia Satir (Terapeuta della famiglia) e tanti altri signori e signore che probabilmente vi sono più vicini di quanto pensiate e ottengono costantemente risultati eccezionali in uno o più ambiti della vita e/o della professione. La Pnl, appunto nasce proprio dal modellamento di questi e altri personaggi e viene costantemente aggiornata attraverso il lavoro di ricerca e di "modeling" compiuto anche da ricercatori come voi su tante persone eccezionali.

Ma quali sono questi strumenti che ci aiutano a vivere una vita in linea con i nostri sogni e le nostre ambizioni? Noi li insegniamo ai vari corsi e in realtà sono ben riepilogati nei libri di Richard Bandler e di altri validi Trainers di Pnl. Mi riferisco ad esempio all'uso delle submodalità per gestire eventi negativi che spesso ci determinano sensazioni e stati d'animo depotenzianti. Pensate quanto può essere utile riuscire a star bene dopo uno screzio subito da una persona cara, oppure accedere a uno stato-risorsa di motivazione prima di affrontare un evento importante.

Libertà significa anche comunicare con efficacia avendo rapporti splendidi con chi vogliamo, e il ricalco e la guida finalizzate al rapport sono estremamente potenti. Al Practitioner poi insegniamo a pianificare ottimamente i propri obiettivi personali e professionali definendo lo stato attuale, quello desiderato, il percorso per passare dall'uno all'altro e le risorse necessarie.

Avere un obiettivo ad esempio sprigiona dentro di noi delle risorse inconse che spesso ci lasciano sbalorditi, e in effetti oltre 30 anni di studi sulla Leadership ci confermano che una delle sostanziali differenze tra chi realizza e chi no è la presenza di una seria pianificazione dei propri obiettivi. Pensateci bene!! Quante delle persone che conoscete hanno degli obiettivi? E quanti di noi? Avercelo significa passare delle giornate straordinarie iper-attive, iper-produttive con la sana sensazione a fine giornata di aver aggiunto il nostro mattoncino al raggiungimento del nostro obiettivo magari di Giugno 2007, e si, perché mentre i sogni non hanno una data di scadenza gli obiettivi hanno l'ora, il giorno, il mese e l'anno. Non solo, devono essere estremamente dettagliati ed espressi in termini positivi in funzione di ciò che vogliamo piuttosto che di ciò che non vogliamo.

E proprio in questo modo un mio caro amico qualche anno fa si mise in testa di aumentare con la sua Azienda il fatturato medio mensile del 100% , di aprire una scuola di formazione di successo ed entro Giugno 2007 di vivere nella casa dei suoi sogni in centro a Roma e di viaggiare nella macchina dei suoi sogni. Ebbene, anche questo è un ottimo metodo, ossia dichiarare i propri obiettivi quasi compromettendosi (in senso positivo) con gli altri. Ed è proprio quello che ho appena fatto io con voi!! Tutto questo e molto altro - sarebbe impossibile descrivere le mille risorse che ognuno ha già dentro di se e i mille strumenti che il percorso Practitioner e Master Practitioner mettono a nostra disposizione - mi piace chiamarla: Libertà.

Vi saluto con una citazione di Richard Bandler, Co-fondatore Pnl:

***"Con il passare degli anni ciascuno di noi vive in case diverse e fa lavori diversi; per contro l'interno della nostra mente è un luogo in cui trascorreremo la vita intera. Essere veramente liberi significa imparare a trasformare l'interno della vostra mente in un meraviglioso posto in cui stare".***