

## “Suzi Smith conversa con aprendices de magos”



Hemos extractado algunos párrafos del encuentro de la Trainer Suzi Smith con miembros de los programas de Practitioner y Master de Gestor. Dos horas de pasearse por los temas de la PNL. Aquí les ofrecemos algunas pinceladas de los pasos de Suzi por Chile.

### *Su pasión: PNL y Salud*

“Mi pasión son las aplicaciones de PNL en salud y cómo opera en ella. Yo pienso que todo lo que hacemos en la vida impacta a nuestra salud, es un campo muy amplio en la aplicación de PNL. Ahora trabajo con variedad de personas con cáncer, con problemas al corazón. Para mí tiene que ver con cómo mantenemos nuestro cuerpo saludable, tenemos una vida larga y parece que ahora vamos a vivir 120 años, (...risas...), sí, vamos a vivir largo y tenemos que estar saludables y felices.”

“Cuando trabajo con alguien que realmente está enfermo puedo estar hasta dos días con él, 6 horas al día, siempre parto de donde están, a dónde desean ir y qué los detiene. Qué hay del pasado, conflictos, pueden tener un trauma no resuelto, necesitan comunicarse con algún síntoma, les hablo en un espacio de sanación, crean un futuro poderoso para ellos.

Trabajé con una mujer de 40 años en Inglaterra en diferentes ocasiones, y el doctor le dijo que no iba a vivir. La primera sesión fue para que mirara su mundo interior, y el tema fue llegar hasta el final y preguntarse que será la pequeña cosa que tu puedas hacer que haga una diferencia, “siento que no estoy dando ningún tiempo de calidad a mis hijos porque me siento enferma, yo pienso que mi familia estaría mejor sin mí”...hicimos un generador de nueva conductas, cómo se podía comportar con los demás. Antes, cuando los niños iban a la cocina no los miraba, decidió que con el procedimiento de generación de conductas, ella iba a dejar los platos sucios, entrar y leer con los niños, jugar con ellos antes de ir a la cama y luego lavar los platos mas rápidos y eso fue una gran cambio en su vida.

“Su hija mayor le dijo: “tú me vas a leer un cuento, así que me voy a poner el pijama lo mas rápido posible para estar lista”, para tener este tiempo de gran alegría y eso les ha cambiado significativamente la vida en familia. La vi un año después, cuando llegue ya estaba hablando por teléfono, calendarizando una semana de esquí, aparecía muy entusiasmada porque iban a enseñar a sus hijos a esquiar, y se sentía mucho mejor después de sólo unas semanas. Cuando la conocí tenía tumor en el hígado y en su columna, en marzo los doctores no podían encontrar los tumores, ella todavía está en el camino de la sanación, tiene mucho que hacer, pero ahora siente que su familia va a estar mejor con ella viva y mucho de lo que ha tenido que hacer tiene que ver con que ella aprenda a amar su cuerpo. Tuvo hace dos años atrás un cáncer a las mamas, no creía que pudiera ser mujer, ahora cambio su dieta, dejó de tomar vino, hace ejercicios y muchas cosas más. Tuvimos que hacer muchas veces el procesamiento de fobia, la última vez que le encontraron el tumor al hígado, le avisaron en el supermercado...”

### *Las creencias y la salud*

“Las creencias son las partes más importantes: La gente que sobrevive, generalmente tiene creencias que le ayudan. Hay un estudio que se hizo hace unos años atrás con pacientes de cáncer que sobrevivieron y esas personas habían hecho muchas cosas para resolver su cáncer, algunos cambiaron su dieta, sus ejercicios, hicieron cosas muy distintas, la única cosa en común... ellos creían que cualquier cosa que hicieran podía hacer la diferencia, eso es un hecho de creencia, las personas que son víctimas, no sobreviven.”

“Se ha hecho mucha investigación en ese campo, respecto de la gente que desarrolla el cáncer, hay muchos libros que tienen investigación, incluso por médicos. No es como decir que si tú tienes este tipo de personalidad vas a desarrollar cáncer, el cáncer es negligencia sobre sí mismo, algo esta pasando dentro de tu cuerpo, que tu no le estás poniendo atención, algo está creciendo fuera de control, todos tenemos células cancerígenas y nuestro cuerpo toma cuidado. Generalmente un estilo de vida donde tu pones mucha más atención a las necesidades de otros que a las propias necesidades, esa gente como amorosa que ayuda a todos, pero que es negligente consigo misma, es muy común el cáncer, les es difícil decir no, les es difícil estar en sus propios pies.”

“...Se está pensando que el envejecimiento también es una enfermedad, cómo lo hacemos para mantenernos saludables y no desarrollar esa enfermedad. Conozco gente que está vieja a los 40 y otra que tiene 80 y está joven. En la medida que logras reconocer las cosas, ¿Qué son hechos? ¿Qué son creencias?, cuando alguien dice que tu tienes 80 y eres muy viejo

para aprender algo nuevo, ¿eso es un hecho?, ¿es verdad?, conocemos gente de 80 años que está aprendiendo cosas nuevas.”

### *PNL Y Coaching*

“..El coaching se ha desarrollado mucho en EEUU y en Inglaterra hay un Centro que ha desarrollado el primer curso de aplicaciones de PNL en Coaching y es reconocido coaching, lo que tu haces es hacer preguntas a las personas, de manera que ellas encuentren sus propias soluciones, cuando tu quieres hacer cambio en PNL necesitas ser mas directivo, tu lo mueves alrededor de su línea de tiempo o les aplicas otra técnica. Yo también hago PNL con los clientes de coaching, si ellos llegan a terrenos en que necesitan un cambio de otro tipo, ahí entramos en el terreno de la PNL. Además, en coaching usas tecnologías de PNL como calibración, el tema de objetivos, para que la persona encuentre las soluciones en sus propios problemas, es una línea muy fina que divide un campo del otro. Generalmente cuándo haces un programa de coaching, haces que la persona establezca un objetivo a lograr, generalmente un proceso de 3 meses, de media hora a la semana por teléfono, son cambios graduales, y se van haciendo como compromisos cada semana, los haces con tu cliente, lo que hago es hacerlo con su estado presente a sus estados deseados y es generalmente es trabajo de personas.”

### *PNL aplicada a uno mismo*

“...ese es mi desafío, estoy tratando de escribir un libro, estoy diseñando pequeños procedimientos que tú puedas aplicar a ti mismo de manera simple, algunos procedimientos son difíciles de hacerlos solo, porque a veces necesitas que otro vea lo que no ves, por ejemplo, que mueves tus ojos hacia acá, lo puedes hacer en la medida que tengas noción de las experiencias de PNL, que tengas una base y las experiencias en tu cabeza, otras veces vas a necesitar la ayuda, la colaboración de otros y ocupar tu lenguaje y ese tipo de cosas. Lo importante es crear una comunidad de personas, así uno puede llamar a un amigo cuando necesitas ayuda.”

### *Comunidades de PNL*

“...una asociación es de mucha ayuda. Poder cooperar, derivar a otros institutos según las necesidades, pero no toda la gente de PNL funciona así, nuestra meta es hacer disponible la PNL en el mundo, esa es la meta, todos debiéramos cooperarnos, porque ustedes saben qué pueden hacer una diferencia importante en la vida de las personas, se necesita en los niños, en el colegio, debería estar en las escuelas de medicina, los profesores necesitan saberlo...”