

## PRESENTACIÓN

### ENSEÑO AQUELLO QUE NECESITO APRENDER

A estas alturas del partido, peinando ya alguna que otra cana, no me atrevo a afirmar que una técnica es mejor que la otra de forma clara y contundente. La PNL llegó a mi vida como otras experiencias, en el momento justo, *como si un coach invisible* tuviera diseñadas las fases de una formación personalizada hacia *el Ser* sin que yo tenga una conciencia explícita del programa. Dicen que el azar es la firma de Dios cuando escribe con pseudónimo, y un día, por azar, en una revista de una peluquería leí una breve reseña: «PNL el último hallazgo que revoluciona EE. UU.». Aquello vibró con tal fuerza dentro que sentí la necesidad de saber qué significaban exactamente esas tres siglas misteriosas. Como os iba diciendo, no, no me atrevo a afirmar que una técnica es mejor que la otra de forma clara y contundente, y sí, siento que hay unas técnicas con las que unos sintonizamos mejor que con otras, tal vez porque responden a interrogantes no resueltos hasta ese momento, o bien porque completan carencias, vibran en nuestra sintonía, hablan nuestro mismo lenguaje interior...

Más allá de los asombrosos resultados para superar fobias con los que parecía presentarse la PNL tradicional –que me hicieron acercarme despacito ante algo que podría ser el último *elixir mágico* de una sociedad en busca de soluciones rápidas–, me encontré con unos novedosos descubrimientos sobre cómo construimos interiormente nuestra línea de pensamiento y nuestros procesos de reflexión con nosotros mismos. Hacía tiempo me había dado cuenta de que era muy importante cómo recordabas y valorabas lo que te iba pasando en la vida y desde dónde se fraguaban los pensamientos cotidianos. Sin embargo, nunca me había dado cuenta

de hasta qué punto construimos nuestra vida y emociones a través de un diseño formal de recuerdos basados en lenguaje, imágenes, sensaciones y creencias: ¡la forma en que recordábamos y pensábamos era casi más importante que el contenido!

Desde finales de los ochenta, la PNL viene forjando la base fundamental de mi trabajo interior y continúa ayudándome día a día como persona y profesional a acercarme hacia lo que quiero y a alejarme de lo que no. Gracias a la PNL aprendí que muchos de mis pensamientos habían sido construidos desde creencias inconscientes que habían limitado mi potencial y mi campo de acción. Os puedo asegurar que el permitirme pensar de otra forma y el aprender a formular operativamente mis objetivos, propósitos y deseos cambió mi vida, puesto que cambió mi forma de Ver, Oír, Sentir... Definitivamente, la Vida era... otra cosa.

La metodología clara y sencilla me propuso una organización de los *muebles* de mi cabeza en la que podía reconocer el lugar que ocupaban y donde tenía la opción de cambiarlos de sitio, limpiarlos o incluso de tapizarlos con colores de primavera. Gracias al hábil uso de las preguntas que me brindó la PNL, comencé a plantearme cuestiones esenciales desde una sistematización y un orden que re-encuadraron muchos de mis valores esenciales y me aportaron una orientación clara de la dirección hacia la que quería dirigir mi energía. Comprendí asombrado por qué esas interminables listas de propósitos futuros no eran útiles para avanzar, ya que desde su misma formulación estaban avocados a no ser llevados a cabo. Un joven tímido, retraído y melancólico encontró un día un mapa útil en el cual las rutas llevaban a alguna parte y se convirtió en un aventurero, en un inquieto explorador. Ese mapa no resolvía todos los misterios ni respondía todos los porqués, sin embargo, indicaba la ruta del tesoro con simplicidad, orden y transparencia.

El aprender a orientarme y el saber para qué, cómo y cuándo me generó un sólido aplomo personal, una seguridad hasta ese momento no muy conocida para alguien con problemas de comunicación. Me di cuenta de que si aprendías a saber adónde ibas y a enfocar bien tu energía, el estrés aparecía con mucha menos frecuencia.

Comprendí también lo importante que era respetar el mapa de los demás, lo valioso que era tener herramientas para saber desde dónde había sido construido y cómo podía acercarme un poco a él o a ella, transitando los caminos construidos por sus creencias, valores, vivencias, no desde la omnipotente y omnipresente visión de uno mismo, ciega a que el otro prefiera un camino de piedras en lugar a uno entre la hierba.

Cuando aprendes algo que transmuta tu vida, sientes el ferviente deseo, incluso el deber, de anunciarlo con rótulos luminosos por las calles principales, de gritarlo fuerte en las plazas. Después de la euforia inicial y de atravesar esa prueba fundamentalista, mi corazón no tuvo más remedio que optar por enseñar aquello que necesitaba aprender, aquello que me propició cambiar.

Desde entonces y curso tras curso, no he dejado de aprender sobre mí, sobre nosotros, y, sobre todo, no he dejado de sorprenderme de la inmensa belleza y creatividad depositada de forma particular en cada ser humano, del increíble potencial que tenemos dentro, replegado y a la espera de ser convocado.

Escrito por TECHU ARRANZ a partir de una entrevista a GUSTAVO BERTOLOTTTO