

REFLEXIONES SOBRE ANTHONY ROBBINS Y SU CURSO “LIBERANDO EL PODER INTERIOR” (Londres, 3-6 Febrero 2006)

José Pedro García

Copyright: El contenido de este artículo correspondiente a textos, recursos y diseño puede ser copiado, reproducido o distribuido libremente, siempre que se cite al autor y la fuente de procedencia del material
Protegido por la licencia "Creative Commons Attribution License": <http://creativecommons.org/licenses/by/2.1/es/>

Acabo de vivir una experiencia extraordinaria. Que duda cabe que para disfrutarla con toda intensidad, es necesario partir de cero, y me explico: Lo que he presenciado y en lo que me he involucrado, visto desde fuera, o con ojos europeos, en muchas ocasiones podría ser perfectamente confundido con un telepredicador de éxito y sus adeptos (y en muchos casos seguro que ha sido así). Pero si uno es capaz de liberarse de juicios, poner la mente en blanco y dejar hablar a su niño interior, y ser una esponja, que no cuestiona, sino asimila, la experiencia es tremenda. Y lo principal que he comprobado es que sobre todo, DA PODER A LAS PERSONAS. Consigue que las personas se sientan poderosas, capaces, que pueden liderar sus propias vidas, tal vez por primera vez en muchos casos en su existencia.

Robbins es un maestro, con un gran dominio de las tablas, y con diferencia el mejor comunicador que haya visto nunca, con un extraordinario conocimiento de los entresijos de la conducta humana, concatenados al hecho de que es buena persona.

El espectáculo estaba servido. En el centro de convenciones Excel, en un gigantesco pabellón, Tony Robbins ha conseguido reunir a 10.000 personas (sí, no hay ningún cero de más), con un ejército de voluntarios que se hallaban allí porque les había cambiado la vida tanto el asistir a otros eventos de este genio, que querían poner su granito de arena para que otras personas pudieran cambiar sus vidas.

Personas de 45 países, aunque mayoritariamente británicas, con un perfil de edad bastante joven, y con extracción social de todo tipo, y mayoritariamente entre una franja de edad de 20 a 40 años. Ni que decir tiene que todo lo que rodeaba al acto era ya de por sí un auténtico espectáculo a la americana, con un uso magistral de las pantallas gigantes, una selección de imágenes y de tomas de cámaras muy estudiada, y una música que cuadraba perfectamente con los momentos que se vivían a cada instante.

Pero lo más mágico ha sido sentir con otras 10.000 personas a la vez, probablemente las mismas emociones, sensaciones, logros, alegrías, tristezas, pues ha sabido crear una atmósfera de compartir, de afecto, de contacto, y donde todos al unísono hemos botado (literalmente) al son que él nos ha propuesto. Y para que nos hagamos una idea de su efectividad, decir que los horarios eran a priori infernales (4 días de curso de los cuales, sábado y domingo de 08:45 a 11:00 pm, o incluso más tarde, y sin apenas descansos; estamos hablando de 14 horas consecutivas de formación al día, de la cual salías más energizado cuando te ibas que cuando entrabas).

Una de las experiencias cumbres del curso ha sido el “walk on fire”, o paso de las brasas. Se trata, aunque muchos ya lo sabréis, de pasar andando descalzos sobre brasas al rojo, ardiendo. Es una prueba muy poderosa, porque como él dice, no se trata de pasar sin quemarte, sino una metáfora de que la creencia en lo que puedes y no puedes es lo que marca tu destino, y por ello, él ha creado ésta tan espectacular, para demostrar que “creer es crear”; en este caso, de la creencia (que hemos tenido casi todos, por cierto) que de ninguna manera íbamos a cruzar, hasta el hecho de hacerlo. Podéis imaginar, una vez completado el reto (que se realiza el primer día por la noche) qué experiencia supone ir con casi diez mil personas a cruzar unas brasas en la noche londinense (casi más que el reto de cruzar las brasas fue el aguantar el frío helador de la calle, descalzo y a dos bajo cero durante 30 minutos. Eso sí que fue un reto. Pero claro, como nadie lo dio importancia... pues lo hicimos y punto) y sobre todo, una vez realizado, la

sensación que invade al personal de que si eso es posible, casi todo lo demás que uno se proponga es posible. El caso es que la mayoría pasó, y sin quemarse, por supuesto (la gente desde los edificios, viendo el espectáculo, no sé qué debía estar preguntándose)

Así, Robbins consigue generar una predisposición los siguientes días a prestar atención a sus propuestas, absolutamente increíble.

Claro que para realizar este ejercicio, él mismo tiene que estar muy seguro, y no esto no se halla al alcance de cualquiera. Estuvo trabajando con nosotros 4 horas, sobre todo cuestionando creencias, dando afirmaciones, modificando las submodalidades de PNL, y con continuas visualizaciones, e inducciones de poder. También nos dio una serie de pasos a seguir para que todo fuera bien, y todos eran ejercicios mentales. El caso es que funciona, y supone para las personas un gran cambio, y una palanca muy poderosa

¿QUE METODOLOGÍA Y MENSAJES UTILIZA?

Robbins procede de la PNL, se ha formado con Bandler y Grinder, y por ello las herramientas tradicionales de ésta se hallan presentes básicamente siempre.

- Es un gran comunicador, y domina como nadie el escenario. Es capaz de estar serio, sonriente, ser exigente, hacer el ridículo, ser divertido, emocionarse, llorar, actuar y parodiar. Lo bueno es que maneja los tempos magistralmente, y por ello asume el rol necesario en cada momento.
- Todo su sistema está basado en contactar con las emociones de uno, y por ello es tan efectivo, porque el sistema de aprendizaje es completamente emocional
- Utiliza con mucha maestría la implicación de los asistentes a través de las afirmaciones (que las personas digan “sí” en alto si están de acuerdo) o preguntas para que respondas si te has visto en ese caso, “yo”
- Utiliza muchos tipos de miradas, decenas, y además habla de sus debilidades y fracasos, lo que todavía le acerca más a la gente
- Usa la energía física de continuo, y de hecho tiene muy bien medido las pausas entre teoría y acción. Por ello, siempre nos ha hecho saltar, dar palmas, saludarnos, abrazarnos, darnos masajes, al son de la música, y con las imágenes en las pantallas gigantes. Un uso magistral de las submodalidades visual, auditiva y kinestésica de la PNL. Este contacto con los compañeros, a los cuales a la mayoría no conoces, además crea una atmósfera de buen rollo, de conexión, que se percibe muy claramente, y te motiva
- Utiliza de continuo las metáforas, de hecho tienen una importancia primordial para él, y también las historias, tanto de su vida como de otros, para ejemplificar de lo que está hablando. Es un maestro de la parodia, y por lo tanto, usa el humor con profusión, y lo hace muy bien
- Además, parte de una premisa clave: SU CREDIBILIDAD, que deviene de su congruencia, ya que es la imagen viviente de su propio éxito y de que lo que él propone funciona. Parece feliz, completamente energizado y comprometido con lo que hace, sin desfallecer, sean las 9 de la mañana o las 10 de la noche. Es pese a toda la preparación, natural, en la medida de que es genuinamente él, y yo así lo he sentido.
- Continuamente trabaja sobre todo las creencias limitadoras, las saca a la luz haciendo que las cuestionemos, y además trabaja en directo. Es duro, utilizando la técnica eriksoniana del descoloque para introducir nuevos criterios. El caso es que resulta
- Una gran sorpresa para mi es que es lo contrario de lo políticamente correcto, sobre todo en el lenguaje. Usa tacos y lenguaje rudo. Esto se basa en provocar impactos emocionales que vayan al fondo. A mi personalmente me gusta (en general nos suelen gustar las cosas que nosotros hacemos, y esto en los cursos yo lo utilizo, a veces con intención, y muchas por devoción)
- Me ha parecido mucho más profundo de lo que creía a priori antes de ir. Tiene claro que para que uno viva la vida que desea, es necesario trabajar con las creencias, los valores,

la misión, y conectar con el inconsciente para que se convierta en nuestro aliado facilitando los cambios, y no boicoteándolos, como sucede tan a menudo

- Pero donde más ha conseguido meterse en el bolsillo, ha sido al hablar de la **CONTRIBUCIÓN**. Para él es fundamental contribuir al mundo, de hecho es su misión principal. Ha estado horas insistiendo en la importancia de dar sin esperar nada a cambio, de la generosidad de por sí, anónima, de la satisfacción que esto implica, y lo ha ilustrado con muchos ejemplos de su vida. De hecho tiene una fundación que dedica mucho dinero a múltiples proyectos. Se le notaba que creía a pies juntillas en lo que estaba diciendo. Es una buena persona, y además, lo combina con ser inteligente. Me gusta la mezcla!. De hecho, nos ha retado a que entremos en acción, ya (en breve, muchos de vosotros conoceréis de la iniciativa que estoy poniendo en marcha)
- Da una importancia extrema a tener energía física, a cuidarse, y él es el vivo ejemplo (va a cumplir 47 años y parece que tenga 35 como mucho) además el ritmo que imprime durante tantas horas al seminario solo está al alcance de gente en muy buena forma. Y es tan importante para él (alimentación, ejercicio, malos hábitos) que el último día lo ha dedicado solo a ese tema. La verdad es que me ha parecido muy ascético, tal vez yo sea partidario de un término medio
- Su método está basado en el trabajo, la disciplina, y el compromiso. De hecho, insiste continuamente en ello, en lo imprescindible que son estos factores para conseguir cambios duraderos, y sorprendentemente para mí, afirma que las cosas que queremos cambiar deben convertirse en “tengo que”, “debo”, y que lo que hay que hacer es abolir el “debería”. El interpreta un “tengo que” como “que no tengo otras opciones, que es ineludible”
- Por fin he conseguido enterarme del sistema Robbins de provocar dolor para provocar el cambio. Partiendo de la base que es mucho más poderoso para los humanos el alejamiento del dolor que el acercamiento al placer, hace que selecciones una creencia que te está limitando, y te hace visualizar con toda intensidad hacia el futuro como será tu vida (este año, a 5 años, a 10 años) si sigues sin cambiarlo. Y la experiencia es tan fuerte, y la dedica además mucho tiempo, que sales con unas ganas irrefrenables de cambiar para que ese “futuro” no suceda.
- Provoca de continuo “anclajes” a buenas sensaciones, a momentos de poder, y lo vincula a gestos, o imágenes, o sonidos, o todo a la vez, para ir generando tu gesto de poder.
- Es un gran maestro haciendo asequibles las herramientas de la PNL (he tomado conciencia para los cursos que yo imparto, que se puede ser mucho más dinámico y divertido. Una secuencia que ha utilizado varias veces para diversas herramientas ha sido:
 - a) crea una metáfora, historia o anécdota sobre ella
 - b) luego realiza un ejercicio práctico
 - c) luego explica qué hemos hecho, y para qué vale(por ejemplo, así lo ha hecho con los anclajes, las submodalidades, y la línea del tiempo)
- es un auténtico devoto del modelado, o lo que es lo mismo, en insiste en ello hasta la saciedad: ¿para qué aprender a hacer algo excelentemente a base del tanteo y error, cuando seguro que ya hay alguien que es excelente en ello, y por lo tanto tiene una **ESTRATEGIA** muy adecuada para conseguirlo? El conocer los pasos que esa persona sigue, y replicarlos (o lo que es lo mismo, modelarlos) nos haría conseguir sus mismos resultados, ahorrándonos mucho tiempo y energía, además de garantizándonos un excelente desempeño
- En este caso, también ha insistido en que debemos conocer qué estrategias ya estamos utilizando que funcionan (¿Cómo hacemos bien lo que hacemos bien?) pues si sabemos que pasos seguimos podremos usar esa estrategia, siempre que lo deseemos (su uso en el ejercicio del análisis de las submodalidades que realizamos para sentirnos poderosos, ha sido brillante)

- Y por último, que si queremos conseguir algo, es clave la perseverancia: ir modificando y haciendo algo distinto hasta que lo consigamos

Y de cara a realizar coaching y sin excluir esto de la formación, mis enseñanzas y refuerzos han sido:

- fomentar el vivir el dolor del “no cambio”
- potenciar el buscar que creencia subyace a cualquiera de las creencias limitadoras
- usar el descoloque para abrir resquicios y ventanas de oportunidad
- utilizar con profusión el determinar el “como” en detalle de nuestras estrategias de éxito
- Definir “qué quiere” y empezar a hacer cosas distintas hasta conseguirlo
- Que el cambio se puede dar EN UN INSTANTE, lo difícil es mantenerlo
- Que el cambio ha de ser rápido, masivo, concentrando toda la energía en él ,queriendo y sintiendo el “tengo que”
- Que es clave el compromiso
- Provocar que la persona utilice el “dar” como medio de conseguir energía, y además dar sentido de contribución

¿en qué le veo con más carencias?

Ha habido ciertos aspectos que no comparto con Tony Robbins, o donde echo en falta más insistencia, o que no los haya tocado:

- es muy competitivo, y habla continuamente de ganar, de ser los primeros, de triunfar. Demasiada base en la comparación para alcanzar el objetivo
- También percibo demasiado sacrificio, esfuerzo, en la obtención de resultados, y poco el “fluir”
- Y sobre todo, creo que le falta introducir el desapego, entendido como “hazlo lo mejor que sepas y olvídate del resultado”, generar menos resistencias, y detectar mejor que pide el Universo de nosotros (la famosa ley del drama popularizada por Chopra en “las siete leyes espirituales del éxito”) para que siguiendo esas intuiciones o brújula interior, alcancemos antes y mejor lo que deseamos.

Para concluir, Robbins es un auténtico maestro, y me ha servido de mucho a dos niveles: como experiencia personal (han pasado varios días y sigo con una tremenda sensación de poder y de falta de miedo: me siento muy centrado, y si es cierto lo que dice punset, de que la felicidad es sencillamente la falta de miedo, ahora me siento mucho más feliz) y como profesional (he aprendido sobre todo a como usar las herramientas y a como impartir formación de una manera más impactante, dinámica y amena).

Es una persona que detrás del show, de sus tablas, de su lenguaje llano y directo, incluso muchas veces simple, para llegar a todos, esconde muchísima sabiduría y estudio sobre la conducta humana y lo que nos pone en movimiento (posiblemente sea el mayor motivador que existe, y esto ya es algo impresionante) con mas mérito si cabe al ser todo lo que hemos visto un sistema que ha creado él. Y sobre todo, jamás había percibido de esta manera como DA PODER A LAS PERSONAS, LAS HACE CREER EN SI MISMAS, con mucho respeto y sin imponer reglas, y lo vincula al sentido de la acción y de la contribución al mundo

Pensando en si esto genera dependencia y voy a necesitar este chute de adrenalina cada año, la verdad es : ¿y por qué no? Es necesario equilibrar la ya desequilibradísima balanza de nuestra energía y ganas con algo que te aporta lo que no tenemos en el día a día: entusiasmo, ganas, poder, ilusión.... Me parece que debería pagarlo de hecho la Seguridad Social, y también las empresas. Y si además contribuyo a mejorar el mundo... Creo que esto merece la pena ser vivido, aunque sea una vez en la vida, así que si puedes, hazlo!!!