

# MODUL 6 — NLP Master Practitioner — CONCENTRAT

---

**Temă:** Închiderea Master — pivot personal → transpersonal. Arhetipuri de tranziție, atitudine de Master față de emoții, principii > abilități, Credo personal, ceremonie de încheiere.

**Structură:** 3 zile. Trainer: Horia Radu.

---

## ZIUA 1 — Arhetipurile de Tranziție

### Concepte cheie

**Meta-emoția (atitudinea de Master):** "Simți tristețe, dar ce simți față de faptul că simți tristețe?" Metacogniție afectivă — când poți simți curiozitate față de emoție, ieși din problema cu ea.

**Paleta emoțională = bogăție psihologică.** Majoritatea are 3-5 cuvinte (furie, bucurie). Cei care identifică nostalgie, melancolie, dor sunt "mai bogați emoțional decât majoritatea planetei."

**Legea ironiei fugii:** "Lucrul de care fugi te controlează pe cât fugi de el."  
Apropierea de umbră — fără luptă, doar recunoaștere — slăbește strânsoarea.

**Premisa sistemelor:** "Cea mai mică parte dintr-un sistem influențează tot sistemul." Influența subtilă prin recentrare proprie, nu prin control.

**Experiența e circulară, nu liniară — spiralată.** "Ca să ai experiențe noi, e nevoie să accepți cu recunoștință că se încheie cele existente."

**Umbra (recap M1):** dragon cu care ne luptăm, care devine aliat și cufăr cu resurse în urma procesului. "Cu cât te apropii de umbră, se transformă în aur."

**Călătoria eroului (Campbell):** fir comun al tuturor culturilor — auzul chemării → acceptare → apariția mentorului → (inițiere, întoarcere).

**Arhetipurile (Jung):** forme de personalitate latente. 12 universale, dar **6 arhetipuri de tranziție** (Pearson/DeLozier) = minim necesare pentru a depăși o provocare.

## Cele 6 arhetipuri de tranziție + dragon

Arhetip	Esență	Umbră
<b>Inocent</b>	Paradisul, nu știe că are o problemă	Ignoranță, gândire magică
<b>Orfan</b>	Singur, prăbușit, "nimeni pe drum"	Victimizare
<b>Martir</b>	Se plânge, cere compasiune	<b>Cea mai mare limită psihologică</b>
<b>Căutător</b>	Știe, dar anesteziază (muncă/vicii/cursuri)	Evitare deghizată
<b>Războinic</b>	Primul care confruntă dragonul	Agresivitate gratuită
<b>Magician</b>	Aliat cu dragonul, dansează cu frica	Manipulare (Saruman)
<b>Dragon/Umbră</b>	Provocarea însăși	—

### Principii de funcționare:

- Fiecare arhetip există în fiecare dintre noi.
- Se repetă "în raport cu fiecare provocare" — poți fi războinic pe antreprenariat și martir în cuplu simultan.
- Psihicul știe drumul — dacă l-ai parcurs măcar o dată, îl repeți mai rapid.
- Regele și lubitul nu sunt în setul de tranziție — Regele e pentru cetate/ responsabilitate, lubitul e pentru cuplu.

### 3 întrebări-indicator de arhetip:

- "Nu-mi permit" = martir/orfan
- "Cum fac să-mi permit?" = războinic
- "Nu știu cum, dar o să-mi permit" = magician

**Atașament (teoria Bowlby):** anxios / evitant / dezorganizat / **securizant = magician**. "Ofer fără așteptări; dacă pleci, știu emoțional că sunt valoros și viața e un fluviu."

**Principiul pleci-de-unde-ești:** "Dacă ești în căutător, pleci de la căutător — nu te întorci în orfan. De oriunde ești, te duci în față."

**Iertarea = înțelegere.** "Înțelegi că s-a întâmplat din lipsă de informații/abilități/ resurse psihologice — deci ierți."

**Dragonul ca aliat (Orient):** "În filosofia orientală, dragonul poartă noroc. Provocările, fricile, dragonii vor să ne crească."

## Tehnici

### Procesul arhetipurilor (exercițiul central M6):

1. Identifică provocarea reală (respinge simptomele-paravan: "mâncat compulsiv", "angrenare în multe").
2. 7 bilețele în cerc (6 arhetipuri + dragon în centru).
3. Meta-poziție — clientul privește ansamblul.
4. Diagnostic: "Din care arhetip interacționezi acum cu problema?"

5. Asociere în arhetipul curent (non-verbal, atitudine).
6. Pas spre războinic (memorie sau as if — Wonder Woman, Xena).
7. Pas spre magician (moment fără efort, jucăușenie).
8. **Centru — devine dragonul**, privește-se, răspunde: "Ce vreau pentru ea? De ce am apărut în viața ei?" (Inovația lui Horia — încheie în umbră, nu într-un arhetip "bun".)

**Scop pentru facilitator:** antrenament în ghidare, nu transformare peste noapte.  
"Nu ai presiunea să fii Tony Robbins."

**Tehnica descaladării** (ex-poliție):

1. Pas în spate + palmele sus.
2. "Scuză-mă, șefu" — politicoasă, neironică.
3. Break state cu umor autodepreciativ.
4. Dacă celălalt avansează — "atunci el e agresiv, nu tu."

**Meta-emoție — atitudinea de Master:** întrebarea "Ce simți față de emoția X?" + curiozitate.

**Scanarea adevărului interior:** oferă ipoteza → scală 0-10 pe încordare → verifică respirația (intenționat sau natural?) → reducerea încordării = semnal că s-a atins adevărul.

**Replicile pentru polemică** (Marius — "cât ai dat pe mașină?"):

1. "Îți mulțumesc pentru opinia necerută care mie îmi sună a judecată."
2. "Am dat suma pe care consider că o merit. Îmi permit. Apreciez că admiri asta."
3. Schimbare subiect imediată.

**Auto-centrare înainte de sistem:** recentrare 1-2 min (bucurie, relaxare) înainte să intri acasă / la ședință / la discuție dificilă.

**Exerciții intenționate de letting-go:** pasager în dreapta, Uber, avion, închiderea radioului.

**Atitudinea "hai să mă distrez":** "Cele mai ușor de atins obiective sunt alea în care renunți de la început, dar le faci oricum."

---

## ZIUA 2 — Principii de Master + Test

**Teza centrală: Principii > abilități**

"Nu ce știi să faci cu NLP va fi valoros pe un an-doi, ci cât din mentalitate și principii încă te ghidează." După 16-17 generații: cei care cresc sunt cei cu principii instalate (non-judecată, harta≠teritoriu, minte deschisă), nu cei cu abilități.

**Concepte-principii**

**Harta ≠ teritoriu (Master-level):** "Și eu mă pot înșela. Alege realitatea și disonanța peste convingere."

**Disonanța cognitivă:** disconfortul între realitate și convingere. Distorsionează realitatea (majoritatea) vs alege realitatea (master).

### **Gândirea sistemică:**

- **Întrebarea:** "Cine ce pierde dacă eu câștig?"
- "Aleg să nu dovedesc că am dreptate — și după se dovedește că am avut."
- Impact = ripples în medii neimaginabile.

### **Contribuție ≠ salvare:**

- Salvatorul intervine neinvitat, are nevoie de validare, "să se vadă numele."
- Contribuitorul vine "din prea plin, din recunoștință că Universul m-a binecuvântat." Anonim.
- "Și Iisus a încercat să salveze pe toți și n-a reușit."

**Gândire binară vs nuanțe:** "Nuanța vieții e fix în mijloc. Minte refuze să cântărească — consumă energie."

**Paradigma potrivită pentru context:** "Din ce paradigmă acum pot influența etic?" NLP, religie, spiritualitate, manifestare. "I don't fucking care — cât timp îți pui întrebarea."

**Arhetip = lumină + umbră.** Inocentul pur = creativitate, iubire completă; umbră = gândire magică. Tiranul = umbra regelui.

**Dansul cu arhetipurile (public speaking):** magician (intrigă) → războinic (motivație) → vindecător (vulnerabilitate) → închide magician/războinic. "E 100% psihologie."

**Renunțarea la așteptări:** "Tot doare. Dar măcar nu mai fac film."

### **Congruență > citirea celui alt (non-verbal)**

- Prima prioritate: **congruența proprie** în fiecare moment.
- **Acuitatea senzorială** = observare pe multiple canale simultan, fără efort. Activată la miză, nu permanent (burnout).
- **Pacing pe realitate** = "descrii realitatea probabilă a celui alt înainte s-o zică el" = raport instant.
- Cine se concentrează pe citirea altora "uită că și el e citit." Reptilianul scanează permanent.

### **Principiul resurselor (întrebare de Master)**

**"De câte ori în viața mea am pățit ceva pentru prima oară și am făcut față?"** Minte pe pilot automat se resetează la fiecare provocare nouă — întrebarea contrazice resetarea.

### **Tehnici**

- **Ancoră fizică pentru schimbare de energie:** adoptarea posturii + cuvânt pe podea ("magician") → schimbă atitudinea.
- **Break state auto-administrat (seara):** mâna pe corp + respirație + ancoră verbală ("gata, stop joc") + repetă la revenirea gândurilor.
- **Externalizarea gândurilor:** scrii pe telefon ce te preocupă = eliberare.
- **Schimbarea semnificației:** "Ce semnificație utilă pot da acestui input?"

- **Resemnificare problemă → oportunitate:** "Ce mișto că am o problemă" (Simona).
- **Voce sigură ca ancoră externă** (Mirela): "e foarte ușor, puteți face asta" → echipa execută.
- **Întrebări coaching pentru salvator:** "Cu ce te ajută să fii în rolul ăsta?"
- **Change Personal History** (numită explicit): linie timp → trecut fără resursă → break state → merg unde aveam resursa → ancoră → mă întorc și declanșez ancora.
- **Sleight of mouth pe pierdere:** "Ești conștient că ai scăpat a doua oară de aceeași persoană? Alții nu scapă a doua oară."
- **Reframe diagnostic:** "Depresia e diagnostic clinic. De unde știi că e depresie și nu o retrezire la realitate?"

## Exerciții

**Test scris 45 min.** Cadraj: "evaluarea mea, nu a ta. Metaforă a devenirii. Nu ridică salariul."

### Exercițiul Pilot 8+ (nou în Master):

1. Fiecare scrie o provocare reală de nivel min 8, anonimă, specifică.
2. Grupe de 4-5 aleg scrib, iau bilet aleatoriu.
3. 30 min să creeze un exercițiu NLP pas-cu-pas.
4. Cadraj: libertate totală (pot combina/distorsiona tehnici), smerenie, confidențialitate.
5. Prezintă structura (nu conținutul), Horia nuanțează.

**Mantra Master:** "Nu-mi pasă de structură, cât timp produce rezultatul."

**Călătoria e a exploratorului:** "Niciodată nu decizi tu pe ce se lucrează. Întrebi exploratorul."

## ZIUA 3 — Integrare + Credo + Ceremonie

### Calitatea informației > cantitatea

"Informația nu mai e putere (Bill Gates '90). Acum e inundație. Contează **discernământul**."

**Mintea critică permanent deschisă.** "Autoritate mai mare pe abilitățile voastre de a discerne, decât pe ale cuiva de a îmbrăca informația. Nici în mine."

### Călătoria eroului — etape

1. Auzul chemării ("simți că ceva nu mai merge").
2. **Acceptarea** — condiție necesară pentru...
3. Apariția mentorului ("nu apare până când nu accepți călătoria").
4. Retragerea mentorului când ucenicul renunță.

## Linia timpului bidirecțional

Trecutul a creat prezentul; **viitorul creează prezentul**. "În fiecare moment sunt multiple viitoruri potențiale în funcție de atitudinea ta de azi."

**Viitor potențial ≠ probabil**. "S-a născut talent și a murit speranță."

## Mediul bate intenția

"Alegerea mediului decide viitorul." Mediu fizic sau psihologic (cărți, podcasturi, sub-medii create conștient).

Exemplu Horia la dispecerat: ani 2-3, tură 12/24, citea psihologie la 3 dimineața = "mediu psihologic conectat la ce știam că mă crește."

**Corolar:** "Nu mediul răspunde de tot. Contează și ce faci tu cu mediul."

## Flexibilitate emoțională vs toane

"Nimeni nu se naște proactiv în fiecare dimineață. Nu folosi emoția ca scuză — acționează în ciuda ei."

## Bias de confirmare — decizii irevocabile vs flexibile

Experimentul cu fotografiile: grupul cu decizie nenegociabilă e mult mai satisfăcut decât grupul cu flexibilitate. **"Mai bine o decizie și vezi după, decât nicio decizie."** Minte activează bias-ul doar când decizia e fixă.

## Întrebarea-ancoră zilnică

**"Ce are nevoie viitorul meu eu să fac azi, fără de care el n-o să existe?"**

Frica de regret ca motor: "potențialul meu să-mi spună pe partea cealaltă ce ai făcut? Te-am așteptat și n-ai venit — cel mai mare regret al vieții."

---

## CREDO (concept central Z3)

**Credo** = "crezul din spatele tuturor convingerilor. Matrița pe care îți bazezi toată psihologia." Subconștient, modelat de educatori, rareori verificat.

**Credo > convingeri contextuale**. "Mai important decât banii, relația, fericirea."

**Test de profunzime:** "Credoul cuprinde motive pentru care ai fi dispus să mori."

**Credo ≠ vocație**. Vocația = abilități/profesie. Credoul = cum aleg să trăiesc.

**Funcția de far**. "Drum către casă, către versiunea ta împlinită."

### Exemple:

- "Toți pentru unu, unu pentru toți" (mușchetarii).
- "In God We Trust" (post-Nixon).
- **Credoul Horia:** "Fiecare zi din viața mea, ori râd, ori învăț, ori cresc. Una din trei." + "servind, oferind mai mult decât cer, contribuind chiar fără cerere."

**Banii nu sunt farul**. "Consecință a valorii + a abilităților de comunicare a valorii."

## PROCESUL CREDO (tehnica principală Z3)

### Faza A — Individuală, ghidată cu muzică:

1. Centrare + atitudine solemnă.
2. Imaginar: ziua înmormântării tale, tu prezent invizibil pe catafalc.
3. Invitare 3 (max 4) figuri importante (reale sau imaginare).
4. Scrie discursul fiecăruia la **persoana a III-a, la superlativ** — cum te-a văzut ca potențial infinit.
5. Invitatul 3 e critic: "Ce n-a știut nimeni în viața asta despre tine?"

### Faza B — Distilare:

6. Subliniază frazele de impact care "ți-au făcut sufletul să vibreze."
7. **Rescrie la persoana I:** "Eu sunt... Eu ofer... Eu aduc în lume..."
8. Rafinare până devine credoul tău.

### Faza C — Declarație publică în grup de 4:

9. În tăcere, fiecare citește cu voce tare, asumat, cu curaj — "Își lasă deoparte masca."
10. Atitudine de războinic în fața camarazilor.
11. Martori → mulțumire din ochi.

## Contribuție vs Salvator (reluat, cadru diagnostic)

**Salvator:** intervine neinvitat, nevoie de validare. "Una din cele mai perverse forme de psihologie — social validată, realitate: despre el." Metaforă: băbuța pe cărje trecută forțat pe stradă.

**Contribuitor:** "din prea plin, anonim de preferință." Metaforă: milionarul îmbrăcat normal care oferă un insight valoros.

## Avertisment ancoră-final

**"Nu luați decizii radicale 3 săptămâni - 1 lună după Master."** Pe val emoțional intens, gândirea critică e distorsionată.

## Ceremonie de închidere (Z3C)

**Timp viitor-anterior:** "Experiența care va fi fost NLP Master Practitioner."

**Etica diplomelor:** "Nu dau diplome pe ochi frumoși. Neprimirea nu e judecată morală — e respect pentru colegii care au atins pragul." Reframe pentru grup: "Diluați judecata față de cine nu și-a luat diploma."

**Sistem 3-2-1 pentru aplauze colective** — 60 de nume, aplauzele individuale ar fi durat mult.

**Plicul sigilat M1 → M6** — scrisoarea către sine, scrisă la începutul călătoriei, deschisă la final.

**Exercițiul florii (Andrei):** vizualizare — cursantul = floare care a crescut în lunile de curs, acum își desface petalele. Ancorat de flori reale + coincidența cu Floriile.

**Închidere oficială:** "Master Practitioner stă închis" + 3-2-1 ritualizat.

## Mindmap condensat

M6 = PERSONAL → TRANSPERSONAL

### Z1: Arhetipuri

6 + dragon → Proces (bilețele, meta-poziție, încheiere în dragon)  
3 întrebări-indicator (nu-mi permit / cum fac / nu știu cum dar o să)  
Meta-emoție ("ce simți față de ce simți?")  
Ironia fugii, umbra ca aliat  
Descaladare, pacing pe realitate

### Z2: Principii Master

Principii > abilități  
Gândire sistemică ("cine pierde dacă eu câștig?")  
Contribuție ≠ salvare  
Nuanțe vs binar  
Congruență > citirea celuilalt  
Test + Exercițiul Pilot 8+ (grupe creează exerciții)  
Change Personal History, Sleight of mouth

### Z3: Integrare

Calitatea informației > cantitatea  
Călătoria eroului (chemare → acceptare → mentor)  
Viitorul creează prezentul  
Mediul bate intenția  
"Ce are nevoie viitorul meu eu să fac azi?"  
Credo (proces discurs-înmormântare → persoana I → declarație)  
Ceremonia: diplome, plic sigilat M1, floarea, închidere

## Citate-cheie

- "Simți tristețe, dar ce simți față de faptul că simți tristețe?"
- "Lucrul de care fugi te controlează pe cât fugi de el."
- "Cea mai mică parte dintr-un sistem influențează tot sistemul."
- "Pai toți ne-nsurăm cu umbra."
- "Magicianul dansează cu frica."
- "Stagnarea e o alegere. Aroganța lui Știu — nu așa funcționează."
- "Iertarea e înțelegere."
- "Cu cât te apropii de umbră, se transformă în aur."
- "Cine ce pierde dacă eu câștig?"
- "A contribui, nu a salva."
- "Congruența ta te pune peste 90% din oameni."
- "Nu mă interesează ce funcționează, cât timp produce rezultatul."
- "Niciodată nu decizi tu pe ce se lucrează. Întrebi exploratorul."
- "Informația nu mai e putere. Calitatea informației — da."
- "Mentorul nu apare până când călătorul nu acceptă călătoria."
- "Alegerea mediului va decide viitorul."



- "Ce are nevoie viitorul meu eu să fac azi, fără de care el n-o să existe?"
- "Credoul e matrița pe care îți bazezi toată psihologia."
- "Salvatorul e despre el. Contribuția vine din prea plin."
- "Fiecare zi din viața mea, ori râd, ori învăț, ori cresc." (Horia)
- "Fii bun, pentru că nu știi fiecare ce lupte poartă." (Aurelia)
- "Pășește în cine ești menit să devii. Acum e timpul tău."
- "Și să primești ceea ce ai devenit." (Andrei, floarea)