

# Libro de Ejercicios



## Ejercicios del Video Número 3

En el video aprendiste como convertir las palabras en palabras hipnóticas.

Aprendiste que la palabra Y une o apila lo que quieras en una sola representación.

Las ventajas que brinda el hacer más consciente esta palabra es que Tú puedes añadir y apilar beneficios de tu producto o servicio de tal forma que la persona los vea todos juntos en una sola representación mental.

El ejemplo brindado para motivar a Juan a ir al cine fue

Dale Juan, vamos, piensa en lo siguiente Es una película nueva Y van a estar todos tus amigos Y conseguimos descuentos que vencen dentro de poco tiempo Y además te pago los pochoclos ¿Qué te parece?

Escribe tu tus propios ejemplos utilizando la palabra Y para encadenar beneficios o aspectos positivos de tu idea, producto o servicio

También descubriste los efectos negativos del Y

El ejemplo brindado fue

Tenemos demasiadas cosas para hacer Y tenemos que entregar el trabajo antes del día 15 Y además tenemos que incrementar las ventas de nuestro negocio ya que están bajas Y nos pueden despedir Y como si todo eso fuera poco tenemos que entregar el día 16 el otro proyecto Y presentarlo ante la junta de directivos y...

Durante las semanas y días que siguen presta atención al uso que le brindas a esa palabra y cuando te encuentres en un estado de estrés o nervios chequea el uso que le brindaste para modificar tu propio diálogo interno (Cómo te hablas a ti mismo, qué cosas te dices)

También aprendiste qué la palabra PERO anula todo lo anteriormente dicho y cómo usarla de forma efectiva.

La palabra Mágica es PERO.

El problema es que el 99% de las personas al no saber el efecto que produce en la mente la usan MAL MAL MAL.

**La palabra pero borra todo lo que se dijo anteriormente.**

La gente al no saber esto, la utiliza de forma errónea diciendo muchas veces

Quiero ganar más dinero, tener más salud, y lograr mis sueños, PERO no puedo.

Comienza a utilizar de forma mucho más sabia a la palabra PERO como en el siguiente ejemplo

Siento que no puedo, PERO quiero ganar más dinero, tener más salud y lograr mis sueños.

**¿Estás despertando al increíble y positivo efecto que puedes lograr en tu vida prestando más atención a las palabras que usas?**

Aquí te quiero regalar Cartas Hipnóticas para que imprimas y las practiques.

**¿Por qué cartas hipnóticas?**

**Simple.**

**Los científicos comprobaron que el aprendizaje se acelera cuando emociones positivas están en juego a la hora de aprender.**

Me basé en ese principio para diseñar estas nuevas cartas hipnóticas. Para que te diviertas, juegues y te entretengas (Emociones positivas) mientras aprendes y te escuchas a ti mismo reír a la vez que dices en voz alta cada uno de los patrones hipnóticos.

3 ¿Puedes imaginar \_\_\_\_\_?



Al realizar esta pregunta la persona imagina lo dicho debido a que lo tiene que hacer independientemente de si pueda o no.  
¿Puedes imaginar los beneficios de practicar estos patrones diariamente? €

[www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

3 Eventualmente \_\_\_\_\_



Al no especificar una fecha la sugestión genera expectativa.  
Eventualmente realizarás los cambios que deseas.  
Eventualmente utilizaras estas frases en tus conversaciones. €

[www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

3 ¿Puedes imaginar \_\_\_\_\_?



Al realizar esta pregunta la persona imagina lo dicho debido a que lo tiene que hacer independientemente de si pueda o no.  
¿Puedes imaginar los beneficios de practicar estos patrones diariamente? €

PNL 2.0 [www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

3 Eventualmente \_\_\_\_\_



Al no especificar una fecha la sugestión genera expectativa.  
Eventualmente realizarás los cambios que deseas.  
Eventualmente utilizaras estas frases en tus conversaciones. €

PNL 2.0 [www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

4 Y/ Además  
X



Esta conjunción es una de las más poderosas ya que permite añadir y apilar sugestión tras sugestión. Y puedes relajarte y además respirar profundamente para profundizar tu experiencia.

[www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

5 Pero



Esta frase niega todo lo que la antecede y es excelente por ese motivo. Me comentaste que nunca antes te has podido relajar, y que esta es tu primera sesión de hipnosis...PERO lo que no has notado es lo profundo que estás respirando ahora...

[www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

4 Y X/ Además  
X



Esta conjunción es una de las más poderosas ya que permite añadir y apilar sugestión tras sugestión. Y puedes relajarte y además respirar profundamente para intensificar tu experiencia aún más



PNL 2.0 [www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

5 Pero



Esta frase niega todo lo que la antecede y es excelente por ese motivo. Me comentaste que nunca antes te has podido relajar, y que esta es tu primera sesión de hipnosis...PERO lo que no has notado es lo profundo que estás respirando ahora....



PNL 2.0 [www.pnl2.com.ar](http://www.pnl2.com.ar)

\*\*\*\*\*

En el próximo video vas a estar descubriendo en profundidad TODO lo que contiene mi curso completo Patrones Hipnóticos 360 el cual viene con Bonuses valorados en 1000 dólares Garantía de 30 días, Coaching personalizado vía email y mucho mucho más Estate atento a la oferta Promoción

\*\*\*\*\*

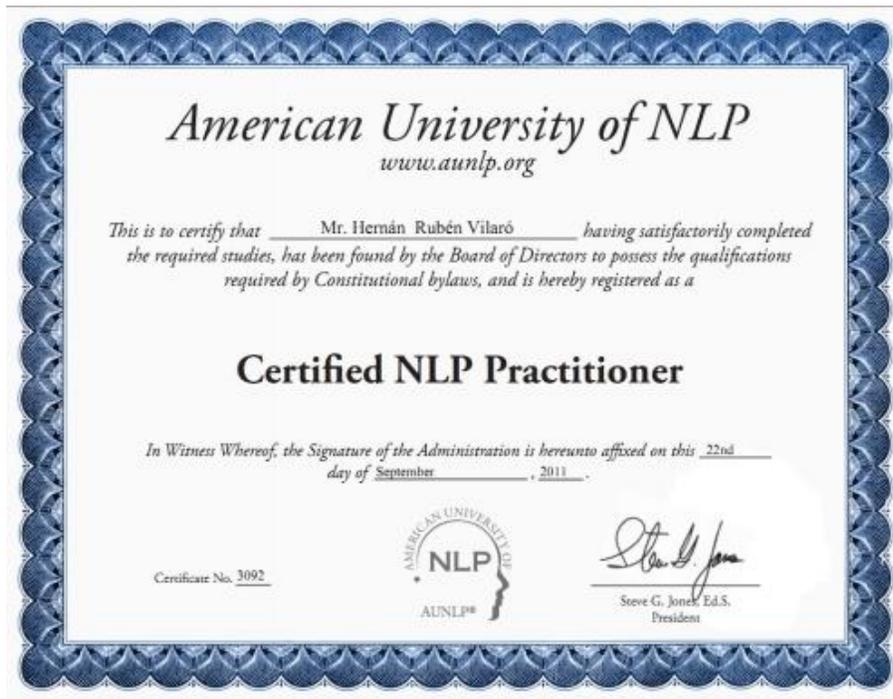
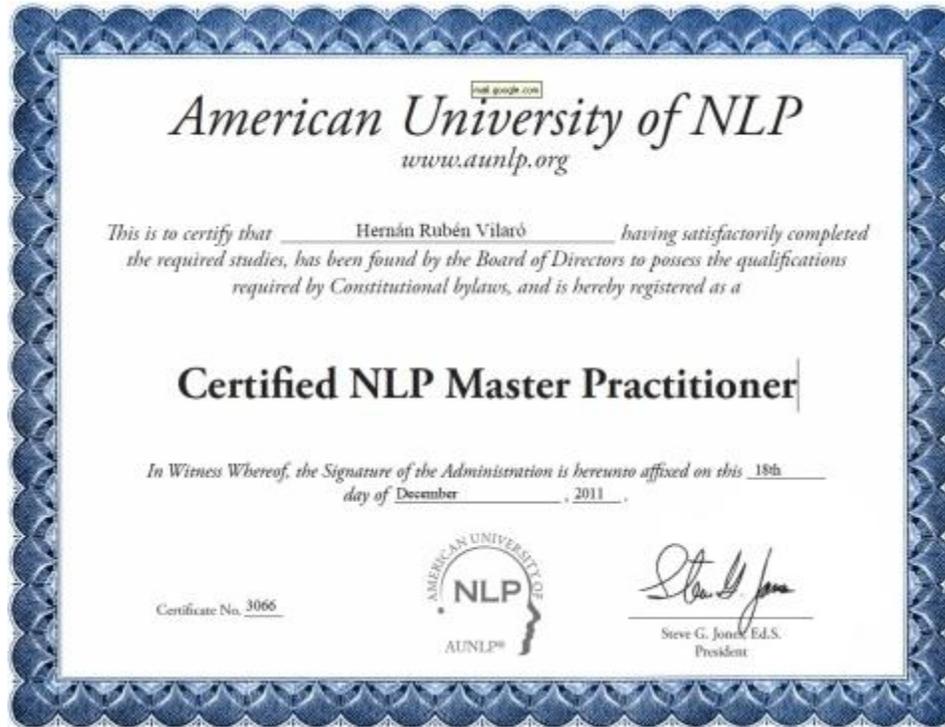
Y aquí te dejo información sobre mí para que nos vayamos conociendo más y sigamos construyendo una relación de confianza

Mi nombre es Hernán Vilaró Soy Practitioner, Master y Trainer en Programación Neurolinguística certificado por la Escuela Argentina de PNL y Coaching avalado por The Southern Institute of NLP y The Society of NLP - USA





Practitioner y Master Practitioner avalado por la Universidad Americana de PNL



**Recuerda revisar tu email, también chequea en la solapa promociones o en spam si no te llega el día de mañana.**

En el próximo video vas a estar descubriendo en profundidad TODO lo que contiene mi curso completo Patrones Hipnóticos 360 el cual viene con Bonuses valorados en 1000 dólares Garantía de 30 días, Coaching personalizado vía email y mucho mucho más Estate atento a la oferta Promoción

Cualquier consulta me puedes escribir a [patroneshipnoticos@gmail.com](mailto:patroneshipnoticos@gmail.com)



Hernán Vilaró  
Practicante Básico y Avanzado de la Ley de la Atracción Certificado  
Practitioner, Master, Trainer y Master Coach en Programación  
Neurolinguística Certificado  
Creador y Presidente de [PNL 2.0](#)