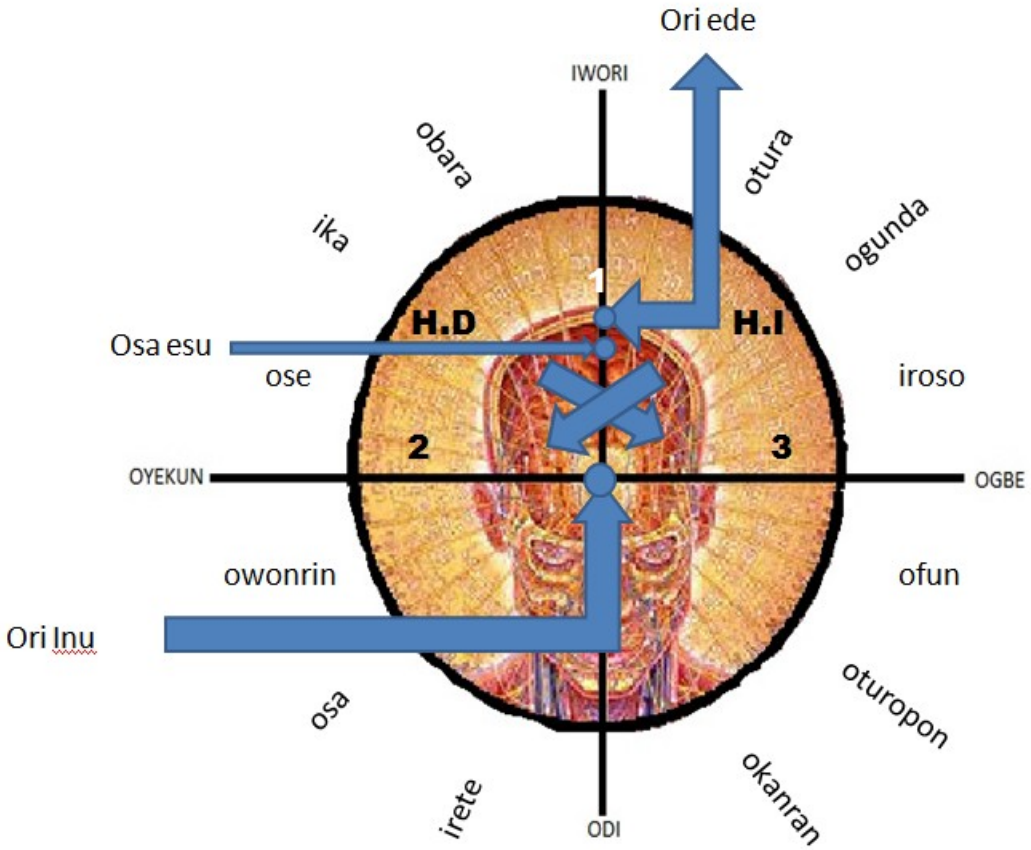
Es un sistema que mueve procesos de energía, que dinamiza el cuerpo y el espíritu enfocado en las realidades de la vida, se encuentra físicamente y energéticamente divido en dos seccionales denominadas como hemisferio derecho y hemisferio izquierdo los cuales controlan distintas actividades.

H.D: hemisferio derecho: Sus principales características son, Controlar el lado izquierdo del cuerpo, Piensa en forma de cuadros, visualiza, Trabaja de forma macro no de manera detallada, Rige el lenguaje del cuerpo movimientos y actividad física, Determina la inclinación artística, Centro de la intuición, espontaneidad y de los sentimientos, Memoria para la gente, cosas, experiencias, sentimientos, etc.

H.I: Hemisferio izquierdo: Controla el lado derecho del cuerpo; procesa la información en forma de detalles, Trabaja de manera secuencial Lógica, Controla el dialogo, la gramática y el orden de las palabras, Rige la información matemática, analiza, evalúa, critica, centro de memoria para palabras números y sentido común.

Aplicando estos conceptos a la visión Yoruba ancestral, de la cabeza como un centro universal regido por los diferentes Odu de IFA quedaría de la siguiente forma:



El cual según diferentes estudios de psiquis humana quedaría dividido en tres módulos fundidos en una sola estructura nerviosa energética, según su historia evolutiva llamados:

1- Cerebro Primitivo
2- Cerebro Límbico
3- Cerebro Neocortex

Donde se alojan distintas respuestas principalmente:

¿Quiénes somos?

¿Hacia dónde vamos?

Cerebro Primitivo: Conformado por los ganglios basales, el tallo cerebral y el sistema reticular es la parte más antigua del cerebro desarrollada hace unos 500 millones de años, está diseñado para manejar los instintos básicos con muy poco o nada de racionalización tampoco sentimientos, Tiene el papel más importante dentro del ser. Su función principal en el actuar cuando el ambiente o el organismo lo demanden.

El complejo y profundo cerebro primitivo incluye las conductas de los distintos rituales como el aparearse y anidarse, lo cual lo hace un sistema resistente al cambio. Es la sensación de comer, beber, temperatura corporal, sexo, territorial, necesidad de cobijo, es el cerebro funcional, territorial, factores responsables de la conservación de la vida pero también capaz de cometer las mayores atrocidades.

Ya que sitúa al sujeto sin presente, sin pasado y sin futuro no aprende no anticipa no piensa no siente emociones, es pura impulsividad.

La aceptación o rechazo a las personas o situaciones. Se le conoce como el guardián de la vida es la mayor herencia que conservamos de nuestros ancestros.

Da origen a la pentalogías del instinto de la cual se expondrá más adelante.

Cerebro Límbico: Es la segunda etapa de la evolución Permite el desarrollo sentimental, que opera fundamentalmente desde la amígdala ya que esta es el centro de procesamiento de la rabia, la ira.

Se asocia directamente con la capacidad de sentir y desear constituida por seis estructuras:

- Tálamo: Placer, dolor
- Amígdala: nutrición, oralidad, protección, hostilidad etc.
- Hipotálamo: Cuidado y protección de otros.
- Bulbos olfatorios: Sexualidad.

- Hipocampo: Memoria a largo plazo.

En estas zonas están las glándulas endocrinas más importantes del ser humano:

Pineal y pituitaria: que controlan los sistemas anteriores y también los estados de calidez, amor, gozo, depresión, odio y todas las emociones básicas.

Este sistema es capaz de poner el pasado en el presente y por lo tanto se produce el aprendizaje el cual se activa cuando estamos más emocionados, excitados, entramos en estado de clímax por sobre estimulación entre otras emociones aceleran el proceso de aprendizaje.

Facilita las relaciones interpersonales, desarrolla la memoria emocional, como un ejemplo palpable de las alteraciones de este sistema, la neurosis aparece por el exceso de peso del pasado emocional.

Este es el que se deja afectar por las emociones y por su entono, las personas que tienen enfermo este cerebro son aquellas incapaces de dejarse afectar por él las emociones o el entorno, así como también las que se afectan de manera exagerada. OJO lo que se percibe a través de la boca la nariz y los genitales se relacionan directamente con este sistema.

El desbalance produce estados agresivos, depresiones severas, perdidas de la memoria, y otras enfermedades de la psiquis.

Este cerebro da origen a la pentalogías del sentimiento.

Cerebro Neocortex: además de los sentimientos, manejan un proceso de mayor entendimiento, que está directamente relacionado con el desarrollo de la corteza cerebral donde se encuentra uno de los mayores desarrollos del cerebro dentro de la escala animal.

Específicamente su región frontal, que les permite adquirir conocimiento, desarrollar sociedades, culturas, tecnologías y lo, más importante: comprender las leyes que rigen el universo.

En este cerebro se llevan a efecto los **procesos intelectuales superiores.**

Está estructurado por el hemisferio izquierdo y derecho.

El hemisferio izquierdo está asociado a procesos de razonamiento lógico, funciones de análisis, síntesis y descomposición de un todo en sus partes y el derecho, se dan los procesos asociativos, imaginativos y creativos, se asocia con las globalidades y relaciones espaciales.

Dos características de este sistema son:

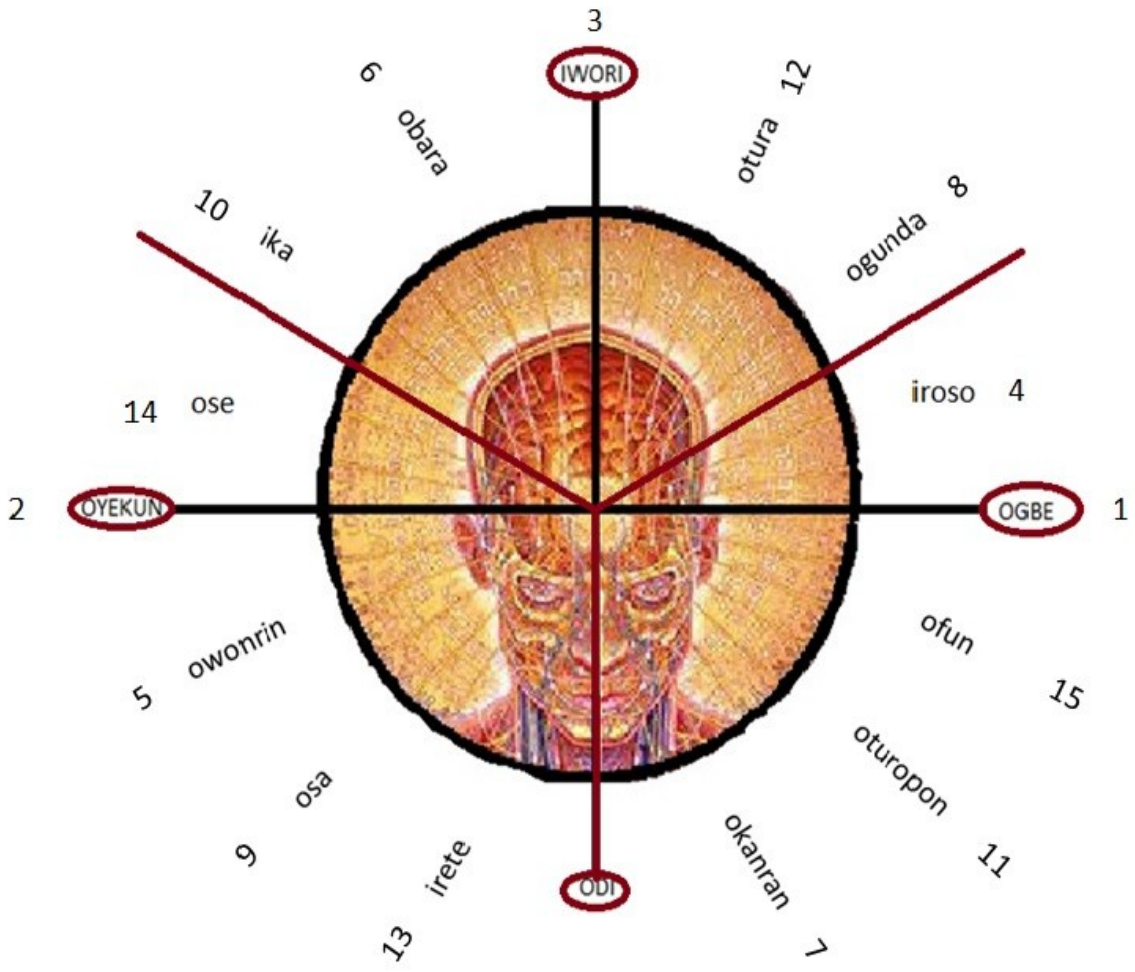
- **La visión** (globalidad, síntesis e integración. HEMISFERIO DERECHO)

- **El análisis** (relación de las parte-todo, la lógica, relación causa-efecto, razonamiento hipotético, precisión y exactitud.

El sistema Neocortex representa la adquisición de conciencia y se desarrolla a través de la práctica del lenguaje.

Este cerebro da origen a la pentalogía del pensamiento.

Pentalogías cerebrales



Como se observa en la figura anterior se conforman tres grupos de cinco energías diferentes pero que irradian de manera similar en las actitudes humanas fundamentando los componentes básicos de la psiquis humana los cuales son **instinto**, **sentimiento** y **pensamiento**, nuevamente utilizando la cabeza humana como si fuese un opón de IFA, (esto es solo una hipótesis). Donde dependiendo de la posición y cercanía de un grupo a

otro determina la intensidad de la irradiación de un grupo a otro a excepción de la trilogía conformada por 3, 5, 15 ya que son los niveles centrales de cada grupo dando una irradiación completa sobre el grupo en referencia.

Según esa hipótesis los tres grupos abarca cinco energías las cuales a mi perspectiva están relacionadas con los centros sutiles del cuerpo humano, y la personalidad se fija principalmente en uno de esos centros.

Los de tipos instintivos son los 8, 12, 3, 6, 10.

Los de tipos sentimentales son los 14, 2, 5, 9 13.

Los de tipos Intelectuales son los 7, 11, 15, 1, 4.

Abarcando 15 de los 16 elementos el elemento 16 no enumerado ni agrupado ya que es un elemento con dualidad ya que dependiendo de la influencia exterior que tenga y el desarrollo de su personalidad puede ser sentimental o intelectual por ende se coloca como un elemento intermedio.

El estudio de esta grafica es importante para el trabajo de transformación porque especifican donde esta nuestro principal desequilibrio, representan los tres principales grupos de problemas y defensas del ego, y revelan las principales maneras en que contraemos nuestra percepción consiente (observador interno) y nos limitamos.

También se puede ver como esta grafica se organiza en base a tres necesidades básicas.

1- La necesidad de autonomía: Tener una clara sensación del "Yo", autoafirmarse e imponerse. Defenderse contra ataques al "territorio propio". Sentir impulsos vitales de movimiento y vivirlos. Responder espontáneamente con reacciones instintivas "desde la tripa" a las situaciones exteriores. La pregunta que surge de esta necesidad es ¿Quién soy yo -quién eres tú? ¿Cuál es el espacio que me corresponde y cuál te corresponde a ti?

2- La necesidad de relación: Sentirse querido y querer. Cuidar la amistad, la asistencia, la preocupación por los demás. Son importantes la comprensión mutua y un "buen contacto". Se recalca la importancia de pertenecer a una familia, a un grupo. Esta necesidad del "corazón" crea una pregunta: ¿Con quién tengo qué relación - cómo es nuestra comunicación?

3- La necesidad de orientación y seguridad: Sentirse seguro en el lugar en que se está. Conocer bien el sitio. Tener perspectiva de las cosas. Son importantes la claridad y la confianza. Sentidos despiertos para detectar el ambiente. De esta necesidad surge la pregunta: ¿Dónde estoy realmente? ¿Este es un lugar seguro para mí?

Donde también se puede dividir en tres energías básicas (fuerzas para satisfacer las necesidades correspondientes.

1- La energía del vientre: Abarca todos aquellos impulsos vitales e "instintivos" que nos ayudan a afirmar nuestro "territorio", como la ira. La sexualidad también está muy marcada en este ámbito.
2- La energía del corazón: Son todas aquellas cualidades emocionales que contribuyen a relacionarnos con otras personas y con las que nos sentimos unidos a los demás, es decir, el "amor" en su sentido más amplio.
3- La energía de la cabeza: Engloba las funciones de percepción y pensamiento que necesitamos para orientarnos y sentirnos seguros.

Sea cual sea el tipo de personalidad, ésta contiene los tres componentes relacionados entre sí y sólo de esta forma puede fluir la persona. Cada uno de los grupos representa una gama de posibilidades o funciones esenciales que la persona ha bloqueado o distorsionado ya que se ha encontrado desconectada de su esencia, limitándose a ubicar su energía vital en una y sólo una de los grupos.

Cada personalidad remplaza esa cualidad bloqueada por una imitación de ésta, desarrollada por la personalidad. Paradójicamente si el tipo de personalidad está en la grafica del sentimiento, esto no significa que tenga más sentimientos que los demás, sino que por el contrario, éste es el componente de la psique menos capaz de funcionar libremente. De igual forma se da en las graficas instintiva y del pensamiento.

Los representantes de cada agrupación de 5 utilizan la energía básica correspondiente a cada centro y la deforman con el fin de defenderse contra su dilema central. Ya sea bloqueándola (8, 12, 3, 6, 10), hiperdesarrollándola (14, 2, 5, 9 13) o desviándola (7, 11, 15, 1, 4).

Grupo instinto

Los tipos 8, 12, 3, 6,10 se han formado en torno a distorsiones de sus instintos que son la raíz de su fuerza vital.

La pentalogías del instinto tiene que ver con la inteligencia del cuerpo, con el funcionamiento básico vital y con la supervivencia. El cuerpo tiene un papel importantísimo en todas las formas de trabajo autentico porque devolver la conciencia al cuerpo afirma la cualidad de la presencia. El cuerpo existe en el **aquí y en el ahora**, en el momento presente, lo que es fundamental para poder realizar un buen trabajo de desarrollo personal.

Cuando en realidad se habita el centro instintivo, éste da una profunda sensación de plenitud, estabilidad y autonomía o independencia. Cuando se pierde el contacto con esa esencia, la personalidad intenta "llenarla" proporcionando una falsa sensación de

autonomía. Para encontrar esa falsa sensación de autonomía la personalidad crea lo que en psicología se llama mecanismos de defensa. Los tipos de personalidad de esta pentalogías procuran resistirse a la realidad (creando límites para el Yo, basados en tensiones físicas).

Estos tipos de personalidad tienden a tener problemas de agresividad y de represión; bajo las defensas de la personalidad llevan muchísima **ira**.

Ellos suelen saber cómo se sienten y en general no tienen mayor dificultad para entrar en acción. Ellos, en vez de eso, se ignoran a sí mismos, y es habitual que reaccionen desde el cimiento emocional de la rabia. Es típico para estos tres estilos que tengan la mayor dificultad en el campo de la razón y luchen para recordar sus propias necesidades.

Se le llama los "**tipos instintivos**" porque ellos tienden a ser detectores de la sensación corporal, personas que perciben cosas físicas e intuitivamente, antes de saberlas de manera cognitiva. Están más propensas a las dificultades con la apropiada concepción racional y experimentan a menudo una especie de nublamiento mental.

Imagínese que está en el centro de una fiesta animadísima, plena de gente que usted conoce, y nadie puede verle u oírle. Igual que el hombre invisible puede intervenir físicamente, pero permanece sin ser visto. Usted sabe que está presente, pero por alguna misteriosa razón nadie más lo sabe. De vez en cuando algunos miran en su dirección, y usted empieza a corresponder con algo; luego se da cuenta que están mirando a alguien que está detrás de usted. En otros momentos, escucha "por casualidad" a sus amigos, cotorreando sobre usted. "En ausencia suya", desde luego.

Después de intentar en vano interactuar recíprocamente, cada vez usted está más frustrado por la situación. Pero de pronto y gradualmente, comienza a pensar: "Bien, quizá no estoy aquí realmente." Una especie de oscurecimiento empieza a enseñorearse sobre su percepción y poco a poco usted se olvida de por qué vino a la fiesta, de qué desea, y hasta de quién es usted. Alguna parte suya se ha dado por vencida y ha aceptado la situación. Pero en otro nivel, usted se siente furioso.

Todos se sienten invisibles y enojados pero reaccionan diferentes a ello. Unos en la fiesta imaginaria, quizá resuelva afirmar su presencia de alguna forma imposible de no notar para corregir la injusticia de ser pasado por alto. Otros quizás se resignen a no ser visto y se dedique a surtir el mostrador de las bebidas, enterrando su rabia o expresándola indirectamente. Otro, podría aplicarse en corregir el desastre que luce la mesa del bufé, canalizando su enojo en preocupación por el orden.

Por lo general, son más cenestésicos y auditivos que visuales. Y no obstante que pueden ver con claridad el mundo externo, suelen tener una visión interna brumosa o distorsionada, en especial cuando de ver sus propias necesidades y prioridades se trata. Los tres estilos tienden hacia el pensamiento polar y pueden reducir situaciones complejas al planteamiento de **todo o nada**, o al **ni esto, ni lo otro tampoco**. Esto es mucho más un desorden del

raciocinio que alguna limitación con el corazón o la voluntad; es poco fácil pensar con lucidez cuando tú no estás ahí realmente.

El pensamiento de un**o** tenderá a polarizarse al servicio de la necesidad de sentirse fuerte, tomando la forma de "*estás conmigo o estás contra mí*". Otros podrían absorberse mentalmente en lo irrelevante o sentirse atrapados entre dos opciones opuestas sin que al él ninguna de las dos le importe de verdad. Por otra parte unos también retorcerán su raciocinio mediante la reducción de la realidad multidimensional a sobre simplificadas categorías de **blanco y negro**.

Como detectores de la sensación corporal, todos tienden a entumecer sus emociones mediante su conversión en sensaciones físicas. En vez de decir "Eso hiere mis sentimientos" o "Estoy desconcertado", alguien de este penta podría decir "*Esto hierve en mi piel*" o "*Estoy inquieto*". La persona está más consciente de una sensación física que de una emoción.

Unos suelen convertir sus emociones en lujuria sexual y energía física, mientras que otros pueden convertir las suyas en salpullidos de la piel, somnolencia, dolores de cabeza o problemas en los ojos. Y otros aún no despiertos suelen traducir sus emociones a tensión en el cuerpo y rigidez: a lo que se llama "**armadura del carácter**." Uno muy bien podría estar necesitando gritar y por el contrario ponerse tieso o sentirse exhausto.

La tendencia a suprimir o a descuidar la propia posición personal se llama auto-olvido, pero otro término para ello podría ser *amnesia hipnótica*. Esta dificultad suele ser descrita como una condición de "mente dormida"; sin embargo, existe otro término para el raciocinio polarizado y confuso: ***seudopensamiento***.

Por lo general crecieron sintiéndose pasados por alto. La gente con estos estilos pudo haber experimentado su mundo temprano como indiferente, un ambiente donde sus vulnerabilidades y necesidades no encontraban lugar. A diferencia de los sentimentales quiénes se sintieron malinterpretados los instintivos a menudo se sintieron invisibles o ignorados.

Cargando aún con estas experiencias de vida infantil, es habitual que cuando adultos pasen por alto tanto sus sí mismos como sus necesidades, anticipándose a ponerse invisibles para los demás todos tienen una tendencia hacia el auto-descuido como expediente para anticiparse y evitar la negligencia de otros. Así como los sentimentales tienden a auto-rechazarse, e intelectuales tienden a caer en auto-oposición, los instintivos tienden a auto-borrarse.

Los adultos se borran a sí mismos y luego compensan exagerando su presencia. Los jóvenes se borran a sí mismos y luego se centran en adaptarse, y acomodarse al medio ambiente. Y otras reacciones tienden a relegar sus necesidades a sobre-objetivados principios, olvidándose de lo que desean realmente y poniendo su atención en lo que

"**debería hacerse**".

La herida primigenia que comparten estos estilos es a su sentido del ser; es una pérdida del reconocimiento personal, heridos por el desdén. La paradoja que impera en estos estilos es "**Para ser atendido y tenido en cuenta, debo pretender no estar aquí**."

El desafío general para ellos es comenzar a verse a sí mismos y recuperar su presencia, tomar conciencia de sus necesidades, y enfocarse en sus prioridades personales y su sentido interior de sí mismos. Ellos aprenden a revelar un ser real antes invisible y comienzan a razonar y a ver las cosas desde una actitud más amable.

Centro. Instintivo

Interés o preocupación: Resistencia y control del entorno, poder, temen ser dominados y explotados.

Problemas principales: Agresividad y represión que se traduce en malas relaciones con los demás y el entorno general

Buscan: Autonomía.

Sentimiento Soterrado: Ira.

Grupo Sentimientos y pasiones

En este grupo 14, 2, 5, 9 13 la energía se centra totalmente en el corazón, cuando esto logra hacerse desde la esencia de cada persona.

Cuando se abre el corazón se sabe realmente **quién se es**, no interesa la forma en que los demás lo vean, ya que desde el corazón se logra valorar la verdadera esencia de sí mismo y de cada otro ser. Cuando se tiene cerrado y bloqueado el corazón, no solo se pierde el contacto con la verdadera identidad, sino que además se deja de sentir amado y valorado. Esta pérdida es insoportable, por lo tanto interviene la personalidad para crear una identidad sustituta y encontrar otras cosas que den la sensación de valía, generalmente buscando la atención y la afirmación externa de los demás.

Estos tipos de personalidad están interesados en su imagen (**apego al falso o supuesto Yo de su personalidad**). Creen que las historias sobre ellos y sus supuestas cualidades son su verdadera identidad; bajo las defensas de su personalidad llevan muchísima vergüenza.

Comparten un enredo permanente sobre sus identidades, que confunde quiénes son con

cómo lucen ante los demás. En alguna medida, todos los estilos de personalidad hacen esto pero son ellos quienes están más propensos a confundir el **parecer con el ser**. Tienden las personas de este grupo a rechazar cómo se sienten de verdad, en favor de cómo se supone deben sentirse, según los roles que estén ejecutando.

Ellos son llamados a veces, los **tipos del "corazón" o del "sentir"**, parecería indicar que fuesen diestros en los campos de la "emoción". Pero en realidad, es verdad lo contrario: **su mayor dificultad está en los asuntos del corazón**.

Una clave para entender esta contradicción está en lo que la PNL (Programación Neuro-lingüística) llama **sentimientos directos y sentimientos derivados**, en referencia a los sentimientos que usted experimenta directamente *versus* los sentimientos que se derivan de sus otros sentidos.

Imagínese dando una clase de IFA creando un explicación logia a los grandes misterios de la vida o del universo mientras siente que la información fluye fácilmente por su mente y por sus palabras, un sentimiento de excitación y vitalidad en su pecho, y en su interior más profundo crecen la alegría y la plenitud.

Ahora imagine que está dando la misma clase. Esta vez tan pronto empieza a hablar sobre el tema, se pregunta cómo luce usted en cuanto a la ropa que usa, y evalúa su desempeño sobre los taludes: la perfección de su estilo, manejo del tema, lo que los observadores de la clase pueden estar diciendo sobre usted, qué pensarían sus amigos si pudieran verle ahora, cuán orgulloso de usted podría estar aquél, su primer instructor de IFA...

En la primera descripción usted experimentó su cuerpo y emociones directamente. En la segunda experiencia -por una derivación de imágenes y palabras internas- su sentir genuino fue de inmediato "remplazado" por una idea de lo que usted hacía.

La diferencia entre el sentir directo y el sentir derivado, es igual a la diferencia entre el drama y el melodrama o entre el amor y el sentimentalismo. En general, los sentimientos directos son más profundos que los sentimientos derivados, y demasiados de los segundos pueden llevar a la fraudulencia: tratar de sentir de la manera que usted piensa debería sentir, de acuerdo a sus auto-imágenes. La tendencia a interpretar guiones de este grupo se describe como vanidad, pero otra denominación podría ser **identificación con la imagen**. Es más, otro término para el sentimiento derivado es ***seudosentimiento***.

Cuando niños de este grupo fueron malinterpretados a menudo, esto es, fueron elogiados o criticados con demasiado énfasis por su comportamiento externo. **Las más profundas necesidades emocionales del niño fueron rechazadas** y quién aparentaba ser se hizo más importante que quién era en realidad, algo así como un caso clínico de identificación errónea.

Las personas con estos estilos experimentaron su mundo temprano como socialmente

condicionado. El precio de la aceptación familiar y social era interpretar o recrear un libreto, desgañitarte una serenata para obtener la cena. Uno pudo haber sido recompensado por las funciones útiles que desempeñaba, otro por sus logros externos, mientras que otro tipo pudo haber obtenido reconocimiento por lucir diferente a todo el mundo.

Cargando aún con estas experiencias de vida infantil, puede ser habitual en los adultos de este grupo el rechazo de sus verdaderos sentimientos en favor de la **validación externa**, dando por resultado la representación de libretos sin conexión con lo que realmente se es. Algunos de este grupo adultos reprimen sus necesidades personales y desempeñan el papel de salvadores. Otro tipo rechazan un sí mismo imperfecto e inseguro, a cambio de uno confiable y exitoso, que es exactamente lo contrario de como en verdad se sienten. Por otra parte adultos se auto-rechazan por sentirse estropeados u ordinarios, y compensan interpretando el libreto de un personaje único y especial.

Inconscientemente, ellos se auto-preguntan a menudo, "¿Quién soy yo, ahora?" Su herida primigenia está en su sentido de identidad y la vida diaria puede experimentarse como una especie de crisis de identidad permanente. La paradoja que impera en estos estilos es: "**Para ser amado por lo que soy, debo fingir ser lo que no soy**."

El área de confusión más grande ofrece el mayor potencial para el crecimiento. El desafío general para los pertenecientes a este grupo es aprender a distinguir sus sentimientos directos de aquellos apenas derivados: llegar a ser reales para sí mismos y para los demás. A medida que cambian y crecen, las personas de este grupo recuperan y acogen su ser real que suele estar eclipsado detrás de una representación.

Centro: Sentimiento

Interés o preocupación: Amor al yo falso e imagen propia, autoestima, el miedo al rechazo y a la desaprobación.

Problemas de: Identidad y hostilidad, que se reflejan en las insatisfactorias relaciones intimas, tanto para sí mismos, como para el otro involucrado.

Buscan: Atención

Sentimiento soterrado: Vergüenza-vanidad.

Grupo Pensamiento

Los sentimientos dominantes en los tipos de personalidad 7, 11, 15, 1, 4 pertenecientes a este grupo son la ansiedad y la inseguridad, para decirlo de otra forma, los tipos de esta

tríada están más preocupados por el futuro en búsqueda de **seguridad y tranquilidad**, que en las realidades presentes o los recuerdos del pasado.

El grupo del pensamiento se ha desconectado de los aspectos de la verdadera naturaleza, lo que en algunas tradiciones espirituales llaman "la mente callada", lista y despierta. Esta es la fuente de orientación interior que da la capacidad de percibir la realidad tal y como es, y permite ser receptivo al conocimiento interior capaz de orientar todas las acciones. Cuando estos tipos de personalidad están desconectados de la esencia cuentan con una mente parlanchina, es por esto que buscan acallar sus mentes inquietas en búsqueda de esa mente callada. Cuando están bloqueados sienten mucho miedo, el cual los llena de inseguridades.

Los de ese grupo tienden a la ansiedad (experimentan falta de apoyo y orientación). Se entregan a comportamientos que creen que van a mejorar su seguridad; bajo las defensas de su personalidad llevan muchísimo miedo.

A diferencia de los **del grupo sentimiento**, los pensantes no se confunden acerca de quiénes son ni cómo se sienten. Ellos, en vez de eso, tienden a anticipar de manera inconsciente los peligros de la vida, y es habitual en ellos que reaccionen desde el fundamento emocional del miedo. En general, encuentran la mayor dificultad en integrar su poder personal y tomar acción en el mundo, de forma asertiva y congruente.

A las personas de este grupo se les conoce como los **"tipos mentales"**, porque ellos van por la vida lidiando con sus cabezas. Son en su mayoría pensadores que sobre utilizan sus mentes tratando de compensar la represión de sus instintos físicos.

Los pertenecientes a este grupo se ahogan en los dilemas del hacer y suelen experimentar una especie de **nudo en la voluntad**.

Imagínese cómo es ver el mundo como un lugar peligrosísimo, poblado por fuerzas que le pueden ser muy desfavorables, y contra las cuales usted carece de defensa segura alguna. Es como si usted no estuviese en la cima de la cadena alimenticia y tuviera que mantenerse vigilante de los depredadores más grandes que lo pueden derrotar, dañar o atrapar. Con semejante visión del mundo, usted carece en absoluto del poder de elección, de decir "Sí" o "No". Sus preferencias personales son menos importantes que las de otros; ellos tienen derechos y usted no. Cualquiera demanda de usted, y siente que debe decir "Sí," incluso cuando su respuesta real es "No".

Porque su voluntad está entre trenzada con los deseos de los demás, los de este grupo, todos y de manera poco o nada consciente, cuestionan su capacidad para manejar desafíos inminentes. Para compensar eso, tienden a vivir en el futuro, preparándose mentalmente para lo qué sucederá mediante elucubrar en "rizos" visuales y auditivos. Ven las imágenes del futuro con el ojo de su mente, después hablan consigo mismos; entonces ven más imágenes... y hablan más internamente. Todos, en un esfuerzo de prepararse para

lo que se avecina. Se parece a narrar videos caseros o a ver los avances de los próximos estrenos de la industria del entretenimiento.

Estas personas pueden tener complicadísimas estrategias para la toma de decisión, porque suelen intentar hacer dos cosas a la vez: elegir y no elegir. Para un observador externo, la gente de este grupo da la impresión de estar substituyendo el hacer por el pensar. Pero, en lo interno, esa manera de pensar se siente como una forma de hacer que podría llamarse ***seudoacción***. El miedo generalizado se describe a veces como cobardía, pero otro término para él es auto-oposición. Mientras que los instintivos tienden a auto-rechazarse, los pensantes tienden a la auto-oposición, a retornar su poder contra sí mismos.

Es muy frecuente que hayan crecido sintiéndose **desprotegidos, abrumados, o apoyados de manera inadecuada** y quizá hayan percibido la vida como peligrosa desde muy chicos. Los deseos reales del niño chocaban con los de otros que necesitaban sobre-protegerlos, controlarlos o abandonarlos. Las personas de estos estilos experimentaron su mundo temprano como no negociable. Los jóvenes pueden haberse sentido comprimidos por un enjambre de gente o abrumados con las expectativas sociales. Otros pudieron haberse sentido desprotegidos o dominados, mientras que es posible que otro tipo se hayan sentido presos o sobrecargados de deberes.

Cargando aún con estas experiencias de vida infantil, puede ser habitual en los adultos de este grupo suprimir sus deseos y negar sus verdaderas preferencias como expediente para anticiparse a la oposición externa. Los de este grupo tienden a proyectar su poder en los otros para luego reaccionar contra eso. En aquello donde encontraron la oposición de otros, ahora se oponen ellos a sí mismos.

Los adultos pueden sentirse como si otros tuviesen el poder de pedirles cualquier cosa y no pudieran decir "No". Evitan auto-afirmarse a sí mismos directamente y una vez se sienten invadidos diseñan fuertes fronteras para más adelante. Son capaces de renunciar a decir "no" directamente, y, en su lugar, delegar sus opciones en figuras de autoridad idealizadas. Ellos acuerdan cosas que no desean hacer o evaden el sufrimiento del otro. Después de auto-apresarse en expectativas o compromisos, sienten que no tuvieron elección y entonces lo compensan hiperflexibilizando sus opciones para evadirlos.

La herida primigenia en este grupo está a su sentido del albedrío. Mientras que los de tipo sentimental se preocupan de su identidad, los de tipo pensante se preocupan de su competencia. Su pregunta inconsciente recurrente ya no es "¿Quién soy yo?" sino "¿Soy capaz? ¿De veras puedo hacer esto?" La paradoja imperante en todos y cada uno de estos tres estilos es: ***"Para ser dueño de mi poder, primero debo ponerlo fuera del alcance de los demás."***

El desafío general para los **pertenecientes a este grupo** es integrar en sí mismos su poder y asumir la responsabilidad de sus acciones. En la medida que cambian y crecen, las personas

con estos estilos se contactan con sus instintos y empiezan a ejercitar sus albedríos en vez de proyectarlos en lo externo. Comienzan a decir "Sí" y "No" desde la sensación de la libre elección y aprenden cómo auto-afirmarse: la asertividad.