

Psicointegración

De Jorge Olguín.

Fecha: 9 de febrero de 2006

Se explica como funcionan los [roles del ego](#) y como podemos integrarlos. También se tocan temas como la importancia de ser nosotros mismos; la importancia de aprender a decir no; sobre la lealtad, la honestidad y la [dignidad](#); y sobre la diferencia entre culpabilidad y responsabilidad.

La mayoría de las personas desconocen de qué se trata psicointegración, porque se ha difundido más el resultado que de qué se trata. Psicointegración es un avance más de lo que es Gestalt y psicología transpersonal[1], pero apunta directamente a eliminar los roles del ego.

Assagioli, que fue el autor de *Psicosíntesis*, explicaba que la mente no es un campo de batalla. Entonces no hay un combate ni nada muere. Con el tiempo reemplacé la palabra eliminar por la palabra integrar. El ego en realidad no se integra porque forma parte de la [mente reactiva](#) y forma parte de nosotros, lo que se integra son sus roles.

Cuando yo empecé con el tema de psicointegración, hablábamos con el profesor Vermont sobre que comparábamos a la mente con una gran orquesta; donde estaba su director con la batuta dirigiendo al violinista, al del chelo, al de la guitarra, al pianista, al de los platillos y que de repente desaparecía el director de la orquesta y se armaba un tremendo desbarajuste, una hecatombe; porque los roles del ego, que eran los que tocaban, cogían los instrumentos equivocados. El pianista agarraba el violín, y el del contrabajo tocaba el piano, y esa orquesta sonaba mal; porque los roles del ego cometían tremendas fechorías en esa mente. Para ser entendido siempre hablaba de los roles del ego como algo ajeno a nosotros, cuando en realidad, los roles del ego no son ajenos a nosotros sino que somos nosotros mismos; porque la mente reactiva no es algo físico, es algo virtual. Ejemplo: La mente analítica es nuestra mente abstracta, nuestro pensamiento, es la mente que analiza, que evalúa antes que nosotros actuemos. La mente reactiva es la mente impulsiva. Mientras la mente analítica está alojada en el cortex[2], la mente reactiva está alojada en una estructura que se llama [amígdala](#)[3], que no tiene nada que ver con la amígdala de la garganta, es absolutamente independiente. Una vez incluso me habían dicho por Internet: "A mí de pequeño me han extraído la amígdala". No, esta es la amígdala del cerebro. He estudiado los efectos de la amígdala, yo no soy médico simplemente soy un profesor de psicología transpersonal, tengo la maestría en psicoanálisis y el doctorado en parapsicología, pero no soy médico; pero he hecho grandes descubrimientos sobre como la mente reactiva actúa sobre el comportamiento humano.

En base a esos estudios Daniel Goleman, que luego creo la [inteligencia emocional](#), habla en su libro *La Inteligencia Emocional I* sobre la amígdala y como actúa sobre el ser humano. Yo descubrí a través de distintos libros que el ser humano Homo sapiens sapiens ha cobrado conciencia, porque antes no tenía conciencia, recién hace 10.000 o 15.000 años; algunos autores en algunos libros dicen 30.000 años también. Antes era un ser sin conciencia todo reactivo. ¿Qué significa conciencia? Que aprendió a pintar; que aprendió a visualizar, equivocadamente, pero aprendió a visualizar dioses; o sea que ya visualizaba más allá de lo que veía. Entonces aprendió a pensar en pensamiento abstracto, que es lo que no hacen los animales irracionales. Pero yo también decía en los primeros pasos de la psicointegración que la mente reactiva tiene una decena o más de millones de años,

mientras que la mente analítica tiene nada más 10.000 años. Y esos impulsos están grabados en nuestros genes. Entonces yo veía de repente, en lo que Buenos Aires llamamos confitería pero bueno llamémosle bar, una joven que luego venía a mi consulta y me decía:

-Estuve atrás de Marcelo 6 meses hasta que me hiciera caso. Y lo logré, lo conseguí. Ahora estoy saliendo con Marcelo. Fuimos a tomar algo y de repente por una tontería nos pusimos a discutir y me levanté y le di una cachetada y me fui. Voy a la puerta para salir a la calle de la confitería, llego a la acera... ¡Ay! ¡Qué pedazo de tonta!- digo pedazo de tonta para suavizar, decía otra cosa ella-. Estuve 6 meses detrás de él y en un segundo lo arruiné. ¿Qué me pasó profesor?

-Te pasó que te invadió tu mente reactiva y le ganó de mano a tu mente analítica. ¿Por qué primero el impulso y después el razonamiento? Porque el impulso tiene varios millones de años en tus genes y el razonamiento tiene nada más 10.000 años. ¡Siempre va a predominar el impulso! Salvo que puedas vencer los roles del ego integrándolos.

- ¿Cómo lo hago?

- A través de esto que estamos haciendo que es psicointegración.

La propia persona escucha al terapeuta como se vencen los roles del ego y luego también es trabajo de la persona el hacerlo. Así como el terapeuta no puede sacar el vicio del fumador si la persona no quiere por más que uno le hable, el terapeuta también puede intentar integrar los roles que afectan a la persona en tanto y cuanto la persona coopere. ¿Cómo coopera la persona? De la manera más sencilla coopera la persona. Entendiendo que esos roles son roles artificiales, no somos nosotros, somos lo que aparentamos o somos como los demás queremos que nos vean. El tema es que no podemos pasarnos la vida fingiendo, ¡no podemos! Porque nosotros para agradar a alguien podemos hacer de impostores, podemos decir que somos más de lo que somos.

- ¿Y tú qué estudias?

-Ah, pero yo me recibí de esto y de esto y ahora estoy trabajando en esto y esto.

Lo que se olvida la persona es que a esa persona que le está hablando, si todo va bien, la va a ver mañana, pasado, el domingo, el mes que viene, etc. ¡Y la mentira tiene patas cortas! Entonces, si nosotros impostamos algo que no somos cuando nos descubren quedamos mal parados. Es muy difícil que la relación siga porque si la otra persona se da cuenta de que nosotros le mentimos una vez, ¿qué garantía tiene la persona de que no le volvamos a mentir? Ahora, ¿quién miente? ¿Nuestro espíritu? Nuestro ego miente, porque el ego busca siempre la aprobación de los demás. El espíritu sabe que nosotros, cualquiera de nosotros, somos únicos.

- Sí, pero no vayas a comparar. Mira, aquel es un médico afamado y tú a penas eres un simple carpintero.

- Sí, pero único.

- Sí, pero eres un cocinero.

- Sí, pero único.

- Pero eres un ama de casa.

- Pero única.

Y no soy ni más ni menos que aquel médico afamado, porque un médico afamado puede ganar muchos dólares y sacarse al hijo de encima.

-Papa tengo un problema.

-Oh, pero mira, toma 200 dólares y vete y mañana me cuentas.

Y capaz que el hijo le estaba contando:

- Padre, pero mira ayer probé ese polvo blanco y no me hizo bien.

Y el padre en lugar de escucharlo se lo sacó de encima dándole plata. ¿Por qué? Por un rol del ego. Un rol del ego que le dice, "ahora no me molestes porque yo como padre soy importante. No me vengas con tus tonterías de párvulos". Y el joven también tiene roles del ego.

-Oh, pero este viejo mira lo que me dice. ¡Es un pobre tonto! Yo tengo problemas porque yo soy...

Y yo y yo y yo. O sea que hay una incomunicación entre los dos, porque el rol del ego lo que busca es la aprobación de los demás. El espíritu también quiere la aprobación de los demás pero de otra manera. El espíritu logra la aprobación de los demás, dando al otro, porque la mejor forma de ser querido es querer primero. Si yo soy una persona egoísta que vivo mezquinando a todo el mundo, obviamente que nadie me va a querer. Si yo soy una persona que me brindo a los demás, los demás se van a brindar conmigo. Es una regla de tres simple. No hay escapatoria.

Siempre digo, y esto lo llevo diciendo desde el año 1997, que el universo es un espejo. Todo lo que nosotros volcamos a ese espejo, sale reflejado de la misma manera. Si yo reflejo euforia y sonrisas, voy a con-ta-gi-ar. Si yo reflejo desazón, pena, derrota, voy a contagiar o derrota o que la persona diga: "¡Oh, este individuo me aburre!" Y se va. Entonces yo tengo que contagiar euforia, pero con equilibrio. De repente no voy a ir, con todo el respeto para las personas desaparecidas, no voy a ir a un velorio diciendo: "¡Hola amigos!" Obviamente que no. Voy a saber ubicarme en ese momento, pero no significa que pierda mi euforia. Voy a tener la euforia con respeto.

El ego busca la aprobación de los demás de dos maneras y las dos perniciosas, las dos negativas. Una, haciendo el rol de pedantería, subiéndose al pedestal.

-Oh, pero yo valgo mucho, tú tienes que estar conmigo, porque tú mira, ¿no sabes quien soy? Mira todos mis títulos.

Y eso causa en el otro una negatividad tremenda, un rechazo tremendo. La otra haciendo rol de víctima que es el otro rol del ego negativo.

-Oh, pero mira... Tú tienes que estar conmigo porque yo me siento mal y te tengo que dar lástima. ¡Mira como soy!

Y eso es una atracción negativa porque la lástima no es amor, para nada. A mí no me atrae una persona que me inspira lástima. Una persona que me inspira lástima la voy a ayudar con misericordia desde el punto de vista impersonal como terapeuta, como maestro, pero no me voy a acercar en otro tipo de relación; porque la lástima no atrae. La lástima va a servir para que yo le pueda tender la mano a la persona para levantarla, y una vez que la levante me desentiendo. Lo único que atrae al otro, ya sea una pareja, un amigo, un jefe, es que seamos dignos. Tener dignidad. Dignidad es no

querer aparentar más de lo que somos. Somos únicos, somos distintos a todos los demás, formamos parte de Dios, pero no somos iguales a ningún otro ni para arriba ni para abajo, no somos iguales a ningún otro. O sea, que nos tenemos que mostrar como somos. Y entonces ahí vamos a lograr no solamente el aprecio sino también la aprobación de los demás.

Por último, erradicando los roles del ego, también tenemos que aprender a decir no. Porque el rol del ego, como busca la aprobación del otro, dice sí aunque le vaya mal. De repente viene un amigo que lo valoramos mucho pero él a nosotros nos tiene como nada:

-¿Qué tal Valerio? ¿Cómo estás?

-Bien. Mira, préstame 50 dólares que el lunes te los devuelvo.

Y tú de repente estás con lo justo porque se te ha vencido una cuenta y tienes un cheque que saldar...

-Es lo único que tengo, lo que pasa es que me quedo sin salir el fin de semana y había prometido a mis hijos llevarlos a tal lado... Está bien, te los doy Jacinto, pero por favor dámelos...

-Sí, ¿cómo no? Bueno, hasta pronto. [Cortante]

-Soy un tonto. ¡Se los di! La culpa la tiene él, porque él me convenció. Y lo odio y me odio a mí también.

Una anécdota así figura en el libro *Autoliberación Interior* de Anthony de Mello. Cuando la persona no sabe decir no por miedo o por quedar bien con el otro para ganar el respeto del otro, no está ganando el respeto. Es como el nerd en Estados Unidos que le hacen los exámenes al otro y el otro lo trata como una marioneta. Decir no, no es quedar mal. Y si uno queda mal es problema del otro. Decir no es bueno. Pero separemos, no decir no ante un pedido de ayuda, ante una persona que precise un consejo, ante una persona que precisa ser escuchada, ante una persona que precisa un favor y lo podemos hacer. Ahí hay que decir SÍ, pero SÍ con mayúsculas. Porque nosotros cuanto más seamos útiles al otro, más vamos a crecer en espíritu, nos vamos a elevar; pero a parte no lo tenemos que hacer por eso. Yo ayudo, entonces después... ¡No, no, no! Lo voy a hacer porque me sale de adentro con gozo. Yo hablo de decir no ante aquel que quiere pasar por arriba, ante aquel que quiere manipularte, usarte, tenerte como títere, como muñeco. No, no quiero. No, no puedo. Hoy no, porque tengo otra cosa que hacer. Uno se siente bien después porque está tranquilo con su conciencia. Aprendió a decir no.

Estás en una relación de pareja, eres un chico joven y vienen los amigos:

-Hombre, ven mira, tenemos aquí una disco, hay un par de chicas que quieren conocerte.

-Sí, lo que pasa es que mi novia viajó a Barranquilla y viene mañana.

-¡Perfecto!

Sí, lo que pasa es que si digo no, quedo como un pollerudo[4], como que estoy detrás de ella, etc. Y quedo mal con mis amigos. Entonces digo sí y voy. Y tomo y salgo con otras amigas y puede pasar algo más también y estoy siendo desleal con quien es mi pareja por quedar bien con mis amigos. ¡Eso es horrible! ¡Eso es deslealtad! La lealtad está por encima de la fidelidad, porque infidelidad es únicamente

cometer un acto de una relación con otra persona. Deslealtad abarca mucho más allá. Es no tener en cuenta al otro, es no importar si el otro sufre o no, no importar que el otro esté lejos o cerca, etc. Lealtad también es poner las cartas sobre la mesa. Decir, mira mi amor se acabó y no hay retorno. Eso también es lealtad, uno se siente tranquilo; porque si uno le crea falsas esperanzas a la otra persona, y a parte que uno se genera karmas, o sea lealtad no es solamente fidelidad, lealtad también es fidelidad con uno mismo. Decir "yo decidí esto porque de la otra manera te sigo lastimando". Y no sirve ni a ti ni a mí. Entonces yo tengo que ser primero leal conmigo mismo y no el cuento de: si bueno... mientras tanto veo que hago... O sea, la lealtad no deja cabida al ego. El ego no es leal, el ego es completamente desleal. El ego rompe algo como un niño y dice yo no fui.

El ego tiene miles de roles: el rol de inquisidor, como dice James Redfield en *La Novena Revelación* o *La Profecía Celestina* de acuerdo a como se conoce en cada país el libro; el ego es el que hace rol de víctima para atraer y no sabe que de esa manera aleja más; el ego hace rol de manipulador; el ego es el que siembra cizaña entre las partes para sacar ventaja, hace enemistar a los amigos o a una pareja; el ego traiciona, el ego de repente tiene un amigo y cuando la novia del amigo le hace caso a uno sale y después le dice al amigo: "¡Ah!, pero mira tu pareja..." No, no, no. Has sido tú. ¡Obviamente que la otra persona también participó! No hay que librarla de responsabilidad.

La dignidad pasa por otro lado. La dignidad pasa por ser siempre uno y estar tranquilo con la conciencia de cada uno. Saber mirarse al espejo y poder decir: "Yo me puedo mirar porque trato de hacer las cosas bien." Me voy a seguir equivocando, porque yo como terapeuta también me sigo equivocando, pero me equivoco inconscientemente, no a sabiendas. Puedo errar porque somos seres humanos, puedo hacer una elección que esté equivocada y voy a ser responsable de esa elección, pero no culpable. La diferencia entre ser culpable de algo y ser responsable de algo es que el culpable se equivoca a propósito y el responsable sin querer. Yo de repente voy a repartir un memorando y me equivoque de fecha y hago un lío bárbaro en la oficina al repartir ese memorando... Fui responsable, pero no culpable; porque no lo hice a propósito. O puedo equivocarme en mi computadora cuando estoy escribiendo haciendo un cambio de algo, soy responsable. Asumo mi responsabilidad, pero no soy culpable. No voy a permitir que me digan tú eres culpable. ¡No! Soy responsable. Culpable es cuando uno hace las cosas a sabiendas. Y eso es lo que la mayoría de la gente no entiende cuando te hacen crear engramas diciéndote: "¡Tu eres culpable de tal y tal cosa!". No, no, no. Soy responsable. No lo hice a propósito.

Nadie se enamora a propósito, nadie se desenamora a propósito. ¡Las cosas pasan! Porque de repente tú creces y tienes otros intereses y la persona que está al lado tuyo sigue ahí como está. Y al contrario, en lugar de elevarse se viene a pique. Entonces, si en un tiempo eras compatible, ahora ya no lo eres y por eso la relación no va a más. Eres responsable, pero no culpable. Y a veces la otra persona, aunque esté en un plano alto, tiene roles del ego en el plano físico y siempre le va a echar la culpa al otro de que cambió.

-¡Tú no eres el mismo! ¡Tú has cambiado!

-No, yo soy igual. La que ha cambiado eres tú y no te das cuenta que te has quedado en la mitad del camino.

Pero, ¿qué pasa si yo me quedo en la mitad del camino? Me atraso yo también y yo no quiero quedarme en la mitad del camino. A parte, como yo digo siempre, y esto lo dicen los Maestros de Luz y algunos Thetanes a los que canalizo también lo dicen: "¡No podemos quedarnos en la mediocridad!" Mediocridad no significa que la otra persona sea mediocre, porque eso sería ofender a la persona, mediocridad significa que nosotros siempre aspiramos a más. Y si no nos quieren acompañar,

bueno, tenemos que trepar solos la colina o estar con una persona que trepe con nosotros, que esté a la par. Eso no solamente pasa en las relaciones de pareja, sino también en las relaciones de amistad y pasa también en un trabajo que nosotros hagamos o en un estudio que nosotros estudiemos. Yo si estudio algo, porque yo con la edad que tengo sigo estudiando, estudiaré lo que me guste. No voy a estudiar por obligación.

Volviendo al tema original, al tema del ego. ¿Cómo se integran los yoes? Muy sencillo. Nosotros tenemos que mirar la vida como si la vida fuera una película y nosotros nos desidentificamos, salimos de la película como si fuéramos espectadores, no nos involucramos en las tonterías. Si alguien nos ofende es un problema del otro; si alguien nos desvaloriza es un problema del otro; nosotros no nos podemos ofender ni desvalorizar por lo que nos diga el otro. Este ejemplo lo di mil veces y con esta mil y una. Me arranco un pequeño cabello, lo pongo sobre el escritorio y desde un metro de distancia le digo, ¡muévete!, haciendo un gesto teatral. Y el cabello no se va a mover. Mi palabra no tiene poder para mover un cabello. Entonces, ¿cómo puede tener poder para lastimarte?! ¿Quién le da poder a la persona para lastimarte? Uno. Lo he dicho en un programa de televisión que participé que había un terapeuta que trabajaba desde la línea africanista y un periodista le dijo que era una persona de cuarta, un profesional de cuarta. Y este terapeuta se paró y lo agredió al otro. Esto pasó en un programa de canal dos de Argentina, que ahora el canal se llama América. ¡Nadie puede tener el poder de sacar al otro! Porque imagínate si tú fueras una persona tan sensible y estuvieras en un mostrador atendiendo gente y tú estuvieras en la sección de quejas. A la segunda persona que se queja ya la estas ahogando. ¡Jajajá!

Nuestra mente analítica tiene que estar siempre pendiente. Entonces, ¿cómo estar siempre pendiente?, y con esto terminamos. Nosotros tenemos que mirar todo lo demás como si fuéramos espectadores de una película. Yo puedo hasta llorar viendo una película. Me emociono cuando veo una película, pero no me estoy involucrando. Sé que la película terminó y digo, bueno, ahora vamos a tomar algo, una gaseosa, una coca-cola, me desentiendo de la película porque es una película. En este mundo pasa lo mismo, vemos gente que nos atropella, que estamos subiendo a un bus y sube por delante nuestro, que estamos mirando una ropa y se pone delante nuestro y nos tapan o que se ponen delante nuestro en la fila, etc. Mi hija Jessica me decía: "Pero, ¡qué descarada esta mujer! Se puso delante nuestro. ¡No nos ve!". No te ven porque están dormidos. Tienen un ego tan grande que no ven. Dicen: "¡Sí ven, sino se tropezarían!". ¡No! Ven, pero no ven. Están en piloto automático permanentemente. Viven así. Entonces no te puedes enojar con esa gente. Te tiene que dar pena esa gente. ¿Cuánta gente hay así? Casi todas las que miras, porque no están despiertos. Uno tiene que estar alerta. Si yo veo un acto negativo a mí me va a subir la adrenalina, pero como voy a estar alerta no voy a permitir que mi mente reactiva surja. No me voy a dejar manejar por mis impulsos. Voy a estar siempre alerta. Salvo que haya una agresión directa en contra de uno. En ese caso uno tiene que defenderse porque es un sentido común.

Pero veo mucha gente que estalla por nada. Están manejando su carro y al lado discuten con el otro y se insultan porque pasó primero en el semáforo o en la calle se tropiezan y en lugar de decir disculpe... "¡Oh, mira donde caminas! ¡Torpe!" ¿Por qué la agresión? Yo subo a un bus y saludo al chofer. Hola, ¿qué tal? Buen día. Algunos miran así como diciendo: "¡Este tío está tocado!", pero me saludan. O de repente viajas en el ascensor y ves a alguien y dices: ¡Qué calor que hace afuera! Y la persona te mira diciendo: "¿Y este hombre? Es medio rarito." Y si es una chica a la que le dices que hace calor. Dice: "Me quiere avanzar, seguro que ya me está queriendo pedir el teléfono". ¡Pero tú lo único que quieres es ser cortés! ¡Nada más! Pero como no están acostumbrados, como viven así en la total indiferencia, si tú te caes te pasan por arriba. Al contrario te dicen, "¡hombre, desmáyte más para la pared!", porque les molestas. Esos son los roles del ego.

El rol del ego personifica todo. Cuando no tienes ego te resbala la tontería. No te resbala lo importante. No te resbala si ves a una persona anciana que quiere subir a la acera, no te resbala la pobreza, no te resbala un niño desvalido... Eso te conmueve. Te va a resbalar la tontería. Aquel que se cree más, la persona que vive como un correveidile contando cosas, que eso pasa generalmente en las reparticiones en las oficinas... "Oh, pero mira, ya llegó Marta. Callémonos porque Marta escucha y ya se lo cuenta a todos". Bueno, ese tipo de cosas una vez que uno integra el ego te resbala. No es que a esa persona la vas a tratar con falsedad, pero directamente ante ella no cuentas nada.

-¿Cómo estás?

-Bien.

-¿Cómo es tú día?

-Tranquilo.

O sea, puedes hablar con la persona media hora del tiempo, de fútbol, de lo que sea, pero no vas a contar tus cosas; porque sabes que esa persona es así, pero tampoco al no tener roles del ego tampoco te va a incomodar. La vas a tratar como lo que es. Porque si no te incomoda un niño de 4 años que te saca la lengua, por qué te iba a incomodar una mujer de 45 que hable. Es una niña también. Mentalmente y espiritualmente es una niña. Entonces la tienes que tratar con cortesía pero sin antagonismo, porque es así, porque tiene un techo. Yo siempre lo digo. Un jumbo llega a 34.000 pies de techo, una avioneta llega quizás a 2.000 pies nada más y unos aviones sin motor llegan a 5.000 pies, pero tienen su techo. Bueno, las personas también tienen su techo. Por más que les digas y les digas tienen un techo. No te van a comprender. Entonces no puedes arrancarte los pelos, porque a parte no tienes tantos para arrancarte... ¡Jajajá! ¡Ese es el secreto! A medida que uno tiene el ego integrado, los roles integrados y ve las cosas desde afuera no juzga más, directamente entiende como es la persona y la deja estar. Pero a su vez se nutre de dignidad. Sabe cuando decir no y cuando decir sí. Y no le importa quedar bien o quedar mal. O a ese joven que traiciona a la novia porque no quiere quedar mal con los amigos. Si yo soy ese joven digo:

-Mira no voy porque mañana viene mi pareja a la que amo y no voy a ir.

-¡Oh, eres un pollerudo!

- Y ustedes unos vagos.

A lo sumo les digo eso en son de broma, en son de chanza, tampoco peleándome, pero me vuelvo tranquilo y con mi conciencia tranquila. Y al día siguiente se lo comento a mi pareja, pero no para quedar bien. Se lo comento porque no le oculto nada. Le digo mira:

-Estos amigos querían que yo fuera de juerga con ellos y yo no he ido.

-¿Por mí?- me preguntaría mi pareja.

Le digo:

-No. Por mí. Porque yo quiero sentirme bien. Después es por ti.

O sea, no es que hago las cosas bien por la otra persona. Hago las cosas bien por mí mismo. Por añadidura voy a estar bien con la otra persona. Porque creo en la lealtad. En la lealtad con un amigo, con una pareja, con todo el mundo. Pero, tampoco me pueden obligar a hacer sentir lo que yo no siento. Si hay una persona que yo no siento ese amor por ella no me pueden obligar. Porque si yo acepto para no quedar mal, pasa como con el hombre que me vino a pedir la plata y le digo que sí y después me quedo sin salir. Tengo que aprender a decir no en todo momento. Con una sonrisa, pero no. Ese es el verdadero secreto. A medida que nosotros tengamos esa fuerza de dignidad es como que a nosotros nos vibra algo en nuestra aura y atraemos cosas. Podemos atraer una pareja nueva, podemos atraer un trabajo nuevo, podemos atraer gente nueva que vibre en nuestra misma sintonía; a medida que nosotros vibramos más, atraemos gente que vibre como nosotros. Lo he comprobado en más de 100 oportunidades. Todo depende de nosotros. ¡Ese es el secreto!

[1] Escuela de psicología de la Gestalt y psicología transpersonal son dos escuelas de psicología.

[2] Cortex o corteza cerebral. La parte más nueva del cerebro humano evolutivamente hablando. Sede de los procesos mentales superiores (percepción, movimiento, etc.) y teniendo su máximo exponente en la corteza prefrontal (justo detrás de la frente), donde están las estructuras encargadas de procesar el pensamiento abstracto y por tanto también el lenguaje, así como la capacidad para secuenciar tareas, y actuar de forma equilibrada con el contexto.

[3] La amígdala cerebral es un grupo de neuronas con forma de almendra situado en el lóbulo temporal del cerebro, en el [área encefálica](#) llamada [sistema límbico](#), contigua al [hipocampo](#). Se la vincula a las emociones, principalmente al [miedo](#) y la [agresión](#). También está asociada al recuerdo de las experiencias emocionales y de las [emociones](#) en general.

Es un órgano muy pequeño y evolutivamente muy antiguo. Dependiendo del tamaño de éste (no debe confundirse con las amígdalas de la [garganta](#)), estarán dados los [atributos](#) del [carácter](#) de la persona en lo que a tales emociones se refiere. Si presenta una [atrofia](#), el sujeto experimentará dificultades para reconocer un [peligro](#); en tanto que si padece una [hipertrofia](#), la persona propenderá a la [violencia](#) y a la [agresión](#). La amígdala se ha relacionado con el recuerdo de las experiencias emocionales y de las emociones. http://es.wikipedia.org/wiki/Amígdala_cerebral

[4] Varón sumiso a las decisiones femeninas. Varón adulto que permanece muy apegado a su madre.