I Cultura Ψ Tradicional

- Poco esfuerzo se ha dedicado a describir y fomentar las vidas y hábitos psicológicos de los (S)s talentosos, inteligentes y creativos

⇩

Se ha escrito mucho sobre la Patología de los (S)s

- No pueden abordar al (S) de modo que se adapte a una forma + aceptable según la def. de la cultura que lo ignora

- No se le puede doblegar con el fin de que adopte una configuración intelectualmente aceptable para aquellos que afirman ser portadores exclusivos del conocimiento

⇩

Potenciales (S)s sanos se han convertido en extraños en sus propias culturas:
- Olvidados
- Domesticados
- Proscritos
- Ininteligibles

Lola Figueiredo
2005

II Ψ de la SALUD

Todo (S) posee ciertos
- dones
- anhelos
- fuegos
- sentimientos secretos y salvajes

⇩

- Debemos:
  - interesarnos más x los pensamientos, los sentimientos, los esfuerzos que fortalecen al (S)
  - tener en cuenta los factores interiores y culturales que los debilitan
- Objetivo terapéutico

Ayudar a RECUPERAR las bellas formas Ψcas del (S)
- a agudizar su visión
- a reencontrar su camino

CONOCIMIENTO cada vez + profundo de SÍ-MISMO@

⇩

Proceso abierto
↳ ESPERANZA

Clarissa PINKOLA ESTÉS:
"Mujeres que corren con los lobos"
Ed. Sine Qua Non
Introducción pag 14 - 22

SINTOMAS EMOCIONALES de ruptura de la relación Intrapsíquica de cautividad del (S) cuando ha caído en una trampa

- Ojos internos tapados por una mano negra
- Vida que transcurre en Tedio paralizador / vanas Quimeras
- Sin seguridad en su equilibrio interno
- Olvida que está aquí: se agarra cuando sería mejor que se soltara
- Toma demasiado, o demasiado poco, o nada
- Enmudece, cuando realmente está ardiendo
- Pierde el contacto con su mundo interno
  - ↳ Sus facultades no pueden desarrollarse
    - ↳ Próxim@ a la destrucción
- Pierde sus Sistemas de Protección / ciclos vitales

quedan subsumidos por la Cultura, el intelecto o el Yo propio / de los otros

- Sentirse extremadamente sec@,fatigad@, frágil, apátic@, inerte, confus@, amordazad@, asustad@, lisiad@ o débil, falt@ de inspiración, falt@ de Sentido, avergonzad@, crónicamente irritad@...
- Carente de creatividad, atascad@, bloqued@, comprimid@ impotente, crónicamente dubitativ@ incapaz de seguir adelante cediendo la vida creativa a los otros
- Hacer elecciones que desgastan la vida
- Sobreproteger al Yo.
- Sentirse incapaz de regular el propio ritmo / definirse límites
- No empeñarse en seguir propio ritmo y dejarse arrastrar hacia la domesticidad, la intelectualización, la inercia de las pseudoseguridades
- Temor a
  - aparecer, aventurarse o revelarse
  - no presentarse desde la perfección
  - buscar un maestr@
  - interesarse por otros
  - seguir adelante, huir o venirse abajo
  - perder la energía ante proyectos creativos
  - sentir encogimiento, humillación, ansiedad
- Temor a reaccionar con agresividad cuando no queda + que hacer
- Temor a probar cosas nuevas, a los desafíos, a hablar claro y oponerse
- Mostrase excesivamente conciliador o amable. O vengarse.
- Temor a detenerse o a actuar
- Tener complejo de superioridad (narcisimo)
- Ambivalencia e indecisión para empezar

Tc@

Tañer el instrumento del NOMBRE para abrir el pasadizo

- Llamar a la puerta de la Ψ profunda
- Restablecer la RR Intrapsíquica con el Yo Salvaje
- Crear para él/ella un ámbito de pensamiento/sentimiento en nuestro interior

La comprensión del Yo Salvaje, no es una religión, sino una Práctica, una Ψ: el conocimiento de un@-mism@

- Se dedica a la CREACIÓN ACTIVA: su principal tarea
- Sus relaciones adquieren SDO, PROFUNDIDAD, SALUD
- Se restablecen sus CICLOS
- Ya NO será blanco de los Depredadores
- Tiene el mismo Derecho a CRECER
- Su cansancio-después-de-la-jornada procede de
  - un trabajo SATISFACTORIO
  - un esfuerzo
  - y no de haber estado encerrad@ en un esquema mental / una tarea / unas relaciones excesivamente restringidas
- SABE cuándo tienen que vivir y morir las cosas / cómo y cuándo alejarse y quedarse
- Adquiere una OBSERVADOR@ INTERNA permanente
  - CONOCEDOR@
  - INSPIRADOR@
  - INVENTOR@
  - CREADOR@
  - OYENTE

  que sugiere una vida vibrante en los mundos Interno / Externo
- Salvaje = Criatura que posee INTEGRIDAD y LÍMITES SALUDABLES y HUMANOS

  (No el estereotipo del descontrol, del abandono de la vida de relación, del ir y venir de extremo a extremo)
- Recuerda QUIÉN ES / QUÉ SE PROPONE
- Adquiere oídos para ENTENDER el HABLA del alma y PERCIBIR el sonido de sus propios RITMOS INTERNOS
- Adquiere visión INTUITIVA
- Establece SU TERRITORIO
- Encuentra su manada de PERTENENCIA

  Descubre qué LUGAR le corresponde: su Hogar
- Está en SU CUERPO con certeza y orgullo
- Habla/Actúa EN NOMBRE PROPIO
- Es CONSCIENTE y está en guardia/despiert@
- CONFÍA en SU PERCEPCIÓN
- Se levanta con DIGNIDAD
- AMA profundamente
- Rastrea, corre, convoca, repele...
- Habla desde los SUEÑOS, la pasión y la poesía porque el arte reside en las entrañas, no en la cabeza
- Será amig@/madre / ALIAD@ de tod@s l@s que
  - se han extraviado y andan vagando y buscando
  - necesitan aprender
  - tienen un enigma por resolver