**El Guía Interno**

A veces, uno se encuentra en momentos de soledad y considera sus dudas y proyectos, estableciendo una especie de conversación en voz alta, como si hablara con otro. Pero en general, uno se pregunta y responde en silencio, formulando también deseos y arrepintiéndose de haber hecho mal las cosas.

Hay quienes imaginan a sus padres o a personas queridas y respetadas a las que dirigen sus preguntas, no importando siquiera si esos seres están vivos.

En ocasiones, también pensamos qué hubiera hecho otra persona en nuestro lugar.

A veces, tendemos a seguir lo que consideramos buenos ejemplos, e imitamos actitudes y comportamientos de otros, imaginando a menudo diálogos con ellos.

Todos los casos que hemos mencionado, responden a un mecanismo útil de la imaginación: el mecanismo del guía interno. Cualquier persona puede advertir guías internos por lo que tiene especial preferencia. Es un trabajo muy interesante eso de reconocer el o los guías que sirven de referencia.

Pero en esa tarea se debe tratar de encontrar una imagen que cumpla con tres requisitos: 1° sabiduría, 2° bondad y 3° fuerza. Si falta alguno de ellos, nuestra relación con esa imagen no es constructiva.

Si no encontramos una persona real que tenga esos atributos, podemos imaginar alguna que los tenga, aunque haya muerto o no exista. En tal caso, en los momentos de dudas o confusión, poder conectar con el guía interno es una gran ayuda por las respuestas o la compañía que proporciona.