

**Conrado Hock  
y otros autores.**

# **Los temperamentos: reconocerlos, aprovecharlos, enriquecerlos.**



**Libros de Regalo  
18**

# Los temperamentos: Reconocerlos, aprovecharlos, enriquecerlos

**Conrado Hock**

Y otros autores anónimos

Edición digital gratuita de  
**Libros de Regalo**  
**18**

Escríbenos a:

[aquiles.julian@gmail.com](mailto:aquiles.julian@gmail.com)

[intercoach.dr@gmail.com](mailto:intercoach.dr@gmail.com)

Primera edición: Julio 2008  
Santo Domingo, República Dominicana

## ¿Qué somos?

**Libros de Regalo**, y sus colecciones complementarias **Ciensialud, Emprendedores** y **Aprender a aprender**, son iniciativas sin fines de lucro del equipo de profesionales de **INTERCOACH** para servir, aportar, añadir valor y propiciar una cultura de diálogo, de tolerancia, de respeto, de contribución, de servicio, que promueva valores sanos, constructivos, edificantes a favor de la paz y la preservación de la vida, fauna y flora del planeta, acorde con las enseñanzas de Jesús y los principios cristianos.

Los libros digitales son gratuitos, promueven al autor y su obra, y se envían como contribución gratuita a la educación, edificación y superación de las personas que los solicitan sin costo alguno.

Este libro es cortesía de:



Sol Poniente interior 144, Apto. 3-B, Altos de Arroyo Hondo III, Santo Domingo, D.N.,  
República Dominicana. Tel. 809-565-3164

Email: [intercoach.dr@gmail.com](mailto:intercoach.dr@gmail.com)

Se autoriza la libre reproducción y distribución del presente libro, siempre y cuando se haga gratuitamente y sin modificación de su contenido y autor.

Si se solicita, se enviarán copias en formato PDF vía email. Para solicitarlo, enviar e-mail a [intercoach.dr@gmail.com](mailto:intercoach.dr@gmail.com), [aquiles.julian@gmail.com](mailto:aquiles.julian@gmail.com) o [librosderegalo@gmail.com](mailto:librosderegalo@gmail.com)



## CONTENIDO

- 4 El modelo de los cuatro temperamentos
- 5 CAPÍTULO I: Los temperamentos en general
- 12 CAPÍTULO II: El temperamento colérico
- 19 CAPÍTULO III: El temperamento sanguíneo
- 26 CAPÍTULO IV: El temperamento melancólico
- 36 CAPÍTULO V: El temperamento flemático
- 37 CAPÍTULO VI: Temperamentos mixtos
- 39 TEST: ¿Cuál es tu temperamento dominante?
- 41 Los temperamentos: fortalezas y debilidades
- 50 TEST de los 4 temperamentos

## El modelo de los cuatro temperamentos

**Hipócrates**, el padre de la medicina, fue de quien primero tenemos noticia que clasificó los temperamentos humanos. Buscando encontrarle una razón fisiológica al temperamento, entendido como la estructura dominante de humor y motivación de las personas, el médico griego del Siglo III antes de Cristo, lo relacionó con la predominancia de los fluidos corporales: la sangre, la bilis amarilla, la bilis negra y la flema.

Si bien la teoría de los fluidos, enriquecida por el médico turco-griego **Galeno**, se mostró ingenua, la tipificación en los cuatro tipos claves: sanguíneos, coléricos, melancólicos y flemáticos, y las 12 combinaciones (que establecen un temperamento dominante y uno subordinado, por ejemplo: sanguíneo-colérico, melancólico-flemático) es de una gran utilidad explicativa y predictiva de los

comportamientos de las personas.

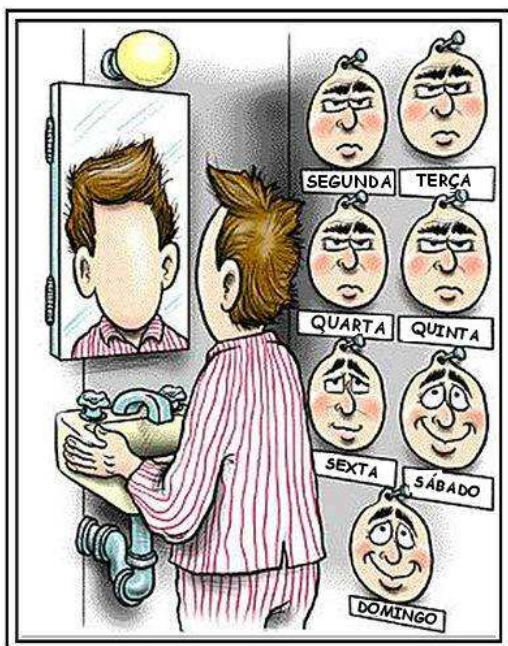
Un rasgo principal de la teoría de los temperamentos es su **elegancia**: es sencilla, es eficiente, refleja comportamientos y el aspecto emotivo-relacional de las personalidades.

Existen muchos modelos clasificatorios: la de **Kretshmer** y Sheldon, que clasificaron a los individuos en endomorfo, ectomorfo y mesomorfo; el modelo del **eneagrama**, que clasifica a las personas en uno de los nueve eneatisos, de gran riqueza; pero gracias a la labor de **Tim LaHaye** y de **Florence Littatuer** principalmente, el modelo de los cuatro temperamentos ha cobrado fama.

Tim LaHaye y Florence Littatuer han promovido a través de libros y talleres el modelo de los cuatro temperamentos. Este **modelo** es de gran valor y utilidad para todos los que interactuamos con otras personas (es decir, ¡todos!) y en especial para vendedores, gerentes, supervisores, empresarios y líderes organizacionales.

Disfruta y aprovecha este libro. Conoce más sobre ti y los demás. Dios te bendiga y te permita capitalizar tus fortalezas y equilibrar tus debilidades.

*Aquiles Julián*



## CAPÍTULO I

**LOS TEMPERAMENTOS EN GENERAL**

## I

El Dr. Jorge Hagemann escribe en su Psicología: "Las modificaciones (o las diferencias) de los estados generales del alma se refieren menos al conocimiento que al sentimiento, o sea menos al espíritu que al corazón. No tanto en el modo de conocer cuanto en la manera de sentir y apetecer se manifiesta cómo el corazón, centro de los sentimientos y afectos, es en unos y otros más fácil o lenta, más profunda o superficialmente excitable. Esta diversa excitabilidad del corazón o el diverso temple, conque un alma se

inclina a un determinado sentir o apetecer, se llama temperamento. Si consideramos los rasgos fundamentales de los temperamentos individuales y los agrupamos según su semejanza, se pueden dividir en cuatro grupos, a los cuales ya la antigüedad dio sus nombres estables, uniendo arbitrarias teorías con acertadas observaciones: temperamentos sanguíneo, colérico, melancólico, flemático. Estos temperamentos se distinguen entre sí en cuanto que la excitabilidad del sanguíneo es fácil y superficial, la del colérico fácil y honda, la del melancólico lenta y profunda, y por fin, la del flemático es lenta y superficial. Ya que el corazón (el sentimiento y afecto) está tan íntimamente relacionado con el espíritu y la fantasía, la diversa excitabilidad del mismo tiene, en consecuencia, una diversa actitud en el mismo entendimiento y fantasía".

El temperamento es, pues, una disposición fundamental del alma, que se manifiesta particularmente, cuando esta recibe una impresión, ya sea por ideas y representaciones o bien por acontecimientos exteriores. El temperamento nos da la contestación a esta pregunta: ¿Cómo se conduce el hombre, qué sentimientos lo embargan, qué móvil le impulsa a obrar, cuándo algo le impresiona?. Así por ejemplo: ¿cómo se porta el alma, cuando es alabada o reprendida, cuando se la ofende, cuando advierte en sí cierta simpatía o tal vez antipatía hacia tal persona, o cuando, en ocasión de una tormenta o de hallarse de noche en un camino solitario, le sobreviene el pensamiento de un inminente peligro?

Aquí cabe hacer las siguientes preguntas:

1. Ante tales impresiones ¿se excita el alma con rapidez y fuerza, o por el contrario con lentitud y debilidad?
2. Bajo tales impresiones ¿se siente el alma impulsada a obrar de inmediato y a reaccionar con rapidez, o bien siente la inclinación de *esperar y estarse tranquila*? ¿Muévenla tales casos a obrar con ardor, o a postrarse más bien en un estado de *pasividad*?
3. ¿Esta excitación del alma dura por *largo o corto tiempo*? ¿Quedan grabadas en el alma por *mucho tiempo* tales impresiones, de manera que con su solo recuerdo se *renueve* la excitación, o sabe el alma sobreponerse de *inmediato y con facilidad*, de modo que el recuerdo de una excitación no llega a provocar otra nueva?

La contestación a estas pregunta nos lleva como por la mano a los cuatro temperamentos y nos da al mismo tiempo la clave del conocimiento de cada temperamento particular e individual.

## II

*El colérico se excita fácil y fuertemente; se siente impulsado a reaccionar de inmediato; la impresión queda por mucho tiempo en el alma y fácilmente conduce a nuevas excitaciones.*

*El sanguíneo, así como el colérico, se excita fácil y fuertemente, sintiéndose asimismo impulsado a una rápida reacción; pero la impresión se borra luego y no queda mucho tiempo en el alma.*

*El melancólico se excita bien poco ante las impresiones del alma; la reacción o no se produce en él o llega después de pasado cierto tiempo. Las impresiones, sin embargo se graban muy profundamente en el alma, sobre todo si se repiten siempre las mismas.*

*El flemático no se deja afectar tan fácilmente por las impresiones, ni se siente mayormente inclinado a reaccionar; y las impresiones, por su parte, muy luego se desvanecen.*

El temperamento colérico y sanguíneo son *activos*; el melancólico y el flemático son más bien *pasivos*. En el colérico y el sanguíneo hay una fuerte inclinación hacia la acción, y en el melancólico y el flemático por el contrario hacia la *tranquilidad*.



Los temperamentos coléricos y melancólicos son *apasionados*; conmueven y repercuten muy hondamente en el alma; al paso que los sanguíneos y los flemáticos *no tienen grandes pasiones*, ni inducen a fuertes arranques del alma.

Si queremos conocer nuestro propio temperamento, no debemos comenzar averiguando si tenemos o no en nosotros los lados fuertes y débiles, anotados más arriba a cada temperamento, sino que debemos contestar ante todo a las tres preguntas poco ha enumeradas. Lo más fácil será considerar esas preguntas, en cuanto se refieren a las ofensas que recibimos. Y lo mejor de todo será abstenernos al orden siguiente: ¿Suelo aceptar las ofensas con dificultad y a regañadientes? ¿Acostumbro guardarlas en mi interior? - Caso de tener que contestarnos: De ordinario no puedo olvidar ofensas; las guardo en mis adentros; su recuerdo me renueva la excitación; por mucho tiempo guardo mal humor; por varios días y aún por semanas enteras trato de evitar la palabra y el encuentro de la persona que me ofendió, - es este nuestro caso, estemos entonces ciertos de ser o coléricos o melancólicos. Podemos en cambio, decirnos: No suelo guardar rencor, ni mostrarme enojado con otros por mucho tiempo; no puedo menos de quererlos, a pesar de la ofensa; y aunque quisiera mostrar mal humor y mala cara, no puedo hacerlo más que por una o dos horas, - en este caso somos sanguíneos o flemáticos. Convencidos de ser coléricos o melancólicos, sigámonos preguntando: ¿Aféctanme con fuerza y rapidez las ofensas? ¿Lo dejo entrever en mis palabras y maneras? ¿Siento un fuerte impulso al inmediato desafío y réplica ofensiva? ¿O soy capaz de mantenerme exteriormente tranquilo, mientras hierve el interior? ¿Me abochornan, perturban y desalientan de tal modo las ofensas, que no hallo una palabra conveniente o el ánimo necesario para contestar, resignándome por ello al silencio? ¿No me acontece a menudo el no sentirme ofendido en el momento mismo de la ofensa para caer unas horas después o al día siguiente, en un extremo estado de postración? - Si nuestra contestación a la primera serie de preguntas es afirmativa, somos coléricos, y si a la segunda, somos melancólicos. - ¿Hemos llegado a la convicción de ser sanguíneos o flemáticos?, entablemos con nosotros mismos el siguiente interrogatorio: ¿Al recibir una ofensa, me enciendo y encolerizo al instante queriendo obrar con precipitación? ¿o consigo mantener la tranquilidad? En el primer caso somos sanguíneos, en el segundo flemáticos.

Sólo si con este ejemplo hemos llegado a conocer nuestro temperamento, podemos averiguar si poseemos las notas características particulares, tales como más adelante se las ha de señalar a cada temperamento. Podemos entonces profundizar el conocimiento de nosotros mismos, y en especial podemos llegar a conocer el grado de desarrollo, a que han llegado los lados fuertes y débiles de nuestro temperamento, descubriendo al mismo tiempo

las modificaciones que nuestro temperamento predominante haya podido sufrir por mezclarse con otro.

### III

De ordinario parece cosa difícil el conocer el temperamento propio y el ajeno. Con todo la experiencia demuestra que aún personas sin mayor formación superior llegan de una manera relativamente fácil al conocimiento de su propio temperamento, el de los que le rodean y el de sus subalternos, con tal de que se les dé una instrucción adecuada para ello.

Pero la investigación de los temperamentos ofrece especiales dificultades en los casos siguientes:

1. *Cuando el hombre comete aún muchos pecados.* Entonces la pasión pecaminosa resalta más que el temperamento. Así p.e. puede un sanguíneo por su condescendencia con la ira y la envidia molestar mucho al prójimo y causarle grandes pesares, aunque por su temperamento se incline a llevarse bien con todos.

2. *Cuando el hombre ya ha progresado mucho en la perfección.* Los lados débiles del temperamento, como se manifiestan ordinariamente en cada hombre, son entonces apenas perceptibles. San Ignacio de Loyola, un colérico apasionado, logró tal dominio sobre sus pasiones que en lo exterior aparecía tan exento de pasiones que los que le rodeaban le tenían por flemático. En el sanguíneo san Francisco de Sales se habían extinguido por completo los arrebatos y explosiones de ira; lo cual no lo obtuvo ciertamente, sino después de 22 años de continuo combate consigo mismo. Los Santos melancólicos nunca dejan exteriorizar la tristeza, el mal humor y el desaliento, a que tiende su temperamento, sino que con una mirada al Crucificado saben dominar, después de breve lucha, esa peligrosa disposición de ánimo.

3. *Cuando el hombre posee poco conocimiento de sí mismo.* El que no conoce tanto sus buenas como sus malas cualidades, el que no es capaz de formar un juicio sobre la intensidad de sus pasiones y el modo de su excitabilidad, tampoco podrá darse cuenta de su temperamento, y preguntado por otros que quisieran ayudarle con el conocimiento de su temperamento, da respuestas falsas, no de intento, sino precisamente por no conocerse a sí mismo. Por eso los principiantes en la vida espiritual no llegan generalmente hablando, a conocer su temperamento, sino después de haberse ejercitado durante algún tiempo en la meditación y en el examen particular.



4. *Cuando el hombre es muy nervioso.* Pues, las manifestaciones de nerviosidad, como lo variable en la conducta, la irritación, la inconstancia de sentimientos y resoluciones, la inclinación a la tristeza y al desaliento, aparecen en hombres nerviosos en tal grado que las exteriorizaciones del temperamento quedan relegados a segundo término. Particularmente es difícil conocer el temperamento de personas histéricas, en las cuales el así llamado "carácter histérico" está ya del todo desarrollado.

5. *Cuando el hombre tiene un temperamento mixto.* Llamamos temperamentos mixtos a aquellos en los cuales predomina un temperamento determinado mezclado al mismo tiempo con propiedades de otro. Sobre temperamentos puros y mixtos ya se ha escrito mucho. Una solución satisfactoria de los múltiples problemas que surgen en esta materia se halla, tomando en cuenta el temperamento de los padres del interesado. Si el padre y la madre poseen un mismo temperamento, de igual temperamento serán también los hijos. ¿Son, pues, ambos, padre y madre de índole colérica?, los hijos asimismo lo serán. Mas en el caso de temperamentos distintos, los hijos tendrán un temperamento mixto. Así por ejemplo, si el padre es colérico y la madre melancólica, los hijos serán o coléricos con tintes melancólicos o melancólicos con tintes coléricos, según que los hijos se parezcan más o menos al padre o a la madre.

Para averiguar en un temperamento mixto cuál es el temperamento predominante, hay que atenerse exactamente a las preguntas formuladas más arriba para llegar a conocer un temperamento. Sucede sin embargo, aunque no tan a menudo, como muchos lo creen, que en una persona se hallan tan entrelazados dos temperamentos, que ambos se manifiestan siempre con la misma intensidad y fuerza. Por eso es naturalmente muy difícil tomar una decisión respecto al temperamento que ha de atribuirse a tal o cual persona. Mas es probable que con el correr de los años a causa de pruebas y dificultades se ponga de manifiesto el temperamento predominante.

Préstanos eficaz ayuda en el conocimiento del temperamento mixto y más aún del temperamento puro la expresión de los ojos y en parte también el modo de andar: La mirada del colérico es resuelta, firme, enérgica, ardiente; la del sanguíneo: serena, alegre, despreocupada; mas la mirada del melancólico ligeramente triste y preocupada, al paso que la del flemático es lánguida e inexpresiva. - Al colérico lo vemos andar con firmeza y decisión y avanzar deprisa, el sanguíneo es ágil y ligero de pie, de paso corto y a veces danzante; el paso del melancólico es lento y torpe; el flemático camina perezosamente y a sus anchas. Muy fácilmente se reconoce la mirada del colérico (cuyo tipo es la conocida mirada de Napoleón, Bismark) y la del melancólico (la conocida mirada de Alban Stolz). No

pudiendo encontrar en los ojos ni la decisión y energía del colérico, ni la suave tristeza del melancólico, creemos hallarnos ante un sanguíneo o flemático. También los ojos nos descubren el temperamento que predomina en el temperamento mixto. Después de haber adquirido cierta experiencia en la distinción de las miradas, muchas veces se puede ya al primer encuentro con una persona y aún basta haberla visto de paso en la calle para determinar su temperamento. Detalles del *cuerpo*, que se apuntan además como notas características de los cuatro temperamentos (como la formación del cráneo, el color de la cara y del cabello o la constitución del cuello y de la nuca) no son, a mi parecer más que un simple entretenimiento.

#### IV

Por más difícil que sea en ciertos casos llegar a conocer el temperamento de un hombre, no por eso debiéramos ahorrarnos el trabajo de averiguar nuestro propio temperamento y el de los que nos rodean o el de las personas que tratamos con más frecuencia; pues la utilidad es siempre grande.

Conociendo el temperamento de nuestro prójimo llegaremos a *comprenderlo mejor, o tratarlo con más justicia y a sobrellevarlo con más paciencia*. Estas son ventajas para la vida social, las cuales nunca podemos apreciar debidamente.

Llegaremos a *comprender mejor* a nuestro prójimo. El Dr. Krieg en su obra: "La ciencia de la dirección espiritual en particular" dice en la página 141: "No podremos entender a nuestro prójimo mientras no lleguemos a conocer su temperamento, sus aspiraciones y tendencias, pues conocer a un hombre significa sobre todo conocer su temperamento.

Trataremos con *más justicia* a nuestro prójimo. A un colérico se le conquista exponiéndole sosegadamente las razones; las palabras severas e imperiosas le mortifican, lo obstinan y lo irritan hasta lo extremo. El melancólico se vuelve tímido y taciturno con una palabra dura o una mirada recelosa, más con un tratamiento atento le veremos más dado, confiado y fiel. De la palabra de un colérico bien puede uno fiarse, pero no de las promesas más formales de un sanguíneo. Desconociendo, pues, el temperamento de nuestro prójimo nuestro trato redundará *sin justicia* en daño propio y ajeno.

Sobrellevaremos con *más paciencia* a nuestro prójimo.

Sabiendo que los defectos y flaquezas del prójimo están fundados en su temperamento, se los disculparemos fácilmente, sin irritarnos. No nos impacientaremos, si un colérico es agrio, duro, impetuoso y obstinado; o si un melancólico se porta tímida e indecisamente, si no habla mucho y si lo que tiene que decir, lo profiere de un modo impropio; o si un sanguíneo se muestra locuaz, ligero y veleidoso; o si un flemático nunca sale de su acostumbrada tranquilidad.

Es de grandísimo provecho el conocer su propio temperamento. Conociéndolo nos comprenderemos también mejor a nosotros mismos, nuestras disposiciones de ánimo, nuestras propiedades y nuestra vida pasada. Una persona muy experimentada y encanecida en la vida espiritual, al leer los siguientes conceptos sobre los temperamentos confesó: "Nunca me llegué a conocer tan bien como cuando me vi pintada de cuerpo entero en estas líneas; pero tampoco nadie me ha dicho tan francamente la verdad como lo hace este librito".

Conociendo nuestro temperamento, trabajaremos con más acierto en nuestra perfección, puesto que todos nuestros esfuerzos en pro de nuestra alma se reducen únicamente a cultivar las buenas cualidades de nuestro temperamento y a combatir sus deficiencias. De manera que el colérico siempre tendrá que luchar ante todo contra su terquedad, ira y orgullo; el melancólico contra su desaliento y miedo a la cruz; el sanguíneo contra su locuacidad e inconstancia, y el flemático contra su pachorra y pereza.

Conociendo nuestro temperamento, seremos más humildes, ya que nos iremos convenciendo, de que lo bueno en nosotros no es tanto virtud sino consecuencia de nuestro natural y de nuestro temperamento. Entonces el colérico hablará con más modestia de la fuerza de su voluntad, de su energía e intrepidez; el sanguíneo de la serena concepción de la vida, de la facilidad de tratar caracteres difíciles; el melancólico de la profundidad de su alma, de su amor a la soledad y a la oración; el flemático de su suavidad y sosiego de espíritu.

El temperamento, por ser innato en el hombre, no puede por lo tanto trocarse con otro. Pero sí podemos y debemos cultivar y desarrollar la parte buena del mismo y combatir y neutralizar sus influjos nocivos.

Cada temperamento es bueno en sí mismo y con cualquiera de los cuatro se puede obrar el bien y llegar al cielo. Es, por ende insensatez e ingratitud desear otro temperamento. "Todos los espíritus alaben al Señor" (S. 150, 6). Todos los movimientos y propiedades de nuestra alma han de servir a Dios contribuyendo así a la gloria de Dios y salvación de las almas. Hombres que

tienen diversos temperamentos y viven juntos, no debieran rechazarse mutuamente sino completarse y ayudarse (unos a los otros).

Cuando más adelante se diga: el colérico, el sanguíneo, etc., hace así o de otro modo, no quiere eso decir: "*tienen que hacerlo así*", o "lo hacen siempre así", sino: "lo hacen *ordinariamente* así" o "*se inclinan* a hacerlo así".



## CAPÍTULO II

# EL TEMPERAMENTO COLÉRICO

### I. Esencia del temperamento colérico.

El alma del colérico por las influencias que recibe, se excita de inmediato y con vehemencia. La reacción sigue *al instante*. La impresión queda en el alma por *mucho tiempo*.

### II. Distintivo del colérico así del bueno como del malo.

El colérico siente y se entusiasma *por lo grande* - no busca lo ordinario, sino aspira a lo grandioso y sobresaliente. Tiende a lo alto, sea en las cosas temporales ambicionando una fortuna grande, un comercio muy extenso, una casa magnífica, un nombre prestigioso, un puesto destacado, - o sea en las cosas de su alma sintiendo en sí un deseo vehemente de santificarse, de hacer grandes sacrificios por Dios y por el prójimo y de salvar muchas almas para la eternidad. La virtud innata del colérico es la generosidad, que desprecia lo bajo y vil y suspira por lo noble, grande y heroico.

En estas sus aspiraciones a lo grande le apoyan:

1º *Un entendimiento agudo.* Las más de las veces, si bien no siempre, el colérico es un buen talento; es un hombre intelectual, al paso que su fantasía y especialmente su vida interior no se hallan desarrolladas, sino han quedado un tanto raquílicas.

2º *Una voluntad fuerte,* que no se amilana ante las dificultades, sino, por el contrario, emplea toda su vitalidad, y persevera a costa de grandes sacrificios hasta llegar a su meta. No conoce lo que es pusilanimidad y desaliento.

3º *Un gran apasionamiento.* El colérico es el hombre de las grandes pasiones; rebosa de violento apasionamiento máxime cuando encuentra resistencia o persigue sus altos proyectos.

4º *Un instinto a menudo inconsciente de dominar y sujetar a los demás.* El colérico ha nacido para mandar; está en su elemento, cuando puede ordenar y organizar las grandes masas del pueblo.

*La imprudencia* es para el colérico un obstáculo sumamente peligroso en su aspiración hacia lo grande. El es al punto absorbido por lo que una vez ha deseado y se lanza apasionada y ciegamente hacia la meta concebida sin reflexionar siquiera, si el camino adoptado realmente conduce al fin. Ve este único camino elegido en un momento de pasión y de poca reflexión sin darse cuenta de que por otro camino pudiera llegar a su fin con mucha más facilidad y seguridad. Encontrándose ante grandes obstáculos en un camino errado puede, cegado por la soberbia, resolverse con dificultad a desandar lo andado, y prueba aún lo imposible por conseguir su fin. Llega, por decirlo así, a perforar la pared con la cabeza, teniendo al lado una puerta que le franquea la entrada. De este modo, malgasta sus energías, se ve alejado poco a poco de sus mejores amigos y acaba por estar aislado y mal visto en todas partes. Después de echarse a perder sus más bellos éxitos, todavía niega que él mismo es la causa principal de sus fracasos. Esta imprudencia en la elección de medios la pone de manifiesto también en sus aspiraciones a la perfección, de modo que a pesar de todos sus grandes esfuerzos no llegará a la perfección. El colérico puede prevenir este peligro sometiéndose dócil y humildemente a las normas del director espiritual.

### **III. Cualidades malas del colérico.**

#### **I. Orgullo:**

que se manifiesta sobre todo en los siguientes puntos:

a) *El colérico es muy pagado de sí mismo.* Tiene en alta estima sus cualidades personales y sus éxitos y se tiene por algo excepcional y llamado a altos destinos. Hasta sus mismas faltas, por ejemplo, su orgullo, testarudez y cólera, las considera como justificables y aún dignas de toda aprobación.

b) *El colérico es muy caprichoso y ergotista.* Cree tener siempre razón, quiere tener la última palabra, no sufre contradicción y no quiere ceder en nada.

c) *El colérico se fía mucho de sí mismo.* Es decir, de su ciencia y facultades. Rechaza la ayuda ajena, gusta hacer solo los trabajos ya por creerse más apto que los demás en la plena seguridad de su propia suficiencia para llevar a feliz término la obra emprendida. Dificilmente se convence de que aún en cosas de pequeña monta requiere el auxilio divino; por lo cual, no es de su agrado impetrar la gracia de Dios y quisiera con sus propias fuerzas resistir victoriosamente a grandes tentaciones. Por esta presunción, en la vida espiritual cae el colérico en muchos y graves pecados y es esta también la causa porque tantos coléricos, a pesar de sus grandes sacrificios, no llegan nunca a hacerse santos. En él radica una buena parte del orgullo de Lucifer. Se conduce, como si la perfección y el cielo no debieran atribuirse en primer lugar a la gracia divina, sino a sus personales esfuerzos.

d) *El colérico desprecia a su prójimo.* A los demás los tiene por tontos, débiles, torpes y lerdos, por lo menos en comparación suya. Este menosprecio por el prójimo lo pone de manifiesto en sus palabras despreciativas, burlonas e inconsideradas y en su proceder altanero con los que le rodean, sobre todo con sus súbditos.

e) *El colérico es ambicioso y mandón.* Siempre quiere figurar en primer término, ser aplaudido y suplantar a los demás. Su ambición le hace empequeñecer, combatir, y perseguir a aquellos que se le cruzan en el camino, y esto no raras veces con medios poco nobles.

f) *El colérico se siente hondamente herido cuando es avergonzado y humillado.* No sin mal humor recuerda sus pecados, pues le obligan a tenerse en menos y no pocas veces llega hasta desafiar a Dios.

## II. Cólera

El colérico se excita profundamente por la contradicción, resistencia u ofensas personales. Este estado de ánimo se exterioriza por palabras duras, que si bien pronunciadas en forma cortés y correcta hieren, no obstante, hondamente por el tono en que las profiere. No hay nadie que pueda herir tan dolorosamente con menos palabras que un colérico. Pero lo más agravante es que el colérico, en la vehemencia de su ira, hace



recriminaciones falsas y exageradas, y en su apasionamiento llega a interpretar mal y tergiversar las mejores intenciones del que se cree ofendido, y estas falsamente supuestas ofensas las reprocha con las expresiones más amargas. La justicia con que trata a sus semejantes hace que se enfríen sus mejores amistades.

Su ira culmina no pocas veces en el paroxismo de la rabia y del furor; de aquí hay un solo paso al odio reconcentrado. Los grandes insultos jamás los olvida. El colérico en su ira y orgullo se deja llevar de acciones que el sabe muy bien que le serán perjudiciales, por ejemplo, a su salud, trabajo, fortuna; acciones por las cuales se verá obligado no solo a abandonar su empleo, sino también a romper con viejas amistades. El colérico es capaz de abandonar proyectos acariciados durante largos años, solamente por no ceder a un capricho. Dice el P. Schram en su "Teol. mist.", II.66: "El colérico prefiere la muerte a la humillación".

### III. Hipocresía y disimulo.

La soberbia y terquedad conducen al colérico no pocas veces a medios tan ruines como el disimulo e hipocresía, pudiendo ser, por otra parte, muy noble y sincero por naturaleza. No queriendo confesar una debilidad o derrota, disimula. Al ver que sus proyectos no salen a pedir de boca, a pesar de su empeño, no le resta más que fingir y valerse de fraudes y mentiras. El P. Schram dice en otro lugar: "Si es castigado, no corrige sus vicios, antes bien, los oculta".

### IV. Insensibilidad y dureza.

El colérico es, ante todo, un hombre intelectual; tiene, por decirlo así, dos inteligencias, pero un solo corazón. Esta deficiencia en la vida sentimental le trae no pocas ventajas. No se apesadumbra al verse privado de consolaciones sensibles en medio de la oración y puede soportar por largo tiempo el estado de aridez espiritual. Es ajeno a sentimientos tiernos y afectuosos y aborrece las manifestaciones delicadas de amor y cariño que suelen nacer de las amistades particulares. Tampoco una mal entendida compasión es capaz de hacerle abandonar el camino del deber y de obligarle a renunciar a sus principios. Mas esta frialdad de sentimientos tiene también sus grandes desventajas. El colérico puede permanecer indiferente e insensible frente al dolor ajeno y si su propio encumbramiento lo reclama, no vacila en pisotear despiadadamente la felicidad que otros disfrutan. Sería de desear que los superiores de índole colérica se examinaran diariamente, si no han sido tal vez duros y exigentes con sus súbditos, particularmente con los enfermizos, débiles de talento y remisos.

#### IV. Cualidades buenas del colérico

Cuando el colérico pone su vitalidad característica al servicio del bien, llega a ser un instrumento sumamente apto para la gloria de Dios y la salvación de las almas redundando todo ello en su propio aprovechamiento espiritual y temporal. A todo ello contribuye sobremanera la agudeza de su entendimiento, su aspiración a lo noble y grande, el vigor y decisión de su varonil voluntad y esa maravillosa amplitud y claridad de miras con que concibe sus pensamientos y proyectos.

Con relativa facilidad puede llegar el colérico a la santidad. Los santos canonizados por la Iglesia, son, en su gran mayoría, coléricos o melancólicos. Un colérico sólidamente formado no siente mayores dificultades para mantenerse recogido en la oración; pues, con la energía de su voluntad desecha fácilmente las distracciones; y ello se explica ante todo tomando en cuenta que por naturaleza sabe reconcentrar con gran prontitud e intensidad toda su atención en un determinado asunto. Y esta es probablemente también la razón por que los coléricos llegan tan fácilmente a la contemplación, o, como la llama Santa Teresa, a la oración de la quietud. En ningún otro temperamento podrá hallarse la contemplación propiamente dicha con tanta frecuencia como en el colérico. El colérico bien desarrollado, es muy paciente y fuerte en sobrellevar dolores corporales, sacrificado en los sufrimientos, constante en penitencias y mortificaciones interiores, magnánimo y noble para con los menesterosos y débiles, lleno de repugnancia contra todo lo vil y bajo. Y aunque la soberbia penetre el alma del colérico, por decirlo así, en todas sus fibras hasta las últimas ramificaciones, de modo que parezca no tener otra pasión más que la soberbia, sabe no obstante sobrellevar y aun buscar voluntariamente las más vergonzosas humillaciones, si seriamente aspira a la perfección. Por su naturaleza insensible y dura tiene pocas tentaciones de concupiscencia y con gran facilidad puede llevar una vida casta. Sin embargo, entregándose el colérico voluntariamente al vicio de la impureza y buscando en él su satisfacción, resultan atroces y horrendas en él las erupciones de esta pasión.

El colérico logra hacer grandes cosas también en su *labor profesional*. Por ser su temperamento activo, se siente incitado continuamente a la actividad y al trabajo. No puede estar desocupado y sus trabajos los hace con rapidez y aplicación; todo le va muy bien. En sus empresas es persistente y no se amedrenta ante dificultades. Puede colocárselo sin cuidado en puestos difíciles y confiarle grandes cosas. En el hablar el colérico es breve y conciso; ni es amigo de inútiles repeticiones. Esa forma breve, concisa y firme en su hablar y presentarse da a los coléricos, que trabajan en la educación, mucha autoridad. Las educadoras coléricas tienen

algo de varonil y no dan a sus alumnos el brazo a torcer como les pasa muchas veces a las melancólicas indecisas. Los coléricos además saben callarse como un sepulcro.

### V. De lo que el colérico tiene que observar particularmente en su propia educación.

1. El colérico debe sacar *grandes pensamientos* de la palabra de Dios (meditación, lectura, sermón), o de la experiencia de su propia vida. Ellos han de arraigarse bien en su alma y entusiasmarle siempre de nuevo hacia el bien y las cosas de Dios. No hace falta que sean muchos esos pensamientos. Al colérico San Ignacio de Loyola, le bastaba el de: "Todo para la mayor gloria de Dios"; al colérico San Francisco Javier: "¿Qué aprovecha al hombre ganar el mundo entero si con ello daña su alma?". Un buen pensamiento, que cautiva al colérico le servirá de norte y guía para conducirlo, a pesar de todas las dificultades a los pies de Jesucristo.

2. Un colérico debe aprender a *pedir* diariamente a Dios con constancia y humildad su ayuda divina. Mientras no haya aprendido esto, no adelantará mucho en el camino a la perfección. Pues también para el colérico vale la palabra de Cristo: "pedid y recibiréis". Y si además se venciera para *pedir* un consejo y apoyo a su prójimo, aunque no fuera sino a su superior o confesor, adelantaría aún más.

3. Un colérico debe dejarse llevar en todo por este buen *propósito*: No quiero *buscar nunca mi propia persona*, sino he de considerarme siempre: a) como *instrumento* de Dios que El puede usar a discreción, y b) como *siervo de mi prójimo*, que diariamente se sacrifica por *los demás*. Debe obrar según la palabra de Cristo: "Quien entre vosotros quiera ser el primero, sea el siervo de todos".

4. Un colérico tiene que *luchar continuamente contra el orgullo y la ira*. El orgullo es su *desgracia*, la *humildad* su *salvación*. Por lo tanto: a) ¡haz sobre este punto tu examen particular por mucho años! b) ¡humíllate por propia iniciativa ante los superiores, el prójimo y la confesión! ¡Pide por una parte a Dios y a los que más de cerca te rodean, humillaciones, y por otra acepta con generosidad las que te sobrevengan! Vale más para un colérico ser humillado por otros que humillarse a sí mismo.

### VI. De lo que hay que observar en la educación de un colérico.

El colérico puede con sus facultades ser de grande utilidad a la familia, a los que le rodean, a la comunidad y al estado. Pues ha nacido para ser jefe e incansable organizador. El colérico bien educado va en pos de las almas

extraviadas sin descanso ni respeto humano. Propaga con constancia la buena prensa y trabaja de buena gana a pesar de malos éxitos en el florecimiento de las asociaciones católicas, siendo así una bendición para la Iglesia. Mas, por otra parte, si el colérico no combate las malas cualidades de su temperamento, la ambición y la obstinación le podrán llevar al extremo de causar como la pólvora, grandes estragos y confusión en las asociaciones públicas y privadas. Por lo cual, el colérico merece una esmerada educación, sin escatimar trabajos y sacrificios, ya que son grandes los bienes que ella aporta.

1. Al colérico hay que perfeccionarlo bien en cuanto sea posible, a fin de que aprenda realmente algo, siendo sus aptitudes excelentes. De lo contrario, querrá el mismo perfeccionarse más tarde, descuidando su labor profesional o, lo que es mucho peor, envaneciéndose sobremanera de sus habilidades aunque en realidad no haya cultivado sus aptitudes, ni en rigor haya aprendido algo.

Los coléricos menos aprovechados de talento o con sus facultades poco desarrolladas (en las fuerzas de sus facultades), pueden llegar, una vez independientes o con el cargo del superior en las manos a grandes desaciertos y amargar la vida, de los que les rodean, obstinándose en sus ordenanzas, aunque no entiendan mucho ni tengan claros conceptos de lo que se trata. Tales coléricos obran a menudo según aquel famoso axioma: "Sic volo, sic jubeo; stat pro ratione voluntas". Así lo quiero, así lo ordeno; baste mi voluntad por razón.

2. Hay que inducir al colérico a que se deje educar *voluntariamente*, es decir, a que acepte voluntaria y alegremente todo lo que se le ordena para humillar su orgullo y refrenar su cólera. No se corregirá el colérico con un tratamiento duro y orgulloso, antes bien, se agriará y endurecerá más; en cambio, proponiéndole razones y motivos sobrenaturales se le podrá llevar fácilmente a lo bueno. En la educación del colérico no hay que dejarse llevar por la ira diciendo: "A ver si llego a romper la terquedad de este hombre". Al contrario, hay que quedarse tranquilo y esperar a que también se tranquilice el educando; luego, se le podrá hablar en estos términos: "Sea sensato y déjese conducir de manera que puedan subsanarse sus faltas y ennoblecerse lo bueno en usted".

También en la educación del niño colérico lo principal será el sugerirle buenos pensamientos, ponerle ante los ojos su buena voluntad, su pundonor, su repugnancia a lo bajo, insinuarle su felicidad temporal y eterna e inducirle a corregir bajo la dirección del educador, sus faltas y perfeccionar sus buenas cualidades, por iniciativa propia. No conviene

agriar al niño colérico con castigos vergonzosos, sino más bien hay que persuadirlo de la necesidad y justos motivos del castigo impuesto.



### CAPÍTULO III

## EL TEMPERAMENTO SANGUÍNEO.

### I. Esencia del temperamento sanguíneo.

El alma del sanguíneo se excita *rápida y vehementemente* por cualquier impresión; la reacción sigue *al instante*; pero la impresión queda muy *poco tiempo* en el alma. El recuerdo de cosa pasadas no provoca tan fácilmente nuevas emociones.

### II. Disposiciones fundamentales del ánimo sanguíneo.

**(así del bueno como del malo).**

1. *Superficialidad*. El sanguíneo no penetra hasta lo profundo, ni va al todo, sino se contenta con la superficie y una parte del todo. Antes de concentrarse en un objeto, el interés del sanguíneo ya se paraliza y desvanece por las nuevas impresiones que le ocupan. Es amigo de trabajos fáciles, vistosos, que no exigen demasiada labor intelectual. Y es difícil convencerle de este defecto suyo: *la superficialidad*; pues siempre cree haber entendido todas las cosas; así por ejemplo, haber comprendido bien un sermón, aunque la mitad del mismo haya estado muy lejos de sus alcances intelectuales.

2. *Inconstancia*. Por no quedarse mucho tiempo las impresiones en el alma sanguínea de inmediato se siguen otras. Consecuencia de ello, es una gran

inconstancia, que todos los que tratan con sanguíneos han de tener en cuenta, si no quieren desengañarse bien pronto. El sanguíneo es inconstante en su disposición de ánimo; rápidamente pasa de la risa al lloriqueo y viceversa; es inconstante en sus opiniones: hoy defiende con tesón lo que impugnó hace una semana; es inconstante en sus resoluciones: al proponérsele un nuevo punto de vista abandona sin remordimientos todos sus planes y proyectos anteriores; esta inconstancia hace a veces sospechar que el sanguíneo no tiene carácter ni principios.

El sanguíneo niega esta inconstancia, puesto que aduce nuevas razones para cada uno de estos cambios. No se fija lo bastante en que es necesario deliberar de antemano todas sus acciones para no entregarse sin más ni más a cualquier impresión u opinión. También en sus trabajos y diversiones es inconstante, queriendo sobre todo la variedad; se asemeja a la abeja, que volando de flor en flor liba de todas ellas tan solo lo mejor; o a un niño, que bien pronto se cansa del nuevo juguete recibido en regalo de sus padres.

3. *Interés por las cosas exteriores.* El sanguíneo no se concentra de buena gana en su interior, sino que le gusta más fijar su atención en cosas exteriores, siendo en esto justamente lo contrario del melancólico, quien, con predilección penetra en su vida interior y en el mundo de sus pensamientos, sin advertir lo que pasa en su exterior.

Dicho gusto por las cosas exteriores se muestra en el interés que toma el sanguíneo por la hermosura de la ropa de la casa, por la forma elegante del trato con los demás. En él sobre todo son activos los 5 sentidos, al paso que el colérico trabaja más con el entendimiento, y el melancólico con los sentimientos. El sanguíneo todo lo tiene que ver y oír y de todo tiene que hablar. En él llaman mucho la atención la facilidad, vivacidad e infinidad de palabras, la cual muchas veces es para los demás una gravosa locuacidad. Por su viva acción sensitiva tiene mucho interés para las cosas pequeñas, cualidad favorable que más o menos falta al colérico y al melancólico.

4. *Serena concepción de la vida.* El sanguíneo lo considera todo bajo su aspecto más sereno. Como es optimista no conoce dificultades, sino que siempre confía en el buen éxito. Y si realmente le ha salido mal alguna cosa se consuela fácilmente y no se aflige por mucho tiempo, teniendo en cuenta este su gozo por la vida, se explica su peculiar inclinación de burlarse de los demás, tomarles el pelo y hacerles víctimas de sus bromas y malas jugadas; para lo cual supone el sanguíneo como cosa natural, que los demás aguanten sus chascos extravagantes y no puede menos que admirarse al ver que, por el contrario, se le enfadan por sus bromas y burlas poco agradables.



5. *Carencia de pasiones arraigadas.* Como se excitan tan fácilmente las pasiones del sanguíneo, no penetran en lo profundo de su alma; y se parecen a un fuego de paja que por un momento produce fuerte chisporroteo, y muy luego se hunde en sí mismo; mientras que las del colérico son semejantes a un incendio devorador. Esta carencia de afectos profundos le es de tanta mayor utilidad cuanto que casi siempre le priva de grandes tempestades internas, y le ayuda a servir a Dios con cierta hilaridad y sosiego, libre del apasionamiento del colérico y de la timidez y ansiedad del melancólico.

### III. Cualidades malas del sanguíneo.

1. *Vanidad y satisfacción de sí mismo.* La soberbia del sanguíneo no se manifiesta en un afán inmoderado de mandar o ergotista como en el colérico, ni en el miedo a las humillaciones, como en el melancólico, sino en cierta vanidad y complacencia de sí mismo. Experimenta una alegría casi pueril de sí mismo, de su exterior, de su vestido y sus trabajos; se mira de buena gana en el espejo o en el vidrio de puertas y ventanas. Al ser alabado se siente feliz, y es, por consiguiente, muy adicto a la adulación. Por medio de elogios y lisonjas fácilmente se deja inducir a las mayores necedades y aún a los más vergonzosos pecados.

2. *Inclinación a los galanteos, la envidia y los celos.* Como el sanguíneo se muestra tan susceptible a palabras halagadoras y tan poco concentrado en sí mismo, y dando por otra parte demasiada importancia a las cosas exteriores, se inclina fácilmente a las amistades particulares y a los amoríos. Pero su amor inconstante no le penetra hasta el fondo del alma.

El sanguíneo bien educado quisiera contentarse en sus galanteos con solo las ternuras y exteriores muestras de afecto; sin embargo, su ligereza y culpable transigencia le arrastran a graves extravíos, frutos, las más de las veces de su optimismo o sea de la opinión que tiene, de que el pecado no le podría acarrear funestas consecuencias. Una mujer sanguínea de mala vida, se entrega sin temor ni vergüenza al pecado; ni después de ello se inquieta mayormente por los remordimientos.

La vanidad y la inclinación a los amoríos llevan al sanguíneo a la *envidia*, a *los celos* y a todas aquellas descabelladas concepciones, miras estrechas y violaciones de la caridad, que la envidia y los celos traen consigo.

Por dejarse absorber fácilmente de las exterioridades y por su propensión a las amistades particulares, al sanguíneo le cuesta mucho ser imparcial y justo. Los superiores y educadores sanguíneos tienen a menudo un favorito,

a quien anteponen a los demás. El sanguíneo se siente impulsado a *lisonjear* a los que le agradan.

3. *Goce por la vida y afán de placeres.* El sanguíneo no ama la soledad sino que busca la compañía y conversaciones de los hombres; quiere disfrutar de la vida y en sus diversiones puede ser muy retozón, licencioso y frívolo.

4. *Miedo a las virtudes que exigen esfuerzos.* Todo lo que significa sacrificio para el cuerpo y los sentidos le parece difícil. Cosas penosas son para él el refrenar la vista y los oídos, el dominar la lengua y observar el silencio. Tampoco son de su agrado la abnegación del paladar y la abstención de manjares agradables; teme todo ejercicio de penitencia corporal. Solo un perfecto sanguíneo logra hacer penitencia de mucho años por sus pecados anteriores. El sanguíneo ordinario vive según el principio de que la absolución sacramental de la penitencia borra los pecados, y tiene, por tanto, como inútil y aún perjudicial el apesadumbrarse por las faltas pasadas

5. *Otras desventajas del temperamento sanguíneo.*

a) *Los juicios* del temperamento sanguíneo son con frecuencia falsos, ya porque no averigua más que la superficie de las cosas, ni ve las dificultades de las mismas, ya porque se muestra parcial en sus afectos de simpatía.

b) *Las empresas* del sanguíneo fracasan fácilmente, pues, confiando siempre en el buen éxito, no para mientes en las eventuales dificultades e impedimentos; otro motivo de sus fracasos lo hallamos en su inconstancia que bien pronto y por cualquier cosa le quita el interés. Prueba de ello es el hecho muy significativo de que muchos de los que quiebran en sus negocios o sufren grandes pérdidas de fortuna, son de índole sanguínea.

c) El sanguíneo es *inconstante en lo bueno*. Como se entrega de buen grado a la dirección de otros, se deja seducir con gran facilidad, cayendo en manos de hombres perversos y livianos. El sanguíneo se entusiasma rápidamente por lo bueno, pero bien pronto languidece su entusiasmo. Como San Pedro salta con valor de la navecilla queriendo caminar sobre las olas del lago, mas luego le sobreviene el temor de poderse sumergir; como San Pedro saca impetuosamente la espada en favor de su maestro para huir poco después; como San Pedro se junta con la mejor intención a los enemigos de Cristo y entre ellos muy luego le niega tres veces.

d) Por disipar siempre su corazón y ser enemigo de todo recogimiento y de cualquier reflexión profunda sobre sí propio y sobre su modo de obrar no alcanza un suficiente *conocimiento de sí mismo*.

e) *La vida de oración* del sanguíneo padece detrimento con estas tres dificultades: La primera, surge en las así llamadas oraciones *interiores*, en las cuales se requieren reflexiones más largas y tranquilas: es decir, en la meditación, la lectura espiritual y el examen particular. Luego la *distracción*, fácilmente provocada por la viveza de sus sentidos y la intranquilidad de su fantasía, le impide llegar a una concentración más profunda y duradera en Dios. Finalmente, da en sus oraciones excesiva importancia a los *sentimientos* y al consuelo sensible, lo cual, en tiempo de aridez le quita el gusto por la piedad.

#### IV. Cualidades buenas del sanguíneo.

1. *El sanguíneo tiene muchas cualidades por las cuales puede llevarse bien con sus semejantes y hacerseles simpático.*

a) *Bien pronto conocido* en todas partes es confiado y locuaz con todas las gentes y se comunica fácilmente con personas desconocidas.

b) *Es afable y alegre* en sus palabras y conducta y sabe entretener divertidamente a los que le rodean refiriendo interesantes narraciones, bromas y agudezas.

c) Es muy atento y *obsequioso*. No presta un beneficio con la frialdad del colérico, ni con corazón tan afectuoso, como el melancólico, sino que lo hace de una manera tan alegre y serena que con gusto se le acepta el favor.

d) Se muestra sensible y *compasivo* en las desgracias de su prójimo siempre dispuesto a ayudarle en su congoja con palabras serenas y alentadoras.

e) Posee el don especial de hacer notar los defectos del prójimo, sin que este se sienta herido, ni le cuesta mucho *dirigirle una reprensión*. Si a alguno se le han de comunicar cosas desagradables conviene preparar el terreno por intermedio de un sanguíneo.

f) Es verdad que, al ser *ofendido*, se enciende rápidamente y su ira prorrumpe a veces en expresiones ruidosas y casi indeliberadas; pero después de haberse desahogado, lo olvida todo, sin *guardar rencor* a nadie.

2. *El sanguíneo tiene muchas cualidades que le hacen simpático a sus superiores.*

a) El sanguíneo es dócil y *sumiso*; por lo cual, la virtud de la obediencia, que generalmente se tiene por difícil de guardar no le acarrea mayores dificultades.

b) Es *sincero* y sin mayor sacrificio sabe *desahogarse* ante los superiores respecto a sus dificultades, estado de ánimo y aún sus pecados vergonzosos.

c) Si es castigado no guarda rencores; pues *la obstinación le es desconocida*. Los súbditos sanguíneos no causan mayores dificultades al superior. No obstante tenga este cuidado con ellos; puesto que los tales pueden corresponderle con la adulación; lo cual pone en peligro la paz de la vida común. Ni tampoco muestre el superior mayor preferencia por un sanguíneo que por los coléricos y melancólicos, ni reprenda a estos últimos, por ser ellos tan reservados y por no poder expresarse ni desahogarse tan fácilmente.

#### **V. De lo que tiene que observar el sanguíneo en su auto-educación.**

1. El sanguíneo ha de aprender a *reflexionar mucho*, así en los asuntos espirituales como en los materiales. Con especial esmero cultivará los ejercicios de piedad que requieren reflexión, como son la meditación matutina, la lectura espiritual, el examen particular, la meditación en el rezo del Rosario y frecuentes actos de la presencia de Dios. *La disipación significa la ruina para el sanguíneo, al paso que el recogimiento y el cultivo de la vida interior son su salvación*. Al ocuparse en sus negocios deberá decirse siempre: No creas haber deliberado lo bastante el asunto - considera *todos* sus puntos y detalles - toma en cuenta las dificultades, que casualmente te sobrevinieren - no seas demasiado confiado, ni optimista.

2. *El sanguíneo ha de ejercitarse diariamente en la mortificación de los sentidos*, dominar la vista, los oídos y la lengua, endurecer su tacto, preservar su paladar de las golosinas, etc.

3. El sanguíneo deberá seguir las instrucciones de los buenos (no de los malos) y *aceptar* por lo tanto su ayuda y sus consejos en la dirección espiritual. Dice Schram (op. cit. p. 68): "Bien protegidos los sanguíneos llegarán a la santidad". Una fuerte muralla de amparo se la ofrecerá un horario bien regulado; y en la vida común la observancia de la regla de la casa o de la orden a que pertenece.

4. *La aridez de larga duración* es para el sanguíneo una prueba particularmente saludable porque en ella se purifica su malsana vida sentimental.

5. El sanguíneo debe perfeccionar además sus *buenas* cualidades, como la caridad al prójimo, la obediencia, la sinceridad, la alegría del alma; y estas buenas cualidades las ha de ennoblecer por medio de las intenciones sobrenaturales. Combatirá sin descanso aquellas faltas a las cuales se inclina más su naturaleza, es decir: la complacencia de sí mismo, la predilección por las amistades particulares, la sensualidad, los celos, la ligereza, superficialidad e inconstancia.

## **VI. Observaciones acerca de la educación y del trato con los sanguíneos.**

La educación y el trato con los sanguíneos es relativamente fácil. Se le tendrá reducido a estrecha vigilancia; se insistirá en que no deje sin acabar los trabajos comenzados. No se deberá dar demasiado crédito a sus palabras, propósitos y promesas; hay que fijarse además en el cuidado que puso en sus trabajos; nunca se le deberá tolerar una lisonja de su parte, ni anteponerle a los demás por su carácter atento. Por fin, téngase presente que el sanguíneo no guarda en sus adentros lo que se le haya dicho o lo que él haya observado en nosotros, sino que todo lo ha de comunicar a los demás. Por lo tanto, se deliberará bien todo antes de hacerlo confidente.

En la educación de un *niño sanguíneo* se tendrán en cuenta los puntos siguientes:

1. Conducirlo con severidad a la *abnegación de sí mismo*, y en particular, al perfecto dominio sobre sus sentidos, a la tenaz perseverancia en sus trabajos y a la observancia del buen orden.
2. Reducirlo a estrecha *vigilancia y dirección*; preservarlo cuidadosamente de las malas compañías (ya que con tanta facilidad se deja seducir).
3. No contrariarle ni quitarle su jovialidad; manteniéndole no obstante, en sus justos límites.



## CAPÍTULO IV

# EL TEMPERAMENTO MELANCÓLICO

### I. Esencia del temperamento melancólico.

El alma del melancólico se excita *débilmente* por influencias externas; y su reacción, si es que reacciona, es asimismo *débil*. Pero tal excitación, aunque siempre débil, permanece *largo tiempo* en el alma; y favorecida por nuevas impresiones, que se repiten en el mismo sentido, ahonda más y más hasta apoderarse y mover con violencia el alma, y no dejarse arrancar luego sin dificultad. Las impresiones en el alma del melancólico se parecen a un poste, que, a fuerza de martillazos, se va hundiendo en la dura tierra pero creciente tensión, fijándose con tanta firmeza, que no es fácil arrancarlo. Esta nota característica del melancólico merece especial atención, puesto que nos da la clave para llegar al conocimiento de muchas cosas que en la conducta del melancólico nos parecen inexplicables.

### II. Principales disposiciones de ánimo del melancólico.

#### 1. Propensión a la reflexión.

En su modo de razonar, el melancólico se detiene demasiado en todos los antecedentes hasta las causas últimas. Como se da de buena gana a la consideración de lo pasado, siempre vuelve a recordar los acontecimientos tiempo ha transcurridos. Su pensamiento tiende hacia lo profundo; no se queda en la superficie, sino que siguiendo las causas y la conexión de las cosas, indaga las leyes activas de la vida humana, los principios según los cuales ha de obrar el hombre; sus pensamientos, por fin, se extienden a un vasto campo, penetran en el porvenir y se elevan hasta lo eterno.



El melancólico posee un *corazón lleno de abundantes y tiernos afectos*, en el cual siente en cierto modo lo que piensa. Sus reflexiones van acompañadas de un misterioso anhelo. Al meditar sobre sus planes y particularmente sobre asuntos religiosos, se siente conmovido en su interior, y aun profundamente agitado. Pero apenas deja traslucir en su exterior estas oleadas de violenta emoción.

El melancólico sin formación incurre fácilmente en un cavilar y soñar despierto, porque no es capaz de resolver las múltiples dificultades que de todas partes le asedian.

## 2. *Amor a la soledad.*

A la larga, el melancólico no se siente bien en la compañía de los hombres. Prefiere el silencio y la soledad. Encerrándose en sí mismo, se aísla de lo que le rodea y emplea mal sus sentidos. En presencia de otros se distrae fácilmente y no escucha ni atiende, por ocuparse con sus propias ideas. A causa del mal uso que hace de sus sentidos no se fija en las personas, como si estuviera soñando, ni siquiera saluda a sus amigos en la calle. Semejante desatención y soñar a ojos abiertos le acarrearán mil contrariedades en sus tareas y vida cotidiana.

## 3. *Seria concepción de la vida e inclinación a la tristeza.*

El melancólico siempre considera las cosas en su aspecto más negro y adverso. En lo íntimo de su corazón se halla de continuo cierta suave melancolía, cierto "llorar interno"; lo cual no proviene, como afirman algunos, de una enfermedad o disposición morbosa, sino de un profundo y vivo impulso que el melancólico siente en sí hacia Dios y lo eterno, y al cual no puede corresponder, atado como está a la tierra por el peso y las cadenas de la materia. Viéndose ausente de su verdadera patria y teniéndose por peregrino en este mundo, siente nostalgia por la eternidad.

## 4. *Propensión a la quietud.*

El temperamento melancólico es un temperamento *pasivo*.

El melancólico no conoce el proceder acelerado, impulsivo y laborioso del colérico y del sanguíneo; es más bien lento, reflexivo y cauto; ni es fácil empujarlo a acciones rápidas; en una palabra, en el melancólico se nota una marcada inclinación a la quietud, a la pasividad. Desde este punto de vista, podrá explicarse también su miedo a los sufrimientos y su temor a los esfuerzos interiores y a la abnegación de sí mismo.

### III. Especiales particularidades del melancólico.

#### 1. *El melancólico es muy reservado.*

El melancólico difícilmente se acerca a personas extrañas, ni entra en conversación con desconocidos. Revela su interior con suma reserva, y las más de las veces solo a los que tiene más confianza; y entonces no halla la palabra conveniente para declarar la disposición de su alma, porque de hecho experimenta grande alivio pudiendo comunicar a un hombre que le entienda los tristes y sombríos pensamientos que pesan sobre su alma. Pero hasta llegar a tal coloquio ha de superar numerosas dificultades, y en el mismo discurso será tan torpe que, a pesar de su buena voluntad, no encontrará la calma. Tales experiencias le hacen todavía más reservado. Un educador ha de conocer y tener en cuenta esta nota característica del melancólico; de lo contrario, tratará a sus educandos melancólicos con gran injusticia. Por lo general, al melancólico le cuesta mucho el confesarse, no así al sanguíneo. El melancólico *quisiera* desahogarse por medio de un coloquio espiritual, pero *no puede*; el colérico *podiera* expresarse, pero *no quiere*.

#### 2. *El melancólico es irresoluto.*

Por sus demasiadas reflexiones, por su temor a las dificultades, por su miedo de que le salga mal el plan o el trabajo a emprender, el melancólico no acaba de resolverse. Difiere de buena gana la decisión de un asunto, el despacho de un negocio. Lo que pudiera hacer en el instante, lo reserva para mañana o pasado, para la semana siguiente; luego se olvida de ello, y así le sucede pasar meses enteros en lo que pudiera hacer en una hora. El melancólico nunca acaba con una cosa. Muchos necesitan largos años hasta poner en claro su vocación religiosa y tomar el hábito. El melancólico es el hombre de las oportunidades perdidas. Mientras los demás están ya al otro lado del foso, él se está pensando y reflexionando, sin atreverse a dar el salto. Descubriendo en sus cavilaciones varios caminos que conducen a la misma meta, y no pudiendo decidirse sin gran dificultad a un determinado camino, fácilmente concede la razón a los demás, ni persiste con terquedad en sus opiniones propias.

#### 3. *El melancólico se desanima.*

Al comenzar un trabajo, al ejecutar un encargo desagradable, al internarse en un terreno desacostumbrado, muestra el melancólico *desaliento* y *timidez*. Dispone de una firme voluntad, ni le falta talento y vigor, pero sí le faltan muy a menudo *valor* y *ánimo suficientes*. Por eso se dice con razón: "Al melancólico hay que tirarlo al agua para que aprenda a nadar". Si en sus

empresas se le atravesaran algunas dificultades, aunque de poca monta, *pierde el ánimo*, y quisiera dejarlo y abandonarlo todo, en vez de sobreponerse, de compensar y reparar los fracasos padecidos, redoblando sus esfuerzos.

#### 4. *El melancólico es lento y pesado.*

El melancólico es lento:

a) En su *pensar*: tiene que considerar todo con atención y examinarlo seriamente, hasta formarse un juicio discreto.

b) En su *modo de hablar* cuando se ve obligado a contestar *apuradamente*, o a hablar en un estado de perplejidad, o cuando teme que de sus palabras pudieran depender graves consecuencias, se intranquiliza, no encuentra la respuesta adecuada, la cual es a veces aun falsa e insuficiente. Su pesadumbre de espíritu es tal vez la causa por que el melancólico tropieza con frecuencia en sus palabras, deja sin acabar sus frases, emplea una mala sintaxis y anda en busca de la propiedad de expresión.

c) *En sus trabajos*: trabaja esmerada y sólidamente, pero solo, sin empujes, y con mucho tiempo. El mismo, sin embargo, no se cree lento en sus trabajos.

#### 5. *El orgullo del melancólico.*

Tiene su aspecto muy peculiar. El melancólico no aspira a honores; tiene, por el contrario, cierto miedo de mostrarse en público y de aceptar alabanzas. Teme mucho *los bochornos y las humillaciones*. Se retrae a menudo excitando de este modo las apariencias de modestia y humildad; pero en realidad, no es ella una prudente reserva, sino más bien cierto temor a la humillación. En los trabajos, las colocaciones y oficios cede la presidencia a otras personas menos aprovechadas y aun incapaces; sintiéndose, sin embargo, herido en su corazón por no habersele respetado y apreciado lo bastante sus talentos. El melancólico, si quiere realmente llegar a la perfección, ha de dirigir especialísima atención hacia este despecho, arraigado en lo más profundo de su corazón y fruto de la soberbia, como también hacia su sensibilidad y susceptibilidad a las más pequeñas humillaciones.

De lo hasta aquí dicho síguese que es muy difícil tratar con melancólicos; pues por sus particularidades no los apreciamos en su justo punto, ni los sabemos tratar con acierto. Al sentir esto el melancólico se vuelve aún más serio y solitario. El melancólico tiene pocos amigos, porque no son muchos los que le comprenden y los que gozan de su confianza.

#### IV. Cualidades buenas del melancólico.

##### 1. *El melancólico practica con facilidad y gusto la oración mental.*

La seria concepción de la vida, el amor a la soledad, la inclinación a reflexionar, le son al melancólico de todo punto provechosos para conseguir una gran intimidad en su vida de oración. El melancólico posee, por decirlo así, una natural disposición a la piedad. Contemplando las cosas terrenas, piensa en lo eterno; caminando en la tierra, el cielo le atrae. Muchos santos tuvieron un temperamento melancólico. Con todo, también el melancólico encuentra precisamente en su temperamento una dificultad para la oración. Porque, desanimándose en las adversidades y sufrimientos, le falta la confianza en Dios y así se distrae con sus negros pensamientos de pusilanimidad y tristeza.

##### 2. *En el trato con Dios, halla una profunda e indecible paz.*

Nadie mejor que el melancólico entiende la palabra de San Agustín: "Nos has creado para Ti, oh Dios e inquieto está nuestro corazón hasta que descansare en Ti". El corazón blando y lleno de afectos del melancólico siente en el trato con Dios una inmensa felicidad, la cual conserva también en sus sufrimientos caso de tener suficiente confianza en Dios y amor al Crucificado.

##### 3. *El melancólico es a menudo un gran bienhechor de la humanidad.*

El melancólico es para los demás un guía en el camino hacia Dios, un buen consejero en las dificultades, un superior prudente, benévolo y digno de confianza. Las necesidades de sus cohermanos le despiertan *extremada conmiseración*, junto con un gran deseo de ayudarles; y cuando la confianza en Dios le alienta y le apoya, sabe hacer grandes sacrificios en bien de su prójimo, quedándose él mismo firme e imperturbable en la lucha por sus ideales. Schubert en su "Ciencia del alma humana", dice respecto al natural melancólico: Esta ha sido la forma predominante del alma de los poetas y artistas más sublimes, de los pensadores más profundos, de los inventores y legisladores más geniales y sobre todo de aquellos espíritus, que abrieron a su siglo y a su pueblo el acceso a un mundo feliz y superior, al cual levantó él mismo su propia alma atraído por inextinguible nostalgia".

#### V. Cualidades malas del melancólico.

##### 1. *Los melancólicos incurren por sus pecados en terribles angustias.*

Penetrando más que otros en lo profundo del alma por el anhelo hacia Dios, el melancólico se resiente muy en particular del pecado. Más que nada le abate el pensamiento de estar separado de Dios por el *pecado mortal*. Y si alguna vez cae profundamente, no llega a levantarse sino con gran dificultad; ya que le cuesta mucho el confesarse por la humillación, a que se debe someter. El melancólico vive asimismo en constante peligro de recaer en el pecado; pues, de continuo cavilando sobre sus pecados pasados, le causan estos siempre nuevas y graves tentaciones; en las cuales de buen grado se deja llevar de sensiblerías y tristes sentimientos, que aumentan más la fuerza de la tentación. La obstinación en el pecado o la recaída en él le sumergen en una profunda y prolongada *tristeza* que poco a poco le va privando de la *confianza en Dios* y en *sí mismo*. Entonces es víctima de semejantes pensamientos: no tengo las fuerzas necesarias para levantarme; ni Dios me envía para ello su auxilio oportuno; Dios ya no me quiere, y, por el contrario, busca de condenarme. Este estado puede llegar a convertirse en *cansancio de la vida*. El melancólico quisiera morir; pero teme la muerte. Por fin su infeliz corazón se rebela contra Dios, haciéndole amargos reproches y sintiendo en sí la excitación del *odio y de la maledicencia contra su Creador*.

2. Los melancólicos sin confianza en Dios ni amor a la cruz son arrastrados en medio de sus sufrimientos a un excesivo desaliento, y pasividad y aún a la desesperación.

Si los melancólicos tienen confianza en Dios y amor a la cruz se acercarán a Dios y se santificarán precisamente por los padecimientos, como enfermedades, fracasos, calumnias, tratos injustos, etc. Pero si les faltaran estas dos virtudes, su causa andaré muy mal. Les sobrevendrán penas, tal vez muy insignificantes, y entonces se entristecerán deprimidos, enfadados y desazonados. No hablarán nada o muy poco y esto harto de mala gana y con cara hosca; huirán de la compañía de los hombres y llorarán de continuo. Muy pronto se les acabará el ánimo para seguir sus trabajos, perderán el gozo en su vida profesional encontrando su mayor complacencia en verlo todo negro. Su continua disposición de ánimo será: en las 24 horas del largo día no conozco más que dolores y penas. Este estado puede llegar a convertirse en formal melancolía y desesperación.

3. Los melancólicos que se abandonan a sus sentimientos de tristeza, incurrir en muchas faltas contra la caridad y llegan a ser gravosos para sus prójimos.

a) *El melancólico pierde fácilmente la confianza* a sus semejantes, en particular a sus superiores y al confesor; y esto solo por algunos defectos insignificantes

que en ellos descubre, o porque recibe de parte de los mismos algunas leves reprensiones.

b) Interiormente se *subleva e indigna con vehemencia* por cualquier *desorden e injusticia* que nota. *El motivo* de su indignación puede a menudo justificarse, pero no así el *grado* de su enojo; en eso va demasiado lejos.

c) Difícilmente podrá olvidar las ofensas; de las primeras hace al principio caso omiso; pero si llegaran a repetirse las desatenciones, penetrarán estas hasta lo más profundo de su alma, excitándole un dolor difícil de superar, y despertándole hondos sentimientos de desquite. Gota a gota y no de repente va infiltrándose en el melancólico el virus de la antipatía hacia aquellas personas, de las cuales tiene que sufrir mucho o en las cuales encuentre algo que criticar. Semejante aversión llega a ser tan vehemente, que apenas se digna mirar a las tales personas, o dirigirles la palabra, llenándole al fin de disgusto y nerviosidad su solo recuerdo. De ordinario no se desvanece esta antipatía, sino cuando el melancólico está separado y lejos de tal o cual persona, y entonces solo después de transcurridos meses y aún años enteros.

d) El melancólico es muy *desconfiado*.

Raras veces confía en un hombre, temiendo siempre que no se busque su bien. De este modo tiene a menudo y sin motivo alguno duras e injustas sospechas de su prójimo; se imagina en él malas intenciones y tiene miedo a peligros que no existen.

e) *Lo ve todo negro*: Al melancólico le gusta lamentarse en sus conversaciones, llamar siempre la atención sobre el lado serio, quejarse luego con regularidad de la malicia de los hombres, de los tiempos aciagos que corren y de la decadencia de las buenas costumbres. Su estribillo es: Vamos de mal en peor. También en las adversidades, los fracasos y ofensas considera y juzga las cosas peores de lo que son en realidad. Como consecuencia síguese a veces una exagerada tristeza, un grande e infundado enojo hacia los demás, cavilaciones varias sobre injusticias reales o sospechadas; todo lo cual dura días y semanas.

Los melancólicos que se abandonan a esta inclinación de ver en todo lo obscuro y tétrico llegarán a ser *pesimistas* es decir hombres que en todas partes esperan el mal éxito; *hipocondríacos*, esto es hombres que en pequeños padecimientos corporales se lamentan continuamente temiendo siempre enfermedades peligrosas; *misántropos*, hombres, que, adoleciendo de esquividad y odio al hombre, manifiestan aversión al trato humano.



f) Una dificultad particular tiene el melancólico en la corrección y reprensión de los demás. Como ya se ha dicho, el melancólico se indigna sobremanera al notar desórdenes e injusticias y se siente obligado a intervenir contra estos trastornos, aunque muchas veces no tenga ni *ánimo* ni *habilidad* para tales reconvenciones. Antes de dirigir la reprensión medita detenidamente el modo del proceso y las palabras que ha de emplear; pero en el momento en que tiene que hablar, le quedan las palabras en la garganta o da la reconvención tan cautamente, con tanta ternura y reserva que apenas merece el nombre de reprimenda. En toda su conducta se nota cuán difícil le es castigar a otros. Y cuando el melancólico quiere dominar esta su timidez, incurre fácilmente en el extremo contrario de dirigir la reconvención con enojo y nerviosidad o prorrumper en palabras demasiado severas; no alcanzando de esta suerte ningún fruto verdadero. Esta dificultad es la cruz pesada de los *superiores* melancólicos. No saben encauzar a nadie y acumulan por eso mucho enojo y dejan echar raíces a muchos desórdenes, aunque su conciencia les amoneste a oponerse a estos trastornos. Asimismo tienen con frecuencia los educadores melancólicos la gran debilidad de callar demasiado ante las faltas de sus subalternos y al reprenderlos luego, lo hacen grosera y ruidosamente, y, en vez de animar a los educandos, los desaniman y paralizan en su formación.

## VI. ¿Cómo debe educarse a sí mismo el melancólico?

1. El melancólico tiene que fomentar en sí *grande confianza en Dios y amor a los sufrimientos*. De esto dependerá todo. La confianza y el amor a la cruz son los dos pilares, con los cuales se mantendrá en pie con tal firmeza que ni en las pruebas más graves ha de sucumbir a los lados flacos de su temperamento. La desgracia del melancólico está en que no lleva su cruz; siendo su salvación el aceptarla con gusto y alegría (no a la fuerza). Por lo cual, el melancólico debe tener mucho ante la consideración la divina Providencia, la bondad del Padre celestial, que envía las penas para nuestro bien, y abrigar asimismo una tierna devoción a la Pasión de Cristo y a la Madre dolorosa.

2. Si le sobrevienen afectos de antipatía o simpatía, de desaliento, desconfianza, abatimiento, ha de resistir desde el principio, a fin de que estas malas impresiones no penetren demasiado en su alma.

3. Al sentirse triste debe decirse siempre el melancólico: *No está tan mal como te lo imaginas; ves las cosas demasiado negras*.

4. El melancólico debe estar siempre *bien ocupado*; para no dar tiempo a las cavilaciones. El trabajo asiduo lo supera todo.

5. El melancólico cultivará las buenas cualidades de su temperamento, en particular la inclinación a la vida interior y la compasión por las desgracias de los hombres; pero al mismo tiempo combatirá constantemente sus particularidades y lados flacos, indicados más arriba.

6. Santa Teresa, en un capítulo especial sobre el tratamiento de melancólicos mal dispuestos dice: "Con muy poca atención se podrá ver que se inclinan de un modo particular a imponer su voluntad, a proferir todo lo que les viene a la mente, a detener la consideración en las faltas de otros, para ocultar las propias, y a buscar su satisfacción y su paz en su propio capricho". Santa Teresa señala aquí dos puntos en los cuales debe fijarse particularmente el melancólico en su autoeducación. Con mucha frecuencia está el melancólico tan excitado, tan lleno de amarguras y congojas, porque sus pensamientos no se ocupan sino en las faltas de los demás y porque todo lo quisiera según su voluntad y gusto. El melancólico puede caer en el mal humor y desaliento, cuando las cosas no marchan aún en las más mínimas pequeñeces, como él quisiera. Por lo cual pregúntese el melancólico siempre que se vea invadido de la tristeza: ¿No te has detenido nuevamente y en demasía en las faltas de tu prójimo? Deja hacer a los demás lo que quieran. ¿O no resultó tal vez tal o cual cosa según tu deseo y voluntad? Convéncete de una vez por todas de la verdad de las palabras de la Imitación de Cristo: ¿Por qué te turbas si no te sucede lo que quieres y deseas? ¿Quién es el que tiene todas las cosas a medida de su voluntad? Por cierto, ni yo, ni tu, ni hombre alguno sobre la tierra. Ningún hombre hay en el mundo sin tribulación o angustia, aunque sea rey o Papa. Pues ¿quién es el que está mejor? Ciertamente, el que puede padecer algo por Dios. (Im. I, 22).

## VII. De lo que hay que observar en el tratamiento y educación de un melancólico.

a) Hay que tratar de *comprender* al melancólico. Los melancólicos presentan muchos enigmas en su conducta para aquel que no conoce las propiedades del temperamento melancólico. Por consiguiente hay que estudiarlo y a la vez esforzarse por averiguar en qué forma se caracteriza en la persona interesada. Sin esos conocimientos se cometerán graves faltas en el trato con melancólicos.

b) Trátese de ganar la *confianza* del melancólico. Lo cual no es fácil, por cierto, y solo se logra dándole en *todo* buen ejemplo y buscando sinceramente su bien. Como se abre al brillo del sol un brote cerrado, así se abre el alma melancólica, cuando la alumbran los rayos solares de la bondad y de la caridad.

c) *Alentar siempre al melancólico.*

Repreensiones ásperas, brusquedad de trato y dureza de corazón le abaten y paralizan las fuerzas. Palabras atentas y alentadoras, paciencia sufrida y constante le dan ánimo y fortaleza. El melancólico se muestra muy agradecido por tal amabilidad.

d) Se debe exhortar al melancólico al trabajo; pero sin aplastarlo por eso.

e) Como toman todo demasiado a pecho y trabajan mucho con sus sentimientos y corazón, están los melancólicos muy expuestos al peligro de debilitar sus nervios, por lo cual debe preocuparse que súbditos melancólicos no agoten completamente las fuerzas de sus nervios; pues gastados estos caerán en un estado lamentable de postración, y no se aliviarán sino con grandes dificultades.

2. También en la educación del *niño melancólico* hay que fijarse de tratarlo con afabilidad, de animarlo e impulsarlo al trabajo. Acostúmbresele además, a expresarse bien en sus conversaciones, a emplear bien sus sentidos y a cultivar la piedad. Es digno de especial atención el castigo del niño melancólico; pues los desaciertos tienen sobre todo en este punto funestas consecuencias, haciéndolo sobremanera terco y reservado. Por eso castíguesele con gran prudencia y bondad, evitando lo más posible las apariencias de injusticia.



## CAPÍTULO V

# EL TEMPERAMENTO FLEMÁTICO

### I. Esencia del temperamento flemático.

Las varias impresiones provocan tan solo una excitación débil en el alma del flemático, si es que en algún modo la afectan. La reacción es asimismo débil, si no llega a faltar por completo. Las impresiones desaparecen pronto.

#### 2. Disposiciones fundamentales de ánimo del flemático.

- a) El flemático no se interesa mayormente por lo que pasa fuera de él.
- b) Muestra pocas ganas por el trabajo; da, sin embargo, gran preferencia al descanso. Todo anda y se desenvuelve en él muy quedo.

#### 3. Cualidades buenas.

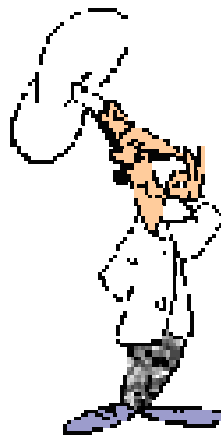
- a) El flemático trabaja despacio, pero asiduamente, con tal que no tenga que pensar mucho en su trabajo.
- b) No se irrita fácilmente ni por insultos, fracasos o dolencias. Permanece tranquilo, cachazudo, discreto y tiene un juicio práctico y sobrio.
- c) No conoce mayores pasiones, ni grandes exigencias por la vida.

#### 4. Cualidades malas:

- a) Es muy propenso a descansar, al comer y beber, siendo además perezoso (lerdo) y negligente en el cumplimiento de sus obligaciones.

b) No tiene energía, ni se propone un elevado ideal, siquiera sea en su devoción.

5. Es sumamente difícil educar a *niños flemáticos*; pues se dejan conmover poco por sensaciones exteriores y por naturaleza ya se inclinan a la pasividad. Es menester explicarles todo, hasta en sus detalles; repitiéndoselo mil veces, para que al menos comprendan algo; hay que acostumbrarlos además con gran paciencia y cariño, a una vida bien ordenada. La aplicación del castigo corporal, trae consigo menos peligro y aporta mayores frutos en la educación de niños flemáticos, que en la de otros, sobre todo coléricos y melancólicos.



## CAPÍTULO VI

# TEMPERAMENTOS MIXTOS

La mayor parte de los hombres tienen un temperamento mixto. Predomina en los tales un temperamento principal (el colérico p.e.), cuyas disposiciones fundamentales, sin embargo, cuyas cualidades buenas y malas se atenúan o acentúan bajo el influjo de otro temperamento. Por lo general vale más tener un temperamento mixto que puro; pues la mezcla suaviza la estrecha y vigorosa índole del predominante. Para facilitar el conocimiento del propio temperamento bueno será tratar brevemente las mezclas siguientes:

### 1. *El temperamento colérico - sanguíneo.*

En él la excitación es instantánea, como asimismo la reacción; la impresión, en cambio, no es tan duradera como en el temperamento netamente colérico. La soberbia de este se mezcla con vanidad, su ira y

terquedad se templan y moderan, su corazón se ablanda. Resulta, por tanto, una mezcla muy feliz.

2. *El temperamento sanguíneo - colérico.*

Se parece al colérico - sanguíneo; con la sola diferencia de que aquí los distintivos del sanguíneo pasan a primer plano y los del colérico al segundo. La excitación y la reacción se siguen inmediatamente y con vehemencia, mientras que la impresión no se pierde tan pronto como en el temperamento puramente sanguíneo, si bien no va tan a fondo como en el colérico puro. Los defectos del sanguíneo, como su ligereza, superficialidad, distracción y locuacidad, están mejorados por la seriedad y firmeza del temperamento colérico.

3. *El temperamento colérico - melancólico y el melancólico - colérico.*

Aquí entran en unión dos temperamentos serios y apasionados: el orgullo, la terquedad y la ira del colérico con el carácter gruñón, rudo y taciturno del melancólico. El hombre provisto de semejante mezcla de temperamentos necesita mucho dominio sobre sí mismo, a fin de alcanzar la paz del alma y de no ser cargoso a los que viven y trabajan con él.

4. *El temperamento melancólico - sanguíneo.*

Se caracteriza por una débil susceptibilidad de impresiones, por una reacción igualmente débil y una impresión no tan duradera como en el temperamento melancólico. El temperamento sanguíneo comunica al melancólico algo de su movilidad, alegría y serenidad. Los melancólicos con un colorido sanguíneo son aquellas buenas gentes y almas de Dios incapaces de ofender a nadie y siempre emocionadas; las cuales, por otra parte, pecan por falta de fuerza y energía. Parecido es el temperamento sanguíneo - melancólico; solo que en esta mezcla resalta más la superficialidad y la inconstancia del sanguíneo.

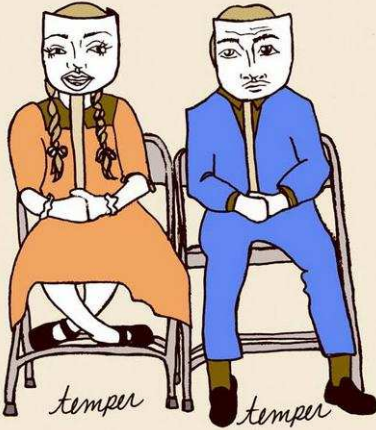
5. *El temperamento melancólico - flemático.*

Hombres de tal índole se prestan mejor para la vida común que los puramente melancólicos. Les falta lo gruñón, hosco y cavilador del melancólico, lo cual se reemplaza por el sosiego y la insensibilidad del flemático. Estas personas no se escandalizan tan fácilmente, saben soportar insultos y en sus trabajos saben mantenerse tranquilas y constantes.



# ¿Cuál es tu temperamento dominante?

*five o'clock people*



**Al realizar este TEST toma en cuenta que** existen diversos trasfondos que afectan el resultado del test, la educación recibida en la infancia, las personas cambian con los años. El coeficiente de inteligencia y la preparación académica influyen en las potencialidades temperamentales del individuo. Así como la capacidad que tiene el individuo de verse así mismo, por ejemplo, si sus percepciones así si misma son coherentes y reales, tiene por confiable un resultado mas viable en las cuentas finales del total de puntos en su prueba. También cuenta mucho las prácticas o hábitos religiosos. Si la persona que hace el test se miente o se desconoce así misma los resultados son poco viables y certeros. La salud y el metabolismo del individuo influyen notablemente en su comportamiento.

Con frecuencia están representados tres temperamentos en un mismo individuo. Solo mediante test y pruebas detalladas puede hacerse un diagnóstico preciso de las cargas temperamentales.

Si miras bien, no es fácil hacer el test... o no se debe tomar a la ligera.

**Tendrás que ser muy sincero en las respuestas**, además si deseas saber tu temperamento básico, tendrás que buscar en las emociones de tu mente y específicamente en momentos punta de tu comportamiento.

Los resultados podrían variar, entendiendo que ser de un temperamento equivale a un resultado del 100% en el total de respuestas. O bien es mas posible sacar el **60%** de uno temperamento y **40%** de otro. Incluso son posibles porcentajes aun mas variados de hasta tres temperamentos.

**Instrucciones:** En cada una de las siguientes líneas de cuatro palabras, coloque una "X" delante de la palabra que más se aplica a usted **marcando una sola opción de las cuatro por cada línea.** Continúe hasta terminar las cuarenta líneas. Si no sabes el significado de alguna palabra, consulte un diccionario o pregunta antes de contestar.

## Fortalezas

1	<input type="checkbox"/> Animado	<input type="checkbox"/> Aventurero	<input type="checkbox"/> Analítico	<input type="checkbox"/> Adaptable
2	<input type="checkbox"/> Juguetón	<input type="checkbox"/> Persuasivo	<input type="checkbox"/> Persistente	<input type="checkbox"/> Plácido
3	<input type="checkbox"/> Sociable	<input type="checkbox"/> Decidido	<input type="checkbox"/> Abnegado	<input type="checkbox"/> Sumiso
4	<input type="checkbox"/> Convincente	<input type="checkbox"/> Controlado	<input type="checkbox"/> Competitivo	<input type="checkbox"/> Considerado
5	<input type="checkbox"/> Entusiasta	<input type="checkbox"/> Inventivo	<input type="checkbox"/> Respetuoso	<input type="checkbox"/> Reservado
6	<input type="checkbox"/> Enérgico	<input type="checkbox"/> Autosuficiente	<input type="checkbox"/> Sensible	<input type="checkbox"/> Contento
7	<input type="checkbox"/> Activista	<input type="checkbox"/> Positivo	<input type="checkbox"/> Planificador	<input type="checkbox"/> Paciente
8	<input type="checkbox"/> Espontáneo	<input type="checkbox"/> Seguro	<input type="checkbox"/> Puntual	<input type="checkbox"/> Tímido
9	<input type="checkbox"/> Optimista	<input type="checkbox"/> Abierto	<input type="checkbox"/> Ordenado	<input type="checkbox"/> Atento
10	<input type="checkbox"/> Humorístico	<input type="checkbox"/> Dominante	<input type="checkbox"/> Fiel	<input type="checkbox"/> Amigable
11	<input type="checkbox"/> Encantador	<input type="checkbox"/> Osado	<input type="checkbox"/> Detallista	<input type="checkbox"/> Diplomático
12	<input type="checkbox"/> Alegre	<input type="checkbox"/> Constante	<input type="checkbox"/> Culto	<input type="checkbox"/> Confiado

13	___ Inspirador	___ Independiente	___ Idealista	___ Inofensivo
14	___ Cálido	___ Decisivo	___ Humor Seco	___ Introspectivo
15	___ Cordial	___ Instigador	___ Considerado	___ Conciliador
16	___ Platicador	___ Tenaz	___ Considerado	___ Tolerante
17	___ Vivaz	___ Líder	___ Leal	___ Escucha
18	___ Listo	___ Jefe	___ Organizado	___ Contento
19	___ Popular	___ Productivo	___ Perfeccionista	___ Permisivo
20	___ Jovial	___ Atrevido	___ Se comporta bien	___ Equilibrado

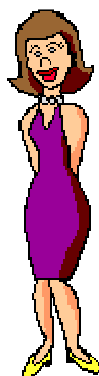
### Debilidades

21	___ Estridente	___ Mandón	___ Apocado	___ Soso
22	___ Indisciplinado	___ Antipático	___ Sin entusiasmo	___ Implacable
23	___ Repetidor	___ Reticente	___ Resentido	___ Resistente
24	___ Olvidadizo	___ Franco	___ Exigente	___ Temeroso
25	___ Interrumpe	___ Impaciente	___ Inseguro	___ Indeciso
26	___ Imprevisible	___ Frío	___ No compromete	___ Impopular
27	___ Descuidado	___ Terco	___ Difícil de contentar	___ Vacilante
28	___ Tolerante	___ Orgullosa	___ Pesimista	___ Insípido
29	___ Iracundo	___ Argumentador	___ Sin motivación	___ Taciturno
30	___ Ingenuo	___ Nervioso	___ Negativo	___ Desprendido
31	___ Egocéntrico	___ Adicto al trabajo	___ Abstraído	___ Ansioso
32	___ Hablador	___ Indiscreto	___ Susceptible	___ Tímido
33	___ Desorganizado	___ Dominante	___ Deprimido	___ Dudoso
34	___ Inconsistente	___ Intolerante	___ Introvertido	___ Indiferente
35	___ Desordenado	___ Manipulador	___ Moroso	___ Quejumbroso
36	___ Ostentoso	___ Testarudo	___ Escéptico	___ Lento
37	___ Emocional	___ Prepotente	___ Solitario	___ Perezoso
38	___ Atolondrado	___ Malgeniado	___ Suspicaaz	___ Sin ambición
39	___ Inquieto	___ Precipitado	___ Vengativo	___ Poca Voluntad
40	___ Variable	___ Crítico	___ Comprometido	___ Astuto

R:	SANGUÍNEO	COLÉRICO	MELANCOLICO	FLEMATICO
<b>Respuestas: Para ver los resultados súma por columna... Cada "x" vale 1 punto. Suma como se indica abajo.</b>				
1-19				
20-40				
Total				
Por cientos	%	%	%	%

Habiendo realizado el TEST checa la hoja que corresponda a tu temperamento y verifica si se acerca al resultado evaluado por tí mismo... Después de eso, checa también las combinaciones... El mayor porcentaje en tu resultado es tu temperamento mayor, y el que le sigue define tu combinación en ese orden...

**NOTA FINAL:** En lo que va de mi experiencia al realizar este taller y aplicando el test... ninguna persona a sido 100% de algún temperamento... De hecho nadie a sido 60%/40% (que seria lo mas ideal) Eso me dice dos cosas: 1 que hicieron mal su TEST o 2 que en su resultado afloro una personalidad o carácter y no necesariamente su temperamento. Esto no es muy alentador para mí, de todas las personas que conozco y han hecho el test, el 70% fue influenciado (a) por un resultado errónea, adoptando actitudes temperamentales muy definidas en base al temperamento que les agrado, o confiaron 100% en el test que realizaron (aunque fuera todo un error)



## Los temperamentos: fortalezas y debilidades

### Los sanguíneos

**Los y las SANGUÍNEO** Vive en las nubes / Personalidad atractiva / Cuentista / El alma de la fiesta / Memoria para lo llamativo / No sueltan a su audiencia / Ingenuo e inocente / Voluntariosos / No comprometido / Creativo / Extrovertido / Platicador / Optimista / Impulsivo / Sin Inhibiciones / Franco / Egoísta / Busca lo suyo / Jactancioso / Débil en Carácter.

"Analizando la Biblia, y si lees el libro de Hechos, encontraras a un sanguíneo como ninguno...  
el apóstol **PEDRO**, pero que su actitud y liderazgo fueron transformados por el espíritu santo,  
en especial después del Pentecostés."

<b>Emociones:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Personalidad atractiva / Conversador – Anecdota / El alma de la fiesta / Buen sentido del Humor / Ojo para los Colores / Toca a la gente cuando habla / Entusiasta y demostrativo / Alegre / Curiosos / Buen Actor / Vive por el momento / Carácter Variable / En el Fondo es Sincero / El eterno Niño</p> <p><b>Debilidades</b> Hablador Compulsivo / Exagerado / Se entretiene en Trivialidades / No recuerda nombres / Asusta a otros / Demasiado feliz para otros / Enérgico / Egoísta / Jactancioso y quejumbrosos / Ingenuo se deja engañar / Se ríe y habla en voz alta / controlado por las circunstancias / se pone bravo fácilmente / Para algunos parece insincero / Nunca madura.</p>
<b>Trabajo:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Ofrecido / Planea / Creativo / Tiene Energía, Entusiasmo / Causa buena impresión / Inspira / Convince.</p> <p><b>Debilidades</b> Prefiere hablar / Olvida sus obligaciones / No persiste / Su confianza se desvanece rápidamente / Indisciplinado / Sus prioridades están fuera de orden / Apresura decisiones / Se distrae / Malgasta tiempo charlando</p>
<b>Amistades:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Hace amigos fácilmente / Es Gente / Le gustan los cumplidos / No Guarda rencor / Asediado Se disculpa rápidamente / Anima / Le gustan las actividades espontáneas.</p> <p><b>Debilidades</b> Odia estar solo / Necesita ser el centro / Quiere ser popular / Busca el crédito por sus decisiones / Domina la conversación / Interrumpe y no escucha / Contesta por otros / Olvidadizo / Siempre encuentra excusas / Repite sus historias</p>

**Frase:** Demasiado nunca es suficiente

**Deseo:** Hagámoslo Divertido, sin mucho compromiso

**Necesidad:** Sentir que se le escucha

**Color:** (colores llamativos) Rojo, Naranja, Amarillo, Verde

**Carro:** (vistosos)

**Depresión:** Se aparta y se desorganiza

**Habla:** Escucha pero no pone real atención. Te mira, dice algo y luego ríe

**Pareja:** Sensibles y Organizados

**Mascota:** Los cachorritos (pero luego los abandona)

**Trabajos:** Pastores / Recepcionistas / Anfitriones / Maestros de Ceremonia / Presidente del Club

**Personajes:** El Rey David / Piter Pan / El Apóstol Pedro.

**La gran capacidad del sanguíneo para charlar animadamente sea en un supermercado o en un palacio es una ventaja que muchos quisieran tener; sin embargo, llevada a un extremo resulta en un sanguíneo que habla constantemente, monopoliza la conversación e interrumpe a otros.  
No Persisten y son personas que se consideran sin faltas.**

Problemas	Soluciones
Hablan demasiado	Hablar la mitad de lo que se hablaba antes Este atento para descubrir síntomas de aburrimiento Condense sus comentarios Deje de exagerar
Son egocéntricos	Sea sensible a los intereses de otras personas Aprenda a escuchar
Memorias indisciplinadas	Ponga atención a los nombres de las personas Anote No olvide a los amigos o familiares dejándolos plantados
Amigos veleidosos y olvidadizos	(amigos de los buenos tiempos) –Lea “El factor de la amistad” Coloque las necesidades de otros primero
Interrumpen y contestan por otros	No piense que usted debe decir algo tan pronto se presente un silencio en la conversación
Desorganizado e inmaduro	Organice su vida

## Los coléricos

**Los y las COLERICO:** Líder / Dinámico / Cumplidor / Rápido / Confianza en si mismo / Voluntad de hierro / Dominante / Determinado / Consigna / Mandón / Autoritario / Buena memoria / Jefe / Reorganiza / Decisivo / Sabe dirigir / Orientado a metas / Cruel / De voluntad recia / Hostil / Autosuficiente / Dinámico / Practico / Polemista /

*"Analizando la Biblia, y si lees las numerosas cartas del nuevo testamento, te admiraras de lo mucho que el Espíritu Santo ungió a **Pablo**... Siendo antes de nombre Saulo llego al milagro de la conversión y consecuentemente a su increíble trasformación, siendo un digno ejemplo de cambio. "*

<b>Emociones:</b>	<b>Fortalezas</b> Líder nato / Dinámico y activo / Una necesidad compulsiva para el cambio / Actúa con rapidez / Quiere corregir las injusticias / Impasible / No se desanima fácilmente / Independiente y Autosuficiente / Confiado en sí mismo / Puede manejar cualquier proyecto.
	<b>Debilidades</b>

	Mandón / Impaciente / Temperamental / Tenso / Demasiado impetuoso / Se deleita en la controversia / No se rinde a pesar de perder / Inflexible / Le disgustan las lagrimas y las emociones / No muestra simpatía hacia los demás.
<b>Trabajo:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Se propone metas / Organiza bien / Busca soluciones practicas / Actúa con rapidez / Delega el trabajo / Exige productividad / Cumple lo propuesto / Estimula actividad / Le interesa poco la oposición</p> <p><b>Debilidades</b> Intolerante ante los errores / No analiza los detalles / Las trivialidades le aburren / Puede tomar decisiones temerarias / Puede ser rudo y sin tacto / Manipula a las personas / El fin justifica los medios / El trabajo puede ser su dios / Demanda lealtad de parte de sus subordinados.</p>
<b>Amistades:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Poco amigable / Organiza el trabajo en grupo / Dispuesto a liderar / Casi siempre tiene razón / Se destaca en emergencias.</p> <p><b>Debilidades</b> Tiende a usar las personas / Domina a los demás / Decide por otros / Sabe todo / Todo lo puede hacer mejor / Demasiado independiente / Posesivo con los amigos y compañeros / No puede decir "Lo siento" / Puede estar en lo correcto y ser impopular.</p>

**Frase:** ¡Hagámoslo como yo digo, AHORA!

**Deseo:** Mandar

**Necesita:** Tener el control

**Color:** (colores plastas y oscuros) Negro, Azul fuerte, Verde.

**Carro:** (grandes, potentes o funcionales) Camionetas

**Depresión:** Con la gente y con el trabajo

**Habla:** Mira directo a los ojos y te dice "ve al punto"

**Pareja:** Sumisa y organizada

**Trabajos:** Deportistas / Jefes / Políticos

**Personaje:** Pablo (Simon) / Margaret Tacher

**Mascota:** (Fuentes y peligrosos) tarántulas, víboras, caballos, perros grandes.

**El talento del colérico para dar liderazgo incisivo se necesita desesperadamente en cada área de la vida; sin embargo, llevado a un extremo, el colérico se vuelve mandón, autoritario y manipulativo.**

Problemas	Soluciones
<b>Trabajadores Compulsivos</b>	Aprenda a relajarse -Lea el libro "cuando descanso me siento culpable" Deje de presionar a los demás Planee actividades de esparcimiento
<b>Necesidad de tener todo bajo control</b>	Obedezca al liderazgo de otro No desprecie a las personas que le parecen torpes Deje de manipular
<b>No saben como tratar a las demás</b>	Paciencia y más paciencia



<b>personas</b>	Guarde su consejo hasta que se lo pidan Bájele el tono a medida que se acerca a los demás
<b>Tienen la razón, pero son impopulares</b>	Deje que otros también tengan la razón Aprenda a disculparse Admita que tiene algunas faltas

## Los melancólicos

### Los y las MELANCOLICOS

Introvertido / Pensador / Pesimista / Intenso / Serio / Intelectual / Organizado /  
Detallista / Perfeccionista / Idealista / Determinado / Detallista / Talentoso /  
Abnegado / Desestimado /

*"No hay mejor ejemplo que el de **Moisés** para describir un Melancólico transformado por la poderosa voluntad de Dios. Sin duda un temperamento así al servicio incondicional d Dios es Barro que se moldea lenta y seguramente para su propia autoestima y la de los demás. "*

<b>Emociones:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Profundo y Pensador / Analítico / Serio y Determinado / Propenso a ser un Genio / Talentoso y creativo / Filósofo y Poeta / Aprecia todo lo bello / Sensible a otros / Abnegado / Meticulosos / Idealista.</p> <p><b>Debilidades</b> Recuerda lo negativo / Amanerado y Deprimido / Le agrada que lo hieran / Falsa Humildad / Vive en otro mundo / Tiene mala imagen de sí mismo / Escucha lo que le conviene / Se concentra en sí mismo / Demasiado Introspectivo / Tiene sentimientos de culpabilidad / Sufre complejo de persecución / Tiende a ser Hipocondríaco.</p>
<b>Trabajo:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Prefiere seguir un horario / Perfeccionista / Detallista / Persistente y Concienzudo / Ordenado / Económico / Anticipa problemas potenciales / Descubre soluciones creativas / Necesita terminar lo que empieza / Le encantan las gráficas, mapas, listas, etc.</p> <p><b>Debilidades</b> No se orienta hacia las personas / Se deprime ante las imperfecciones / Escoge trabajos difíciles / Vacila al empezar proyectos nuevos / Emplea demasiado tiempo planeando / Prefiere analizar antes que trabajar / Se auto-desaprueba / Difícil de complacer / Estándares demasiado altos / Siente una gran necesidad de aprobación</p>
<b>Amistades:</b>	<p><b>Fortalezas</b> Escoge sus amigos cuidadosamente / Prefiere quedar entre bastidores /</p>

	Evita llamar la atención a sí mismo / Fiel y Leal / Atento a las quejas / Soluciona problemas ajenos / Se interesa por los demás / Se conmueve fácilmente / Busca la pareja ideal.  <b>Debilidades</b> Vive a través de otros / Socialmente inseguro / Retraído y Remoto / Critica a otros / Rechaza muestras de afecto / Le disgusta los que se le oponen / Sospecha de las personas / Antagonista y Vengativo / No perdona / Lleno de contradicciones / Recibe los cumplidos con escepticismo.
--	--

**Frase:** Si vale la pena hacerlo, vale la pena hacerlo bien

**Deseo:** Háganlo todo bien, perfecto

**Necesidad:** Sentir que se le entiende tal cual

**Color:** (colores diferentes) pasteles, amarillo.

**Carro:** (funcional)

**Habla:** Pone especial atención a los detalles y los relaciona inmediatamente a su persona

**Pareja:** Que busca los retos y que lo impulse

**Mascota:** Peces

**Trabajos:** Artistas / Gerentes

**Personajes:** Moisés / Maria Calas

**La manera analítica y profunda de pensar del melancólico, característica de un genio, es muy respetado por las personas de mentes menos profundas; sin embargo, llevada a un extremo, el melancólico se convierte en una persona deprimida.**

Problemas	Soluciones
Se deprime fácilmente	Debe darse cuenta que a nadie le gustan las personas melancólicas, es el quien controla a los demás con su carácter caprichoso. No busque problemas No se sienta herido fácilmente Busque el lado positivo de las situaciones -Lea el libro "Aleje las nubes negras"
Tienen una mala imagen de si mismos	Busque las fuentes de sus inseguridades Este alerta para descubrir la evidencia de una "falsa humildad"
Tienden a Aplazar	Escoja las cosas correctas antes de comenzar No gaste mucho tiempo planeando
Demandan cosas poco realistas de los demás	Baje sus estándares Este agradecido que usted entiende su temperamento

## Los flemáticos

### Los y las FLEMÁTICO

Pacificador / Estable / Paciente / Escucha / Reconcilia / Compasivo / Habilidad / no se impresiona / Adaptable / Diplomáticos / Moderador / Despreocupado /

Sereno / Tranquilo / Dueño de si mismo /  
 En paz con la Vida / Administrador / Cauteloso / Pacífico / Confiable / Quieto /  
 Temeroso /  
 Conservador / Ingenioso / Indeciso.

**Abraham** es bien conocido por la Fe que llevo a expresar en su forma máxima  
 (génesis 22)

*Pero este alto nivel de fe fue el resultado gradual de una transformación divina,  
 que de me muy poca (génesis 12) a total.*

<b>Emociones:</b>	<p><b>Fortalezas</b>            Personalidad tranquila / Sereno y Relajado / Imperturbable / Paciente y Equilibrado /            Una vida consistente / Callado pero de buen humor / Amable y compasivo /            No muestra sus emociones / Contento con su vida.</p> <p><b>Debilidades</b>            Apático / Temeroso y Preocupado / Indeciso / Evita tomar responsabilidades /            Voluntad de Hierro /            Egoísta / Tímido y Reticente / Se compromete demasiado / Santurrón</p>
<b>Trabajo:</b>	<p><b>Fortalezas</b>            Competente y Estable / Apacible y Simpático / Capacidad administrativa /            Mediador /            Evita conflictos / Trabaja bien bajo presión / Busca el camino fácil.</p> <p><b>Debilidades</b>            Sin metas / Falto de auto motivación / le es difícil mantenerse en acción / Le disgusta que lo acosen /            Perezosos y sin cuidado / Desanima a otros / Prefiere observar antes que actuar.</p>
<b>Amistades:</b>	<p><b>Fortalezas</b>            Es de buen talante / Discreto / Dispuesto a Escuchar / Disfruta escuchando a la gente /            Tiene muchos amigos / Es compasivo y Comprensivo.</p> <p><b>Debilidades</b>            Impide el entusiasmo / No se involucra / Impasible / Indiferente a los planes /            Juzga a los demás /            Sarcástico / Se resiste a los cambios.</p>

**Frase:** Hagámoslo Fácil

**Deseo:** Paz por amor de Dios

**Necesidad:** Respeto / sentirse valiosos / Tomados en cuenta

**Color:** (tenues) Blanco, celeste, grises

**Carro:** (Familiar) Ban

**Depresión:** Dormir / Ver TV / Comer

**Habla:** Juega con la vista (no sostiene la mirada mucho tiempo)

**Pareja:** Controlada, con la vida hecha

**Personajes:** Abraham / Gerald Ford

**Trabajos:** Administración / Ama de casa

**Mascota:** Los gatos

La manera de ser tranquila y calmada del flemático es una combinación admirable que lo hace el favorito en cualquier grupo de personas; sin embargo, llevada a un extremo,

el flemático llega a ser perezoso, indiferente e indeciso.	
Problemas	Soluciones
No se emocionan	Trate de entusiasmarse
Se resisten a cambiar	Ensaye algo nuevo
Parecen perezosos	Aprenda a aceptar responsabilidades para su vida No deje para mañana lo que puede hacer hoy Motívese usted mismo
Tranquila voluntad de hierro	Aprenda a comunicar sus sentimientos
Parecen Indecisos	Practique tomando decisiones Aprenda a decir no

### - LOS TEMPERAMENTOS QUE COMPARTEN ENTRE SI AFINIDADES NATURALES:

Te llevas mejor con unos que con otros... aquí sabrás porque...

el SANGUÍNEO – con personalidad activa, se llevan con la gente, son emocionales.

el COLÉRICO – con personalidad activa, se llevan con el trabajo, son simples.

el FLEMÁTICO – con personalidad tranquila, se llevan con la gente, son complejos.

el MELANCÓLICO – con personalidad tranquila, se llevan con el trabajo, son emocionales.

los FLEMÁTICO/SANGUÍNEO/ son primos, comparten el ser ingeniosos, no complicados, sin metas orientadas.

los SANGUÍNEO/COLÉRICOS son hermanos, comparten el ser extrovertidos, optimistas y habladores.

los MELANCÓLICO/ FLEMÁTICO son hermanos, comparten el ser introvertidos, pesimistas, y hablan suave.

los COLÉRICO/ MELANCÓLICO son primos, comparten el ser decididos, organizados, con metas y orientados.

#### Combinaciones Naturales - Hermanos

SANGUÍNEO – COLÉRICO - Si tiene esta combinación, tiene grandes potenciales para el liderazgo. Combinado sus dos fortalezas puede dirigir a otros y hacer que disfruten su trabajo. Negativamente puede ser una persona prepotente, impulsiva e impaciente que monopoliza la conversación.

FLEMÁTICO – MELANCÓLICO “Habla con palabras suaves y lleva un garrote” Esta combinación produce grandes educadores ya que el amor del melancólico por el estudio y la investigación es humanizada por la habilidad del flemático para llevarse bien con personas. Negativamente puede que al tomar decisiones tenga problemas, pero el flemático evita que el melancólico caiga en depresión haciendo y el deseo del melancólico por la perfección pone en acción al flemático.

#### Combinaciones Complementarias - Primos

SANGUÍNEO – FLEMÁTICO El flemático apacigua los altibajos del sanguíneo. El sanguíneo le da color al flemático. Se inclina hacia las cosas fáciles y al placer, son los mejores amigos posibles, son buenos líderes cívicos. Negativamente son perezosos, sin intenciones de hacer algo que puedan evitar.

COLÉRICO – MELANCÓLICO Ambos encajan y suplen las necesidades de cada uno bueno para los negocios, tienen éxito. Ambos se impulsarán hasta obtener un producto perfecto. Negativamente pueden llegar a ser dominantes.

Tabla básica de Opuestos

SANGUÍNEO – MELANCÓLICO Es el más emocional de los dos que trata de acomodar los pequeños altibajos del sanguíneo con los profundos y más prolongados traumas del melancólico, esto le conduce a problemas emocionales. Esta es la combinación más difícil de manejar.

COLÉRICO – FLEMÁTICO Trabajar o no trabajar, esto se resuelve trabajando duro durante el día y relajándose durante la noche, esta es una combinación que se da muy poco.

## LAS DOCE COMBINACIONES DE TEMPERAMENTOS

COMBINACIÓN DE TEMP.	ASPECTOS POSITIVOS	ASPECTOS NEGATIVOS
<b>1 - SANGUÍNEO – COLÉRICO</b>	MUY EXTROVERTIDO CARISMÁTICO INFUNDADAS ENTUSIASTA ORIENTADO A LOS DEMÁS DOTES DE VENDEDOR RESOLUCIÓN PRODUCTIVO MEDIANAMENTE ORGANIZADO DEPORTISTA	HABLA DEMASIADO EMITE OPINIONES ENOJADIZO PRESTO A LA ACCIÓN DÉSPOTA JUSTIFICA SUS ACCIONES
<b>2- SANGUÍNEO – MELANCÓLICO</b>	MUY EMOCIONAL SIENTE LOS PESARES AJENOS FANTÁSTICOS MAESTROS PERFECCIONISTAS DON DE GENTES	FLUCTUANTES MUY CRÍTICOS DEPRESIVOS ENOJADIZO TEMEROSO
<b>3- SANGUÍNEO – FLEMÁTICO</b>	MUY CARISMÁTICO ALEGRE Y ENTRETENIDO QUERIDOS POR LA FAMILIA HACE REÍR	FALTOS DE DISCIPLINA FALTOS DE MOTIVACIÓN POCO SERIO
<b>4 - COLÉRICO – SANGUÍNEO</b>	EXTROVERTIDO MUY ACTIVO PROMOTOR Y VENDEDOR NATURAL GRAN MOTIVADOR SEGURO DE SÍ	HOSTIL IRACUNDO Y RESENTIDO IMPACIENTE SARCÁSTICO ATROPELLA A LA GENTE
<b>5 - COLÉRICO - MELANCÓLICO</b>	MUY INDUSTRIOSO CAPAZ MINUCIOSO DE METAS DEFINIDAS DECIDIDOS	AUTOCRÁTICO Y DICTATORIAL SARCÁSTICO HOSTIL RESENTIDO
<b>6 - COLÉRICO – FLEMÁTICO</b>	MUY CAPAZ ORGANIZADO OBJETIVOS CLAROS BUEN TRATO PARA LOS DEMÁS BUENOS ADMINISTRADORES	TERCO NO RECONOCE SUS ERRORES PUEDE GUARDAR AMARGURA
<b>7- MELANCÓLICO – SANGUÍNEO</b>	INTROVERTIDO SENSIBLE AL ARTE ANALISTA ESTUDIOSO SE LLEVA BIEN CON LA GENTE	HUMOR VARIABLE MUY CRÍTICO IDEALISTA E IMPRÁCTICO INSEGURO, TEMEROSO AUTOIMAGEN POBRE
<b>8 - MELANCÓLICO – COLÉRICO</b>	AMPLIA GAMA VOCACIONAL LIDERAZGO INICIATIVA PERFECCIONISTA ANALISTA	DIFÍCILES DE COMPLACER NEGATIVO SE DEPRIME CON FACILIDAD EXCESIVAMENTE METICULOSO MUY CRÍTICO
<b>9- MELANCÓLICO –</b>	POCO HOSTIL	SE DESANIMA FACILMENTE

<b>FLEMÁTICO</b>	SE LLEVA BIEN CON LA GENTE TALENTOSO PERFECCIONISTA Y EFICIENTE CAPAZ T	MUY NEGATIVO RENCOROSO Y VENGATIVO ANSIOSO Y TEMEROSO ERCO Y RÍGIDO
<b>10 - FLEMÁTICO – SANGUÍNEO</b>	SIMPÁTICO DIPLOMÁTICO ALEGRE T COLABORADOR DE CONFIANZA	TIENDE A PERDER EL TIEMPO FALTO DE DISCIPLINA EMEROSO E INSEGURO SOLITARIO
<b>11- FLEMÁTICO – COLÉRICO</b>	BUEN OIDOR BUEN TRATO CON LAS PERSONAS PACIENTE DE CONFIANZA	FALTO DE MOTIVACIÓN TEMEROSO OBSTINADO E INFLEXIBLE PASIVO
<b>12 - FLEMÁTICO – MELANCÓLICO</b>	REPOSADO AGRADABLE, SUAVE CONFIABLE SENCILLO PACIENTE Y MINUCIOSO	TEMOR EGOÍSTA NEGATIVISTA CRÍTICO



## TEST DE LOS 4 TEMPERAMENTOS

### Al caminar:

A: Tiene un paso firme, resuelto. Pisa fuerte, camina rápido y seguro en una dirección determinada. No se deja desviar fácilmente.

B: Su paso es ágil. Salta, trota, camina en zig-zag y descuidadamente. Se deja desviar fácilmente.

C: Camina silenciosamente, concentrado, lento, arrastradamente. En ocasiones da la impresión de estar muy cansado o apesadumbrado.



D: Camina pausadamente, perezosamente. Su andar es tranquilo y constante. Nunca anda grandes distancias.

### **La mirada:**

A: Tiene una mirada punzante, resuelta, firme y crítica. Mira calculadoramente y en ocasiones amenazadoramente.

B: Tiene una mirada plácida, lánguida e inexpresiva. A menudo cierra los ojos para dormir. Puede llegar a ser una mirada curiosa, pero de una curiosidad lenta, calmada.

C: Mira seria, preocupada o tristemente. En ocasiones parece “mirar a las nubes”, pero suele estar “mirando hacia adentro”. Su mirada es bonachona, profunda y refleja admiración. Le gusta cerrar los ojos y meditar.

D: Su mirada es alegre, vivaz, amigable. A menudo curiosa.

### **El vestir:**

A: Sigue la moda pero recatadamente. Viste siempre pulcramente y expresando algo. Sin embargo llama a veces la atención porque lleva un botón desabrochado, la camisa fuera o el pañuelo sobresaliendo del bolsillo y a punto de caérsele.

B: Elige colores oscuros, no le gustan los colores chillones ni las formas estrambóticas. Su ropa es siempre impecable.

C: Le gusta la ropa elegante, llamativa. Suele ir a la moda, puede llegar a gastar demasiado en ropa; o andar descuidado, desprolijo.

D: Le gusta la ropa buena, usar la que corresponde en cada caso. Quiere decir algo con la forma de vestir sin querer ser llamativo ni demasiado elegante. Su ropa es práctica.

### **Al saludar:**

A: Quisiera saludar a todos, pero no se atreve. Cuando saluda lo hace en forma cortés y amigable. Se entrega todo al saludar.

B: Saluda recién cuando ya se ha pasado diez metros. Entonces lo hace cortés y amigablemente. En ocasiones puede pasar silenciosamente sin saludar a nadie.

C: Sólo saluda cuando le parece necesario y apropiado. Cuando lo hace es notoriamente, en forma calculada y clara, sin ser impertinente.

D: Saluda según su estado de ánimo, a todo el mundo o a nadie. Chilla de una acera a la otra, se lanza al cuello del otro para abrazarlo efusivamente. Saluda a menudo y a mucha gente.

### **El tiempo libre: (vacaciones)**

A: Se lanza despreocupada y alegremente a su tiempo libre. Va detrás de la última sensación. Le gusta ir en grupo, correr aventuras, variar, improvisar. Alarga su tiempo libre al máximo y le cuesta un mundo dejarlo.

B: Trabaja en su tiempo libre. Es enemigo de todo lo que sea perder el tiempo. Planifica su tiempo libre y lo ocupa en actividades relacionadas con su estudio o profesión, en todo lo que le ayude a mejorar su posición.

C: Le encanta tener tiempo libre. Lo usa preferentemente para conversar, entretenerse calmadamente. A menudo para disfrutar de una buena comida. Suele hacer largas siestas a la sombra, se queda durmiendo aún cuando el trabajo ya haya comenzado hace rato.

D: Se recoge a gusto en su tiempo libre. Ama el silencio, los lugares apartados, la naturaleza, el arte. No le gustan los sensacionalismos. Piensa, lee, escribe, hace música, arma puzzles. Nunca sobrepasa el tiempo libre.

### **Escribiendo cartas:**

A: Escribe sólo cosas importantes y profundas. Piensa bien lo que quiere escribir. No se contenta con lo escrito, rompe la carta y la empieza de nuevo. Termina la carta y la despacha. Le preocupa saber si escribió realmente lo que debía y si lo hizo correctamente.

B: Escribe poco, pausadamente y con detalles. Sus palabras no son emotivas, pero sí sinceras y correctas. Puede ser que sus cartas nunca lleguen a destino... ¡aún están sobre su escritorio!

C: Comienza a escribir según su estado de ánimo. Interrumpe la frase y comienza con algo nuevo. Sigue escribiendo al día siguiente. Olvida cosas importantes. Escribe entretenidamente. Se acuerda de la carta una semana después de terminarla y la despacha.

D: Escribe sólo cuando hay una razón clara y es necesario hacerlo. Calcula lo que escribe y cómo lo escribe. Sus cartas son objetivas, frías, determinantes. Las termina y las despacha.

### **Ante un obstáculo:**

A: No “arruga”, piensa rápidamente, agarra el obstáculo y lo quita del camino.

Pequeños obstáculos (p. ej. una piedra) los despeja de una patada. Le gusta superar las dificultades.

B: Se siente tentado a saltar sobre el obstáculo o bien rodearlo para seguir su camino.

Procura “sacarle el cuerpo” a las dificultades, no las toma en serio o se mete en “camisa de once varas”.

C: Medita seria y un tanto preocupadamente la situación. Después elimina el obstáculo consciente de su responsabilidad. Le entristecen las dificultades y teme encontrar tarde la solución.

D: El obstáculo le permite hacer una pausa, siempre saludable. Una vez solucionado por sí solo el problema sigue pausadamente su camino. De ser absolutamente necesario, comienza poco a poco a solucionarlo.

#### **En el tránsito:**

A: Se lo toma con calma. Espera tranquilamente hasta que la masa se ponga en movimiento. Entonces se deja empujar por ella. Se siente seguro y protegido de esta forma. No se molesta tampoco cuando se convierte en un obstáculo y todos le recriminan.

B: Va con cara seria, pero abierta; sin sentirse a gusto entre la multitud. Le molesta el ruido de la circulación. Se preocupa de ir a la defensiva y con cuidado para no molestar, no atropellar, no llamar la atención.

C: Reacciona nerviosa e imprudentemente, anda zigzagueando, choca con las personas y está en permanente peligro de acabar encima de algún radiador.

D: Observa fría y señorialmente el tráfico, las luces y la masa. Va con seguridad entre la multitud y, si es necesario, se abre camino a codazos.

#### **En las comidas:**

A: Llega puntualmente, comienza sin preámbulos. No se alarga en la sobremesa, vuelve rápidamente a sus ocupaciones.

B: Llega ceremoniosamente a la mesa. Come silenciosamente, concentrado en lo que hace. Come poco. Come también lo que no le gusta. Habla poco. Se retira con gusto a descansar.

C: Llega a cualquier hora. No se rige demasiado por los modales. Juega con los vasos, platos, cubiertos. Come sólo lo que le gusta. Habla y gesticula. Alarga las comidas indefinidamente.

D: Llega demasiado pronto o demasiado tarde. Come tranquilo. Habla pausadamente. Siempre es el último en terminar. A veces da la impresión de que dormir y comer fuesen para él las cosas más importantes.

#### **En la sala de espera de un dentista:**

A: Se lo ve con gesto preocupado y paciente. Se refugia en el silencio. Lee para aprovechar el tiempo, espera, mira la hora y sufre “heroicamente” este trágico momento.

B: No se excita demasiado, aguanta tranquilo. Puede que llegue incluso a dormir.

C: Está excitado, comienza a conversar para no pensar en su dolor. Transpira, tiritita. Se alborota. Gusta ser compadecido.

D: Pone cara dura, valiente. No quiere que se le note. Busca alguna distracción práctica.

### **En un micro o tren:**

A: Se abre camino con seguridad, desafiante pero con tacto. Sólo habla si es necesario; prefiere que le hablen a él primero.

B: Provoca una conversación amena, de vez en cuando distrayendo a todos los pasajeros. Se sonroja fácilmente, pero está siempre dispuesto a entablar conversación y hacer amistades con desconocidos.

C: Esta ocupado pensando en lo que quiere hacer. De entrar en conversación, puede llegar a ser un interlocutor muy agradable, ¡si no se queda dormido!

D: Prefiere sentarse en un rincón. No habla con extraños, pero sí contesta amablemente si es interpelado.

### **En el trabajo:**

A: Nunca se sabe cuando llega ya que se distrae o entretiene por el camino. Trabaja irregularmente. De tanto en tanto sueña o silba, conversa, desaparece para buscar comida o bebida. Le cuesta “un mundo” la constancia y la continuidad.

B: Llega puntualmente. Comienza su trabajo con decisión y firmeza. Racionaliza siempre. Presiona su ambiente hacia un mayor rendimiento. Quiere alcanzar nuevos “records”.

C: Se dirige al trabajo en silencio, concentrado y consciente de su deber. Siempre es puntual. Es responsable y tranquilo en su ocupación. No le gustan los charlatanes o los “históricos”.

D: Se hace esperar con frecuencia. Con toda tranquilidad... suele quedarse dormido. Tiene un ritmo de trabajo lento y tranquilo, pero es constante y de fiar. Si se deja llevar puede llegar a ser un holgazán de categoría.

### **La risa:**

A: Se ríe sólo con motivo. Su risa no es fuerte, prefiere sonreír. Su risa es más bien interior, así como su alegría.

B: Le gusta reírse y lo hace calmadamente. Puede pasar una hora antes de que “capte” la situación y comience a reírse. Lo hace sin llamar la atención pero contagiosamente.

C: Ríe solamente cuando hay un motivo fundado para hacerlo. Entonces lo hace fuerte, de corazón. A veces estrepitosamente pero nunca muy largo.

D: Es capaz de reírse en cualquier lugar y por cualquier cosa, a veces incluso sin motivo. Recorre todas las octavas, canturrea, se ríe “para adentro”, se contorsiona, aulla, no puede dejar de reír...

### **Los gastos:**

A: No gasta un centavo en cosas innecesarias. Todo gasto debe ser calculado y provechoso. No es gastador si no cae en fumar, beber o jugar con exceso. En ese caso puede llegar a derrochar todo su dinero.

B: Por naturaleza ahorrador, no gasta nunca impulsivamente. Suele necesitar dinero a menudo, ya que se toma “tiempo libre” con frecuencia. Le salva el que suela tenderse a menudo para descansar un poco...

C: Es incapaz de distribuir su dinero. Lo gasta según sus apetencias o estados de ánimo. Le gusta “ser caballero” e invitar. Es incapaz de resistir una buena propaganda. Su cuota mensual nunca llega hasta fin de mes.

D: Es el ahorrador por excelencia. Es muy crítico con sus gastos. No se deja seducir fácilmente por la propaganda. Da parte de su dinero a obras sociales o de caridad. Le gusta que sus posesiones sirvan al bien físico y espiritual de los demás.

### **Al dar la mano:**

A: No termina nunca de dar la mano, pero a veces la da sólo tímidamente. A menudo golpea en los hombros.

B: Aprieta firme y fuerte al dar la mano.

C: No sabe lo que es dar la mano con efusividad. Su apretón de manos es tranquilo y sincero.

D: Da la mano plenamente convencido de lo que hace. Quiere expresar su cercanía y amistad más profunda.

### **Hablando:**

A: Habla antes de pensar. Habla rápido, exagera, fanfarronea, señala, gesticula con pies y manos. Le gusta ser el centro y llamar la atención. No es duro al hablar; sí sabe galantear y adular.

B: Habla poco, piensa y reflexiona. Cuando habla sus palabras son profundas y con sentido. Habla bajo. Elabora en silencio sus experiencias compartiéndolas comedidamente. Cuando se siente defraudado o afligido puede hacer duras críticas.

C: Es objetivo y parco al hablar, de voz clara y dominante. Su expresión es clara, decidida, a menudo dura. Piensa antes de hablar. No habla innecesariamente.

D: Normalmente habla poco. Sus palabras son comedidas y bien escogidas. Habla “al grano” sin agobiarse. No hace valoraciones ni da juicios prematuramente. Habla con cierta monotonía. A veces es bueno para conversar.

### **Cómo ve la vida:**

A: Valora la vida según la posición que ocupa y lo que rinde en ella. Su objetivo es vencer en la “lucha” por la vida. La Historia Universal es a sus ojos la historia de la lucha por la vida.

B: Valora la vida según el cobijamiento y la paz que le brinde. Equilibrio y tranquilidad son lo principal. Opina que muchas cosas deberían aceptarse tal y como son. El sentido de la vida es alcanzar el mayor grado de paz interior y exterior.

C: Valora la vida según las alegrías que ésta le depara. Si no encuentra alegría tampoco le encuentra sentido a la vida, ya que este consiste en dar y recibir alegría y felicidad.

D: Juzga la vida de acuerdo a la medida de la culpa y la gracia. La Historia es para él una historia de pecado y conversión. El sentido de la vida es superar el pecado con la virtud y la santidad.

### **Cómo reza:**

A: Da la impresión de estar distraído y ser superficial. Reza saltando de una cosa a otra, entremezclando la gratitud con el perdón y las peticiones. Lo hace con buena intención y quiere llevarse con Dios tan bien como con los hombres.

B: Reza seguro, con orgullo y sopesadamente. Siempre orienta su oración para beneficio propio. Se presenta decidido y exigente ante Dios.

C: Presenta como su intención más grande el hecho de estar en desventaja con los demás. Pide paciencia y aguante, energía y rendimiento. Reza en silencio, meditativamente, sin exigir y nunca atropelladamente.

D: Tiene un impulso interior, profundo y sincero de hablar con Dios. Se sabe pecador y se siente a menudo como “hijo pródigo”. Su oración más frecuente es la petición, muchas veces interior, por otros.

### **En la confesión:**

A: Se prepara bien y con exactitud, acercándose seguro de sí mismo a la confesión. Se confiesa tranquilo, recibe la penitencia y se retira igualmente seguro de sí mismo.

B: Llega con recogimiento y bien preparado a la confesión. Se siente abatido por lo grave de sus culpas y se acusa detalladamente de ellas. Agradece sinceramente cada palabra de aliento. Se siente aliviado y cumple exactamente la penitencia.

C: Se siente intranquilo, le cuesta ordenar sus pensamientos, habla nerviosamente y sin orden, se olvida con frecuencia de la penitencia.

D: Se deja tiempo, pero es sincero y exacto. No está especialmente excitado ni es superficial. Agradece sinceramente la absolución. Cumple exactamente la penitencia... ¡cuando se acuerda de ella!

### **Cómo se imagina el cielo:**

A: Anhela y espera alcanzar la redención de todo el odio e intranquilidad de este mundo. Allí no habrá más luchas ni esfuerzos, sino sólo la paz y la tranquilidad divinas, el cobijamiento y la seguridad en Dios.

B: Espera alcanzar la remisión total de sus culpas, la presencia infinita de Dios y la unión con El. Espera alcanzar gracia y santidad. Así estará profundamente cobijado y protegido, habrá alcanzado la plenitud.

C: Espera encontrar alegría y felicidad. La fascinante magnificencia y gloria divinas dominan su visión del paraíso.

D: Espera participar de la gloria y del poder divinos. Confía en la palabra del Señor: “Reinarán sobre las tribus de Israel”. El cielo es para él la mayor excelsitud y grandeza.

### **Correspondencias**

El encargado dice para cada característica el temperamento que corresponde a cada letra.

**C: colérico; S: sanguíneo; M: melancólico; F: flemático.** P. ej., en la primera línea **AC**

significa que para la característica “Al caminar”, a la letra **A** le corresponde temperamento

Colérico. Cada uno marcará en su hoja individual el temperamento correspondiente.

Al caminar: A-C, B-S, C-M D-F

La mirada: A-C, B-F, C-M, D-S

El vestir: A-F, B-M, C-S, D-C

Al saludar: A-M, B-F, C-C, D-S

El tiempo libre: A-S, B-C, C-F, D-M

Escribiendo cartas: A-M, B-F, C-S, D-C







# Libros de Regalo

Colección gratuita enviada por email,  
obsequio de INTERCOACH

60



## Libros de Regalo

- |   |                     |
|---|---------------------|
| 1. Llevar a Gladys de Vuelta a Casa y otros cuentos | Aquiles Julián      |
| 2. Letras sin Dueños (Selección de parábolas)       | Aquiles Julián      |
| 3. Música, Maestro                                  | Aquiles Julián      |
| 4. Una Carta a García                               | Elbert Hubbard      |
| 5. 30 Historias de Nasrudín Hodja                   | Aquiles Julián      |
| 6. Historias para Crecer por Dentro                 | Aquiles Julián      |
| 7. Acres de Diamantes                               | Russell Conwell     |
| 8. 3 Historias con un país de fondo                 | Armando Almánzar R. |
| 9. Pequeños prodigios                               | Aquiles Julián      |
| 10. El Go-getter                                    | Peter Kyne          |
| 11. Mujer que llamo Laura                           | Aquiles Julián      |
| 12. Historias para cambiar tu vida                  | Aquiles Julián      |
| 13. El ingenio del Mulá Nasrudín                    | Aquiles Julián      |
| 15. Algo muy grave va a suceder en este pueblo      | G. García Márquez   |
| 16. Cuatro cuentos                                  | Juan Bosch          |
| 17. Historias que iluminan el alma                  | Aquiles Julián      |
| 18. Los temperamentos                               | Conrado Hock        |

## CIENSALUD

- |   |                    |
|---|--------------------|
| 1. Inteligencia de Salud y Bienestar: 7 pasos | Cristina Gutiérrez |
| 2. Cómo prevenir la osteoporosis              | Cristina Gutiérrez |

## Emprendedores

- |   |                |
|---|----------------|
| 1. La esencia del coaching                        | Varios autores |
| 2. El Circuito Activo de Ventas, CVA              | Aquiles Julián |
| 3. El origen del mal servicio al cliente          | Aquiles Julián |
| 4. El activo más desperdiciado en las empresas    | Aquiles Julián |
| 5. El software del cerebro: Introducción a la PNL | Varios autores |



