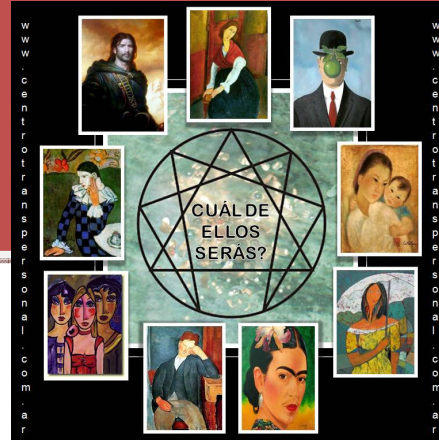


MÓDULO 0

Intruducción:
¿Qué es el Eneagrama?

Por la Lic. Virginia Gawel

(Psicóloga, Directora del Centro
Transpersonal de Buenos Aires)



Ítems a desarrollar en este Módulo:

Los laberintos de nuestra psique. ¿Qué es la Psicología del Eneagrama? Explorando desde adentro. Los nueve eneatis: algunos conceptos-clave Su comprensión empírica. ¿Cómo detectar el eneatis de una persona? Eneagrama y Observación de Sí. Invitación a la experiencia. Una visión vertical de los eneatis.♣

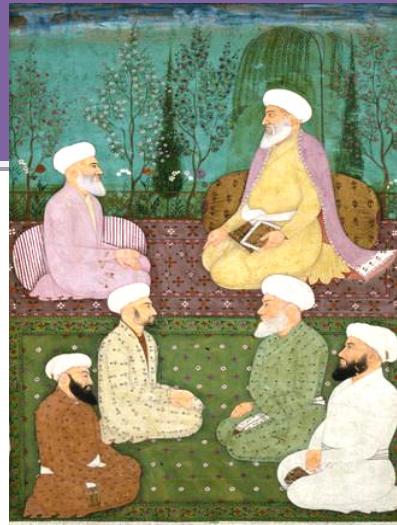
Nota: Este Módulo Cero es una introducción a nuestro Seminario Grupal a distancia sobre Psicología del Eneagrama, desarrollado en base al sistema *Feel e-learning* (aprendizaje desde la sensibilidad a través de medios virtuales). Este Seminario consta de:

- Doce Módulos más, de entrega semanal.
- Material de Lectura Sensible (MLS) para la comprensión de cada concepto desde el hemisferio cerebral derecho.
- Planillas de autoevaluación por cada Módulo.
- Encuentros semanales *on-line*, en nuestra Aula Virtual, con la docente y con el grupo de trabajo (generalmente compuesto por personas de habla hispana participando desde muy distintos puntos geográficos).
- Ejercicios grupales, en los cuales se puede participar cualquier día y a cualquier hora.
- Un *e-book* (libro virtual) del *Eneatest*® (test de detección eneatis).

(Solicitar programa completo por e-mail escribiendo a info@centrotranspersonal.com.ar, o bien en nuestro sitio web, en la sección Cursos Virtuales: www.centrotranspersonal.com.ar)

© Ediciones Transpersonales del Sur – TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS

Los laberintos de nuestra psique



A lo largo de la historia de la Humanidad se han desarrollado distintos sistemas para poder clasificar a las personas en base a diversos perfiles, cada uno de los cuales destaca determinadas características que lo definen. Algunas tipologías utilizadas principalmente en el área de la Medicina han hecho hincapié en aspectos biológicos. Otras han puesto el acento en características psicofísicas, apuntando a una mirada más holística.

La palabra "clasificar" puede despertar rechazo, pues generalmente se la asocia a "etiquetar", cosa que yo misma, por supuesto, rechazo. Sin embargo, una clasificación inteligente ayuda a **acercarse a la comprensión del otro**, siempre y cuando luego a partir de ella **se profundice en la realidad cada individuo sabiéndolo único**.

Cada sistema de clasificación tiene fundamentos, generalmente muy atendibles, que ayudan a abordar la comprensión del individuo bajo un contexto determinado. Así lo será con la tipificación que ha hecho Hipócrates, lo mismo que la de la Medicina China, el Ayurveda, la Homeopatía, o, bien las descripciones caracterológicas que podemos hallar en las diversas escuelas de Psicología y Psiquiatría.

Un sistema tipológico es eficaz cuando ayuda a abordar la comprensión de la problemática humana, mostrando ciertos **patrones universales** en base a los cuales **se organiza la singularidad de cada individuo**. Subrayo esto porque, como todo, una tipología utilizada con un criterio reduccionista y rígido no hará más que **crear prejuicios** y establecer una mirada maniquea al acercarse a la persona: puede ser tan carente de inteligencia **dar por conocido a alguien** simplemente porque es "una Sepia" (desde la Homeopatía), como decir que es una Cinco (desde el Eneagrama) o "una virginiana" (desde la Astrología). Las mentes cerradas buscan fundamento en cualquier herramienta que, utilizada en cambio con un criterio sabio, podría habilitar una consideración profunda y sagaz de la **estructura** que sustenta la individualidad de cualquier sujeto. De eso se trata: de mantener la mente abierta, flexible, con una actitud investigativa **ajena a todo prejuicio...**

¿Qué es la Psicología del Eneagrama?

Primero digamos que el Eneagrama es un diagrama muy antiguo, cuyo origen se remonta a los desiertos de Oriente, más concretamente a monasterios Sufis que lo tenían como matriz para la comprensión de diversos aspectos de la realidad (no solamente como ordenador tipológico). Distintas personas oficiaron de medio para que se difundiera en Occidente (G. Gurdjieff, Oscar Ichazo, Claudio Naranjo, y, más actualmente, Helen Palmer, Don Richard Riso, además de distintas órdenes jesuíticas que lo han adoptado como instrumento de autoconocimiento).

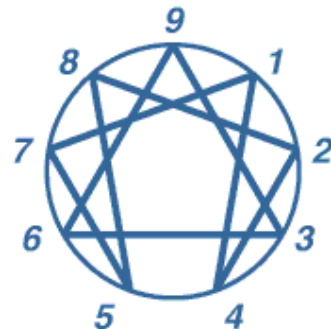
Entre estas distintas fuentes hay diferencias substanciales, dependiendo del aspecto de este sistema en el cual particularicen su foco de observación. A través de mi larga travesía por distintas escuelas de Eneagrama, y mi experiencia personal en la aplicación clínica de los conocimientos que este sistema provee, he buscado elaborar una visión integral que apunta a tres objetivos particulares:

- que el profesional en el área de la Psicología pueda encontrar una herramienta de aplicación práctica en la labor psicoterapéutica;
- que quien desee implementar este sistema para el conocimiento de sí mismo cuente con un mapa sólido para reconocer su propia estructura psíquica sin autoengaños, con la mayor objetividad posible;
- que quienes trabajan con seres humanos en cualquier otra área (empresas, educación, organizaciones institucionales) accedan a un recurso que pueda transformar su visión de las relaciones humanas y de las compatibilidades interactuales.



INVESTIGANDO POR SÍ MISMO... A lo largo de cada uno de los Módulos de este Seminario Ud. encontrará propuestas para investigar vivencialmente distintos aspectos del Eneagrama y de cada eneatipo: ejercicios de Oriente y de Occidente, pautas de integración, consignas de trabajo grupal... La intención es que cada concepto se vuelva parte de Ud., y no quede meramente como información intelectual. Estas instancias prácticas se indicarán con un pequeño ícono, tal como puede verlo esta vez.

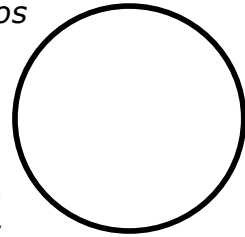
Lo que quiero proponerle ahora es que se asome al misterio geométrico del Eneagrama, para que se familiarice con su estructura visual. Esto que voy a decirle no lo he visto en ninguno de los tantísimos libros sobre este tema que yo haya leído: lo conocí por transmisión directa en



un Seminario dictado por un sheik de la orden Nakshbandi. La pregunta es: ¿de dónde nace esta extraña y bella figura que es el Eneagrama?

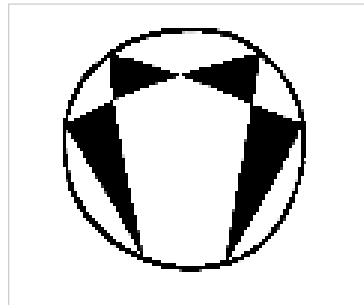
Le acompañaré a que llegue por sí solo a descubrirlo, siguiendo estos pasos:

Dibuje un círculo, y marque en ese círculo nueve puntos equidistantes que lo dividan en nueve partes iguales. Coloque a cada punto un número del 1 al 9, de manera que el 9 quede en la cúspide del círculo.



Ahora, dispóngase a hacer una cuenta (con calculadora o sin ella). La cuenta que debe hacer es la de dividir la unidad (1) por un número altamente significativo en la simbología de todas las Tradiciones: el 7. Obviamente, el primer número del resultado será el cero, seguido de una coma. ¿Qué números le siguen? (Observe que, si está bien hecha la cuenta, esos números se alinean en una serie que se repite hasta el infinito).

Tome una regla, y, apoyándose sobre el círculo dividido en nueve, **una los puntos siguiendo la secuencia indicada por el resultado de su cuenta**, trazando una línea que dibuje el camino entre uno y otro punto. ¿Qué ve? Una vez hecho ese diagrama, quedan tres números excluidos de ese dibujo. Únalos.



Si Ud. ha seguido cada paso empíricamente, tal vez haya experimentado el mismo asombro que sentí yo al ver la trama secreta de los números, y cómo su realidad se manifiesta de una manera misteriosa... Los sufis han llamado al Eneagrama "el diagrama de todas las cosas", aplicando su dinámica no sólo a la comprensión del psiquismo humano, sino también a las más variables disciplinas de conocimiento. Por eso lo consideraban una figura verdaderamente sagrada...

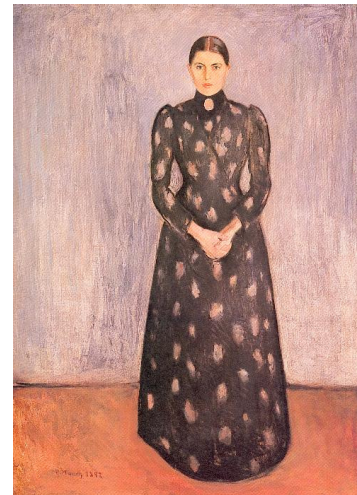
Los nueve eneatis: algunos conceptos-clave

La Psicología del Eneagrama, entonces, describe **nueve tipos humanos básicos**, que a su vez se combinan entre sí dando por resultante subtipos más específicos, nítidamente reconocibles. El diagrama permite ubicar cada **eneatis** en un punto determinado del gráfico. Esa ubicación posibilitará luego comprender las combinaciones de ese eneatis con los demás. (Ésta es una idea más compleja, pero al menos enunciemos esa noción.)

Cada eneatispo podría definirse como una **matriz innata** en base a la cual desarrollaremos nuestro modo de ser. Durante toda la vida "funcionaremos" en base al mismo eneatispo. Lo que variará es el **nivel de conciencia** que podamos desarrollar, ya sea trabajando sobre nosotros mismos para desplegar los aspectos más sanos de esa matriz originaria, o bien sucumbiendo a los aspectos menos sanos.

El eneatispo determinará aspectos bien específicos de la individualidad, tales como:

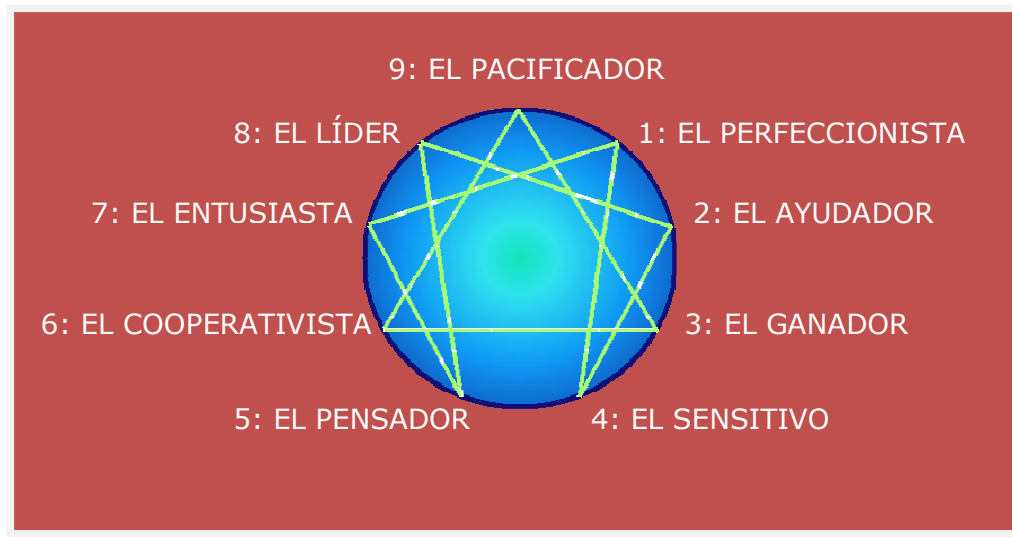
- * la manera de experimentar y administrar las emociones;
- * los modelos mentales en base a los cuales la persona estructurará su pensamiento y su mirada de la realidad;
- * patrones de comportamiento típicos en cada área de la vida (la profesión, la relación con el propio cuerpo, las responsabilidades, la sexualidad, la resolución de conflictos...);
- * una presencia general, propia de cada eneatispo: un modo de presentarse ante el mundo, de hablar, de vestirse, de desplegar la propia personalidad...;
- * el estilo vincular por el cual el individuo establece y sostiene sus relaciones afectivas e interpersonales en general;
- * habilidades innatas que le permitirán encontrar actividades vocacionalmente apropiadas;
- * tendencias psicológicas que, de no ser atendidas, atentarán contra una vida armónica (rasgos negativos, trampas internas, creencias limitantes, desvíos personales, eventuales psicopatologías...);
- * recursos internos que están disponibles en cada individuo para propulsar su evolución y, particularmente, para enfrentar las situaciones de crisis;



En líneas generales, éstas son las principales claves que pueden ser delineadas a partir del conocimiento del eneatispo de una persona.

Si bien distintos autores han adjudicado diversos nombres a cada eneatispo (como veremos más adelante) por ahora identifiquémoslos de

esta manera (más adelante veremos con qué otros nombres se identifica a cada eneatispo, cada uno descriptivo de un rasgo nuclear):



Durante todo el Seminario iremos profundizando en la naturaleza de cada eneatispo. No obstante, a cuenta quisiera ahora compartirle unos **conceptos-clave** que definen lo esencial de cada uno de ellos, como para comenzar a presentárselos. (La lista completa de estos conceptos-clave es, por supuesto, mucho más larga, pues bien difícil es definir la complejidad de un tipo humano, pero vaya al menos algo a cuenta para introducirnos en tema, y luego veremos el resto.)

- Eneatispo Uno - "El Perfeccionista": Criterio según "lo correcto" (rectitud, honestidad, verdad, justicia...). Absolutismo. Actitud condenatoria. Búsqueda de objetividad y de equidad (ser imparcial, no influenciado por sus emociones). Disciplina. Sacrificio. Perseverancia. Acicatear a los otros para que logren excelencia. Crítica para "mejorar" a los demás y al mundo (señalamiento de errores y de un modo "mejor" en que podrían haber sido hechas las cosas). Postergar el placer. Represión=falta de espontaneidad. "Tener razón." Dogmatismo. Severidad. Solemnidad. Dificultad para expresar la ternura y la calidez. Formalidad. Moralizante. Cumplidor de su palabra. Sentencioso. Dificultad para ubicarse en la óptica del otro (criterios fijos). Control del detalle. Conservadurismo.

- Eneatispo Dos - "El Ayudador": Permanente actitud de servicio. Necesidad de agradar y ser aprobado=complacer. Efusividad. Gusto por participar en la vida de las personas. Simpatía. Fácil intimidad (recibir confidencias), pero con frecuencia falta de intimidad real. Invasividad no consciente "por tu bien". Hace por ti lo que nunca pediste y se ofende de

que no lo valores. Sobreadaptación=automodificación. Esconder lo "inaceptable" para no ser rechazado. Ser necesitado=ser amado. Sacrificio=mártir. Autoinmolación. Susceptibilidad=toma todo como algo personal, sintiéndose fácilmente herido u ofendido. Dificultad para reconocer y expresar sus propia necesidades. Ayuda=control solapado del otro bajo una actitud diligente. Actitud culpógena. Afectuosidad...

- Eneatipo Tres - "El Ganador": Orientado hacia el éxito. Ambicioso. Sobresaliente. Atractivo físicamente. Inteligencia. Distinción natural. Sensación de que "nació para ganar". Asertivo. Excelencia. Focalizado en sus objetivos. Cuidado de la imagen. Tiempo destinado a "producirse". Necesidad de ser admirado, de atraer, encandilar. Deseo de ser deseado. Terror al fracaso. Dificultad para la intimidad. Confusión de su autoimagen con su identidad real. Autopromoción de sus dotes. Eclipsamiento del otro. Sentimientos de superioridad/inferioridad=sobrecompensación. Imagen de vínculos "perfectos" (pareja, familia, amistad...). Necesidad de logros YA. Confusión: "ser admirado" con "ser amado"...



- Eneatipo Cuatro - "El Sensitivo": Hipersensible. Estético. Susceptible a las pérdidas afectivas y al abandono. Dramático. Sentido trágico de la vida. Focalización en el tema del Amor, las crisis y la muerte. Melancolía. Añoranza del pasado y de lo que aún no llega. Sensación de inadecuación, de "ser especial", distinto de los otros seres humanos. Imaginativo. Evitación del mundo. Hiperactivo a partir de la creatividad. Atracción por lo distante=adicción al anhelo. Elitista=huida de lo "masivo". Búsqueda de significado. Introversión. Detallismo estético=deseo de estar rodeado de objetos bellos. Impresionabilidad. Confusión intuición/imaginación. Exageración emocional. Aferramiento al dolor. Rumia mental. Identidad apoyada en sus estados de ánimo que, como varían siempre, hacen variar el sentido de identidad. Intensifica con su imaginación los sentimientos...

- Eneatipo Cinco - "El Pensador": Agudo observador, curioso. Enfrascado en el mundo de las ideas. Cerebral. Aislado. Introversión. Analítico. Especulación racional. Tiende a reemplazar la realidad por sus conclusiones sobre ella=distorsión. Habilidad para abarcar varios puntos de vista, las partes y el todo. Autoestima fundamentada en el saber. Necesidad de "entender" para poder sentirse seguro=postergación de la acción. Humor cáustico. Juegos de palabras y de ingenio. Crítica burlona.

Desconexión de sus necesidades=evitación de lo que más desea. Miedo a sentir=parapeto intelectual. Racionalización para defenderse de las emociones intensas. Rol de sabio conocedor=placer en que los demás soliciten sus conocimientos. Dificultad para participar desde otros roles. No necesitar=austeridad=dificultad para dar y darse, abrirse, entregarse...

- **Eneatipo Seis - "El Cooperativista"**: Necesidad de pertenecer (club, sindicato, partido político, empresa, familia, religión, asociaciones, etc.). Gregario=mayor seguridad en el "nosotros" que en el "yo". Comprometido. Leal. Confiable y desconfiado. Fervoroso (a veces hasta el fanatismo). Nervioso por ansiedad e incertidumbre. Desasosiego ante las muchas opciones=dificultad para decidir. Necesidad de seguir el mandato de una autoridad, aunque también de desafiarla. Contribuye a crear y mantener estructuras de filiación. Miedo a que se enojen con él=dejar contentos a todos. Las normas proporcionan seguridad=disciplina para seguirlas. Delegación del propio poder en la figura de autoridad. Actitudes fóbicas y contr-fóbicas=desafiarse huyendo hacia lo que le atemoriza. Pesimista: "Si preveo lo malo no me tomará desprevenido".

- **Eneatipo Siete - "El Entusiasta"**: Capacidad para disfrutar. Alegre, juego. Optimista. Asombrado. Impaciente. Multitalentoso. Distintos tipos de amigos para sus diferentes facetas internas. Encantador. Eufórico. Impulsivo. Períodos de descontrol. Espontáneo. Hedonista. Entusiasmado x ideas nuevas=prefiere la excitación de los inicios que el profundizar. Inconstante. Espíritu de aventura. Desasosegado. Dificultad para hacer contacto con el dolor=negación y escape maníaco. Extravertido. Necesidad de "producir un efecto en su público". Despreocupado. Huida del aburrimiento y de las rutinas. Dificultad para asumir compromisos: y para sostener la intimidad. Compulsivo: no puede postergar su deseo. Angustia encubierta. Mente ocupada permanentemente con proyectos=gozo anticipado del futuro=tendencia a evadirse del presente=disperso. Cuando obtiene lo que quiere se aburre y desea "lo nuevo"... hasta que lo obtiene!...



- **Eneatipo Ocho - "El líder"**: Muy seguro de sí mismo. Justiciero. Necesidad de controlarlo todo. Autónomo. Industrioso. Autosuficiente. Desafiante. Necesidad de aumentar y conservar su poder. Temor a ser sometido. Tendencia a ser dominante. Intimidante. Excesos por búsqueda de intensidad. Agresividad. Individualista "duro". Férrea determinación. Presiona al otro para saber qué le pasa=desenmascarar. Fortaleza, y or-

gullo de su fortaleza. Carisma. Rebelde, cuestionador, opuesto al sistema. Presencia sólida, imponente. Protector de sus seres queridos. Solitario. Provocativo. Oculta sus "debilidades"=corazas emocionales. Caritativo. Expansivo, orgulloso, valiente. Sentido de Dignidad. Rudeza para "endurecer" a los demás. Exceso de energía y falta de medida para su expresión en cada acto...

- Eneatipo Nueve - "El Pacificador": Necesidad de tener paz y de preservarla. Simpático. Satisfecho. Paciente (frecuentemente en exceso!). Dócil. Lento. Mediador. Estable. Amable. Dificultad para autosostenerse. Muy adaptable. Disociación de lo traumático=insensibilización =elevado umbral de perturbación. Soñador utópico= "retiro a la fantasía". Indolente. Resignación=se conforma con lo que la vida trae. Renuncia a lo que prefiere, para que no haya fricción interpersonal. No tener problemas. No tener necesidades. Mantenerse en segundo plano. Reducción de la capacidad de contactar intensamente con la realidad. Falta de ambición="perfil bajo". No se deja deprimir x lo que acontece. Pereza psicológica. Inercia: le cuesta tener iniciativa. Represión del propio poder...



...Y bien: estos son los nueve eneatis tipos nucleares. Es importante tener presente que **ningún eneatis tipo se da en forma pura en nadie**: todos somos **una combinación de eneatis tipos** pues, como veremos, cada eneatis tipo nuclear está teñido por sus **alas**. ¿Qué es eso? Digamos que los eneatis tipos que están en el gráfico a ambos costados de cada uno reciben el nombre de **alas**, siendo que una o ambas alas modificarán la expresión del eneatis tipo nuclear. Así, las alas posibles de un Dos serán el eneatis tipo Uno (que otorgará sus características al Dos, volviéndolo más introvertido, austero, modesto...) o el eneatis tipo Tres (que hará a ese Dos más extravertido, coqueto, sociable, atractivo...).

Es complejo, pero esa complejidad justamente le otorga a esta Tipología una profundidad que la hace muy confiable: no es una categorización facilista de la realidad. Y a esta complejidad hay que sumarle cuán evolucionada o no, cuán sana o no, es un persona... (Ya llegaremos a ese punto...)

Sobre la comprensión empírica de los eneatis tipos

Comprender los mecanismos característicos de la propia tipología implica tener un verdadero **mapa de sí mismo**, -algo así como un "manual de instrucciones" que describe cómo "funcionan" nuestros más íntimos circuitos-.

Y conocer en base a qué eneatispo organizan su conducta los demás permite:

- * comprender en mayor medida el fundamento de su comportamiento y de sus puntos de vista;

- *ayudarle del modo en que **el otro** realmente necesita ser ayudado, y no necesariamente como nosotros tenderíamos a ayudarle;

- * apoyar el desarrollo de sus talentos innatos (sobre todo en la crianza de niños, en la labor educacional y en la resolución de instancias críticas en las cuales se hace necesario una transformación profunda en la vida del individuo);

- * adjudicarle a cada persona la tarea para la cual sea realmente más apta (por lo cual el Eneagrama se está utilizando en empresas para la optimización del gerenciamiento de personal);

- * estar atento a las trampas psicológicas y a las tendencias psicopatológicas a las que cada individuo en particular pueda propender (sobre todo en el ámbito de la Psicología y de la Psiquiatría).

...y una larga lista de etcéteras...

En lo personal podría decir que, conociendo diversas tipologías, ninguna me ha resultado de tanta utilidad como la del Eneagrama: en mi propia vida me brinda cotidianamente una guía que me permite estar atenta a cómo "funciono", y comprenderme a mí misma con mayor claridad, acompañando conscientemente mi propio proceso evolutivo. También lo considero sumamente útil para, en los vínculos afectivos, poder acceder a la mirada que el otro tiene de la realidad, sin querer cambiarlo, sin considerarlo equivocado por ser diferente, sino aceptando y respetando su cosmovisión, y, en lo posible, aprendiendo de ella para ampliar la mía.

En el trabajo con pacientes, me resulta invaluable para acceder más fácilmente al mundo interno del otro y ayudarle con mayor eficiencia. Con frecuencia suelo darle al consultante información sobre su propio enea-



tipo, para que pueda autoobservarse y entender mejor su propia historia, sus elecciones, sus patrones de conducta y sus potencialidades.

¿Cómo detectar el eneatipo de una persona?



Si bien con frecuencia las características del eneatipo suelen saltar a la vista, un estudio profundo requerirá de la administración de algún test específico que permita no sólo conocer el eneatipo nuclear, sino también los subtipos que predominen en cada individuo en particular.

Aunque existen diversos tests para investigar el eneatipo de una persona (la mayoría originariamente escritos en inglés), a lo largo de tantos años de aplicar esta tipología he necesitado desarrollar yo misma un test adecuado para la población hispanohablante, observando que los tests traducidos con frecuencia no alcanzan a abarcar la idiosincrasia de quien habla, piensa y siente en español. El Eneatest® (así le he llamado) permite que la persona, a través de una encuesta exhaustiva, indague en sí misma sus características más sobresalientes en las distintas áreas de su vida, y pueda determinar por un sistema de puntajes cuál es su eneatipo nuclear, y cuáles son los que constituyen sus eneatis subsidiarios. No obstante, los distintos tests que existen seguramente pueden complementarse entre sí, si fuera necesario.

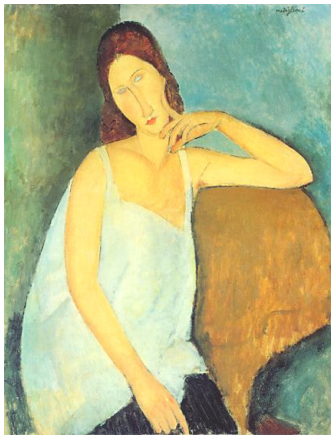
Ahora bien: respecto de la detección de eneatis quisiera puntualizar algunos ítems en particular que considero destacables:

A medida que Ud. estudie en profundidad cada eneatipo y las diferentes combinaciones (alas y direcciones, como luego veremos) verá que cada vez le resultará más sencillo advertir en las personas que le rodean actitudes propias de los distintos tipos humanos. No obstante, aún teniendo bastante pericia a veces uno puede confundir el eneatipo nuclear con sus alas o sus direccionalidades, con lo cual es necesario **mantenerse alerta a toda clasificación prematura**. Y, en el caso de quienes sean terapeutas o quienes puedan explorar junto al otro su eneatipo, un buen test ayudará a despejar las dudas y contradicciones que la mera observación ofrezca.

También en el decurso de un aprendizaje profundo sobre Tipología del Eneagrama es natural que Ud. espontáneamente se encuentre "leyendo"

el fenómeno humano en términos de enatipos: cuando mire una película o una obra de teatro, cuando observe fenómenos sociopolíticos, en sus vínculos personales... verá Cuatros, Unos, Sietes... Y también en sus propias reacciones ante la vida ("*Hoy estoy muy Ocho!!*", o "*Actué como un Dos total!!*"). En tanto Ud. no se vuelva insoportable para con quienes le rodean debido a su "entusiasmo eneagramático" (a mí misma me ha pasado!) puede ser un buen modo de fijar conceptos y abordar de otra manera la realidad cotidiana.

Otro ítem que considero de muchísima importancia es el cuidarse sobremanera acerca de **en qué modo se utilizan estos conocimientos**: la Tipología del Eneagrama, como cualquier otra descripción de mapas humanos, puede convertirse en un modo "fundamentado" de etiquetar a los demás y a sí mismo, cultivando algo que es totalmente ajeno a la sabiduría: **el prejuicio**.



Tengamos presente esto: aún sabiendo que alguien "es un Cinco", estaremos conociendo solamente la **matriz eneática**, pero no el **individualísimo contenido** de "ese Cinco". Asomarse a un ser humano en particular es **asomarse a un misterio**. Conocer el eneatipo de una persona será, en todo caso, una guía que, **utilizada con inteligencia**, nos podrá ayudar a avanzar más fluidamente hacia la intimidad de ese individuo para **descubrir su singularidad**.

De modo que tener conocimiento sobre el Eneagrama debiera implicar ciertos **compromi-**

sos éticos:

* **no prejuzgar** en base al haber advertido el eneatipo de otra persona (considerando además que no todo es como parece: con frecuencia debemos profundizar en la comprensión del otro, más que deducir un eneatipo a partir de unos pocos datos evidentes);

* **no manipular** a partir de conocer algunos aspectos del mapa del otro, sus "resortes eneáticos";

* **no ser reduccionista** al ingresar al mundo del otro con la guía del Eneagrama: cada psiquismo implica una interioridad profunda, por lo cual expresar algo así como "Claro, debe ser muy absorbente, porque es una Dos", adolecería de un simplismo inaceptable. ¿Cuán trabajado tiene tal rasgo esa persona? ¿Cuál es su grado de evolución? Es difícil saber con

ligereza **el grado de trabajo sobre sí** que un individuo pueda haber desarrollado.

De modo que... a investigar con corazón y sensatez! Si se lo aplica con mente abierta y estudiosa, el Eneagrama puede officiar de llave maestra para comprenderse a sí mismo y abordar delicadamente el mundo interno de los demás.

Eneagrama y Observación de sí

El autoconocimiento no es un acto esencialmente intelectual, pues **el conocimiento es algo vivo**: se trata de **una experiencia**. Esto implica una tarea cotidiana de **autoobservación** para ir **tomando conciencia** de cada resquicio de nuestra interioridad: lo más evolucionado y lo más primitivo que tenemos en nosotros, nuestros rasgos reprimidos y sombríos, nuestras potencialidades incipientes, nuestras heridas más ocultas...



En ese sentido, podría enunciarse que **lo que uno ve por sí mismo no se olvida**: se vuelve parte de un capital íntimo inalienable. De poco sirve que otros nos describan cómo somos o qué nos pasa: cartas natales, tests, y aún la definición del propio eneatispo tendrá poca eficacia si uno no transita por sí mismo **la constatación vivencial** de los patrones que alguien nos haya descripto.

De modo que el estudio de la Tipología del Eneagrama puede tener dos destinos posibles: si se la aborda desde la mera curiosidad ("*...¿A ver qué eneatispo soy?*", "*¿Si soy un seis tengo compatibilidad con un Tres?*") **no se irá demasiado lejos**: puede ser meramente algo así como un juego excitante, aunque superficial.

Pero... cuidado: si Ud. se asoma al Eneagrama **con seriedad**, con vocación investigativa, y dispuesto a ver en sí mismo todo lo que haya que ver (lo que le guste y lo que pueda no gustarle), es muy posible que la con-cepción que Ud. tenga de sí mismo y de la realidad cambie radicalmente para siempre: se vuelva más nítida, más amplia... (Y cabe recordar que aún quienes sean terapeutas podrán aplicar el Eneagrama en el trabajo son sus pacientes en tanto **ellos mismos** transiten un proceso de autocomprensión a través de estos conocimientos.)

Uno puede comenzar a comprender los propios patrones de conducta, por qué le cuestan tanto ciertas cosas, por qué le duelen otras, a través de qué puertas puede salir de mecanismos nefastos muy personales... Entonces sí: el Eneagrama puede convertirse en una herramienta de transformación, un **mapa para la ampliación de la conciencia de sí**. Y esto implicará que, en vez de quedarse con la información intelectual, Ud. tenga el coraje y la constancia de mirarse en el día a día, observarse lúcidamente...

Y cuando uno comienza a observarse con empeño (ya sea porque inició un proceso terapéutico, o cualquier otro intento de lograr claridad acerca del propio psiquismo) con frecuencia, si carece de un mapa para esa autoinvestigación, se encuentra perdido ante tanta vastedad: la multiplicidad de mecanismos psicológicos a veces genera confusión, desconcierto, dificultad para **discernir qué es qué**.

En mi experiencia personal, y también profesional (como docente y como terapeuta) encuentro que el conocimiento de los resortes que mueven la conducta del propio eneatispo y de sus combinaciones personales oficia el mismo papel que podría cumplir en un complicado aparato su **manual de instrucciones**. Sí: somos complejas maquinarias psicoespirituales. Contar con un mapa preciso del propio psiquismo es quizás lo más valioso a lo que un buscador interno pueda aspirar.



MIRANDO HACIA ADENTRO: *Soy consciente de que describir estrategias para la observación de sí excede el espacio del que disponemos para el objetivo que hoy nos convoca. Pero al menos digamos que observarse implica crear una Conciencia-Testigo (como lo enuncia la Psicología Transpersonal): la capacidad de ir desarrollando una instancia interna que pueda ver lo que sucede dentro nuestro sin quedar involucrada por lo que nos pasa. La Meditación propiamente dicha implica poder observar los procesos internos en la quietud y el silencio. Pero la prueba más ardua en el arte de observarse a sí mismo estará **en medio de la acción**, en la vida cotidiana. Allí se moverán nuestros patrones internos y... claro, es más difícil no involucrarse, no quedarse identificado con nuestros celos, nuestro enojo, nuestro miedo, nuestros anhelos...*

Quando hablamos de **patrones psicológicos** nos referimos a esas estructuras funcionales por las que **mecánicamente** tendemos a repetir un mismo tipo de respuesta ante cada estímulo de la vida. De modo que podría expresarse así: "Cada vez que sucede X yo siento Z y hago W". Esos patrones internos van a estar configurados por dos variables fundamentales: los **condicionamientos biográficos** que moldearon nuestra

personalidad, y **el tipo humano** sobre el cual esos condicionamientos se imprimieron. El primer factor es histórico, pero el segundo es innato. De modo que distintos condicionamientos producirán diferentes consecuencias psicológicas según la matriz desde las cuales la persona los viva. Desde la sistematización que ofrece el Eneagrama, esa matriz innata es el propio eneatiipo.

Bien: ahora voy a enunciar un mecanismo básico por cada eneatiipo. Pero no lo haré de cualquier manera, sino que lo describiré como podría hacerlo una persona entrenada para mirarse a sí misma, **tal como podría haberlo registrado en su diario personal.**

Y le pido que, al leerlos, elija uno con el cual se sienta más identificado, y durante esta semana esté particularmente atento cada vez que ese mecanismo cobre vida en Usted. Tal vez pueda "pescarse" a sí mismo **en medio de la acción**, cuando ese comportamiento interno o externo se articule. Pero si no logra hacerlo mientras el mecanismo se activa, le propongo que hacia el final del día realice una **revisión de conciencia** para advertir si ese mecanismo ha tenido espacio en alguno de los eventos del día. El arte de la observación de sí requiere de un minucioso entrenamiento cotidiano y un buen mapa puede ser el sustento fundamental para **organizar lo que uno observe.**

(Sé que esta breve lista es mínima, claro que sí, pero luego iremos destinando el suficiente tiempo a cada eneatiipo para profundizar en sus complejos laberintos psicológicos.)



- **Podría haber escrito un Uno:** "Hoy he visto claramente mi 'Perfeccionista' en acción: **me cuesta horrores delegar.** Me decidí a hacerlo al menos esta vez, para no quedar atrapado en el mecanismo; pero aun delegando me encontré **previéndolo todo:** dando mil indicaciones, abrumando al otro con detalles... y hasta dándole a entender que si finalmente **lo hacía mal** no se preocupara, que **yo lo corregiría!** Necesito hacer esta gimnasia interna para trabajar mi **resistencia a soltar responsabilidades innecesarias.**"

- **Podría haber escrito un Dos:** "Hoy me observé interactuando con una compañera nueva de Yoga, y reconocí de qué manera me presento habitualmente ante un desconocido: procuré hacerle ver que soy una persona confiable, amorosa. Enseguida le llamé por su nombre (es más: lo usé en diminutivo!) y le hice algunas preguntas como para generar cierta intimidad (me contó que acaba de separarse). Sé cómo llevar la

conversación como para que el otro me cuente cosas personales. Al poquito tiempo estábamos como viejas conocidas, y me vi haciendo lo de siempre: dándole mi teléfono para que me llamara si se sentía sola o necesitaba algo, y el del pediatra de mi hijo por un problema que tiene el suyo. Si sigo así, sé que pronto será otra de mis 'desvalidos adoptados' con quienes cargo mi vida..."

- **Podría haber escrito un Tres:** "Tengo una nueva alumna de la Universidad. Se acercó a preguntarme algo de la clase e inmediatamente adopté una postura de seducción. Vi, como nunca, de qué manera imposto la voz, modifico la postura de mi cuerpo y elijo aquellas palabras que produzcan el impacto justo: ser visto como 'brillante'. El otro desaparece, y sólo existo YO. Necesito que el otro quede cautivado conmigo... aunque la persona no me importe demasiado! Cuando advertí esto, pude relajarme y **prestarle atención a ella** más que a mí mismo: y ella estaba en verdaderos problemas, pues acababa de perder a su padre en un accidente, y en verdad quería comunicarme su dificultad para que la considere en un examen... Me sentí inadecuado, desubicado con mi anterior actitud, pero luego pude recomodarme de mejor manera..."

- **Podría haber escrito un Cuatro:** "Acabo de advertir que hay momentos en que vivo algo bueno, algo bello, pero, mientras lo estoy viviendo, con otra parte de mí le quito brillo a la posibilidad de alegría, anticipándome a la posibilidad de perder eso que vivo: cuánto voy a extrañar ese momento, qué efímera es la felicidad, qué poco dura lo bueno... Creo que estoy más familiarizada con la melancolía y el dolor que con el contento. Y que necesito entrenarme en practicar el contento: aprender a, simplemente, apropiarme de la alegría, del disfrute, del bienestar... como siento que pueden hacerlo los demás."



- **Podría haber escrito un Cinco:** "Hace ya tiempo que quisiera expresarle a Ester lo que siento por ella. Tiempo? Más de tres años! Me veo ensayando en mis pensamientos cómo se lo diré, cómo reaccionaría, qué haría yo ante cada tipo de reacción. No es que no haya pensado en decírselo, pero nunca encuentro el momento: clasifico las posibilidades, contemplo cada variable para hallar el momento justo, ... Y hoy me di cuenta de lo obvio: me muevo con libertad en el mundo de mis ideas, pero me da terror dar el paso hacia la acción, porque allí entra aquello que ya no está bajo mi control: la conducta del otro. Por eso creo que me resulta mucho más fácil estar solo que interactuar con gente... Las emociones son demasiado complicadas para mí!"

- Podría haber escrito un Seis: "En estos días me he dado cuenta de cuánta energía dispenso en conservar la unión en nuestro grupo: estoy todo el tiempo creando alternativas para que haya buena comunicación y unión (envío mails, fotocopia textos para todos, doy aviso a todos cuando sé que alguno está mal para que le den apoyo...). Tengo la impresión de que si yo no hiciera ese trabajo el grupo se disgregaría, o todos se volverían contra todos. Siempre me sentí indispensable para que el grupo funcione. Pero hoy me acabo de plantear si no será que **el grupo me es indispensable a mí...** para que YO funcione y mi vida tenga sentido!"

- Podría haber escrito un Siete: "Ahora me doy cuenta de dónde nace buena parte de mis problemas: veo que la mayoría de las personas cuando desean algo pueden hacer algo muy simple: esperar. Esto es: buscar el momento oportuno, hacer sacrificios para conseguirlo, o simplemente decirse a sí mismo 'NO' (porque no es bueno para mí, porque me hace mal, porque no me corresponde, porque le haré mal a otros...). En cambio yo, cuando quiero algo soy como una criatura: LO QUIERO YA! Y esto puede valer tanto para comprarme una golosina, como para tomar otra cerveza, o viajar a Tahilandia. Se me ocurrió, y lo quiero. El tiempo adulto que va entre el deseo y su concreción me resulta... in-so-por-table! Y no tolero la frustración: no acepto un 'NO' ni un 'después'. Sí: esto me trae muchos problemas!"

- Podría haber escrito un Ocho: "Hoy me vi repitiendo el mismo patrón emocional desde el cual se movía mi padre: mi hijo se acercó para abrazarme en un momento en que yo estaba muy atareado, con una importante llamada telefónica de mi empresa... y se disparó en mí una desproporcionada reacción de intolerancia: me puse rígido, y lo reprendí por ser 'inoportuno'. '¿¿No ves que estoy ocupado??!', le dije rudamente. Pero enseguida me di cuenta de mi dureza, y, sí: le pedí disculpas (no-bleza obliga!). Lo miré a los ojos, lo abracé, recibí su afecto y le dije cuánto lo amaba. Me estoy entrenando en expresar la ternura. Qué pena que mi padre no haya hecho lo mismo!..."

- Podría haber escrito un Nueve: "Todos saben que yo nunca digo que no: si el otro quiere algo, no tengo problema en ceder mi preferencia, pues me da igual una cosa que otra. Sin embargo, vi un 'mecanismo Nueve' bien claro: con frecuencia cuando en realidad no quiero hacer determinada cosa, en vez de decirlo con claridad, **como quiero evitar el conflicto**, digo que sí... pero después me olvido de ir, o bien llego tarde, o me produzco un pequeño accidente que complica todo... Mi terapeuta siempre me dijo que yo en vez de decir que no, saboteo lo que no quiero hacer, y que eso es un modo indirecto de expresar enojo o contrariedad ... Y esto me trae problemas, pues, claro, irrita a cualquiera! Pero entonces el que expresa el enojo es el otro, en vez de hacerlo yo!!

*Creo que tengo que aprender a tener más claridad respecto de lo que quiero y lo que no, **independientemente de lo que el otro quiera...***"

Como se dará cuenta, éstas son historias muy reales... Quizás sirvan de orientación para su propia observación de sí, o bien para clarificar una de las utilidades concretas que puede otorgar conocer los mecanismos íntimos de cada eneatispo.

Una visión vertical de los eneatispos

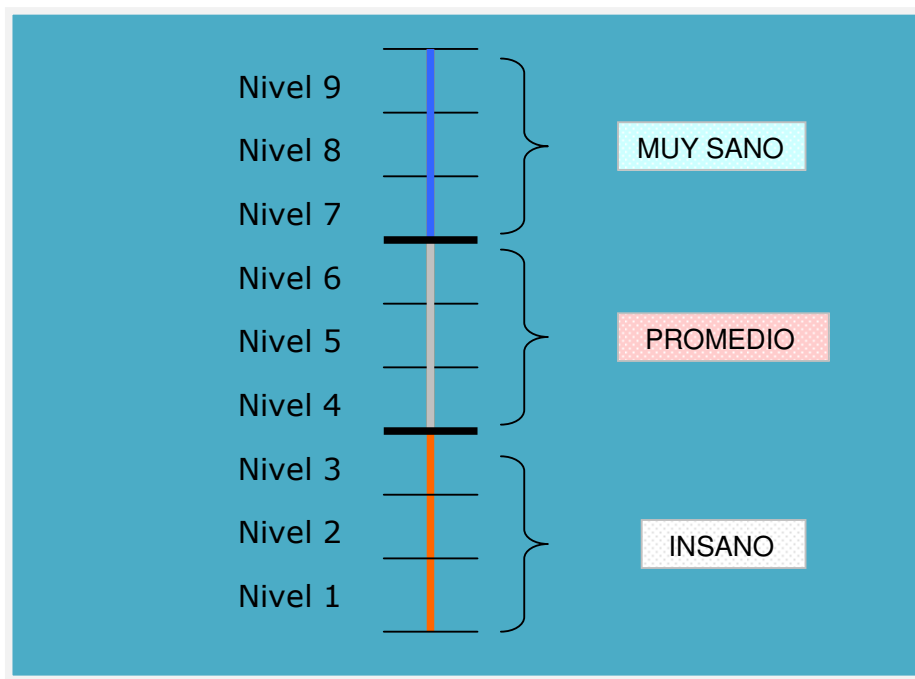
La comprensión del sistema del Eneagrama sería incompleta si no le incorporáramos una dimensión vertical. ¿Qué significa esto? Veámoslo así: desde la Psicología Transpersonal, el ser humano es un ser evolucionante, desarrollando un proceso a través del cual despliega su conciencia a lo largo de toda su vida (o quizás de varias vidas...). La expresión "despliegue de la conciencia" implicará ser cada vez más lúcido respecto de los propios mecanismos, más pleno, más congruente, más integrado, mejor conectado con la realidad...

Es claro que un ser humano puede ir hacia esa **mayor** integración, o bien hacia un estado de **menor** integración, ya sea durante un cierto período... o quizás toda una vida. Del mismo modo, aún durante un solo día podemos vernos fluctuar de un estado óptimo a otro promedio, o a "bajones" importantes que luego volvemos a remontar... De pronto, nos vemos ejerciendo lo más sano de nuestra matriz eneatispica... y en otra circunstancia nos juegan una mala pasada nuestros mecanismos más característicos, aquéllos con los que tenemos que aprender a trabajar cotidianamente.

O sea: podemos vivir, **dentro de nuestro propio eneatispo**, sus aspectos más evolucionados o sus características menos sanas. Por ello, desplegarse a sí mismo no va a implicar **cambiar de eneatispo**, sino vivenciar cada vez con mayor permanencia los rasgos más sanos de nuestro eneatispo nuclear y de los eneatispos subsidiarios que constituyen nuestro modo de ser.

Del mismo modo, cabe señalar que un proceso terapéutico centrado en esta visión del ser humano tendrá como pauta central el que el terapeuta guía a su paciente para comprender de qué manera transita las diversas gamas de su interioridad, cómo sus propios patrones determinan su vida, y aprovechar a despertar lo mejor de sí para aprender a elegir conscientemente, cada día...

Don Richard Risso, -un autor muy sensato en mi criterio- desarrolló con claridad este concepto a través de este gráfico:



(He modificado respecto de este autor el orden de la numeración, ubicando el Nivel 1 como menos sano, y el Nivel 9 como más sano, siguiendo el sentido de la mayor parte de los gráficos que aplican las Tradiciones de Conocimiento, en los cuales los números más altos indican niveles superiores, y se ubican en escala ascendente.)

Cada eneatispo puede funcionar en cualquiera de estos rangos, teniendo manifestaciones muy diferentes según en qué nivel tenga su raíz cada rasgo o conducta. Ésta es una de las razones por las cuales enunciar de una persona que "es un Ocho" sea poco decir. ¿Es un Ocho muy sano, promedio, o insano? Porque, por poner dos extremos, un Ocho insano podrá ser un Al Capone o un Atila, y un Ocho muy sano podría ser un Robin Hood o el héroe de cualquier país. Los humanos comunes nos movemos en el medio de los extremos, y nuestro trabajo consistirá en fundamentar nuestra identidad en los márgenes más sanos del espectro.

También oscilamos a lo largo de las tres bandas en nuestro peores y mejores momentos: la tarea interna que propone el Eneagrama es la de reconocer cuándo estamos en **zona de riesgo**, desde el Nivel 4 hacia el 3: observar los mecanismos que anuncian ese descenso (dirección de desintegración) para trabajar sobre lo que nos pasa. (Cada eneatispo tiene rasgos bien marcados que se acentúan en esa zona de riesgo. Conocer

esos mecanismos ayuda a tomar las medidas necesarias como para que ese descenso hacia lo menos sano de sí no se produzca.)

Del mismo modo, un individuo puede trabajar para mantenerse en los niveles más desarrollados de su propio eneatis: cada uno de ellos tiene recursos disponibles que le pueden ayudar a vivir en lo posible sus zonas más crecidas, hacia una dirección de integración.

Todos estos conceptos son más complejos. Pero por ahora vaya al menos este breve esbozo para que Ud. pueda introducirse en este tema de a poco. Quizás luego podamos ver juntos en una clase grupal *on line* los demás aspectos de este ítem: ¿es lo mismo “más sano” que “más evolucionado”? ¿Cómo sería el proceso de evolución de cada eneatis teniendo en cuenta este esquema? ¿Qué significaría “trabajar sobre sí” en relación a los rasgos de cada eneatis?...

Es un tema apasionante, claro que sí, pues hace al sentido mismo de la vida: hacer florecer lo mejor de nuestra interioridad, pues la Humanidad sólo puede evolucionar hacia un mundo mejor a través del trabajo que cada individuo haga sobre sí y, a partir de ello, en su propia comunidad. Ojalá esto que le he compartido le sea de utilidad, y le llegue con el afecto y entusiasmo que en mí misma se genera al querer compartirse. Hasta la próxima!♣

ILUSTRACIONES DE ESTE MÓDULO:

- Pág. 2: Antiguo grabado sufi.
- Pág. 5: "*Retrato de Inger Munch*", de Eduard Munch.
- Pág. 7: "*Retrato de la Señora Natasha Gelman*", de Diego Rivera.
- Pág. 8: "*Pour Dali*", de Andrea Rougerie.
- Pág. 11: "*Meditación*", de Raquel Parra.
- Pág. 12: "*Jeanne sitting*", de Amedeo Modigliani.
- Pág. 13: "*Solitude*", de Ángela Trelles.
- Pág. 16: "*Sensitivity*", de Félix Mas.
- Pág. 18: "*Fury before the Dawn*", de Ser Ashby.♣