

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/340716627>

# Introducción al Eneagrama

Article · December 2013

---

CITATIONS

0

READS

10,639

1 author:



Rodrigo Brito

11 PUBLICATIONS 24 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Ethics [View project](#)



Mindfulness in education [View project](#)

## REVISIÓN

# INTRODUCCIÓN AL ENEAGRAMA: UNA CONTRIBUCIÓN A LA INTEGRACIÓN DE SÍ MISMO\*

(Rev GPU 2013; 9; 4: 373-402)

Rodrigo Brito <sup>1</sup>

“Prefiero ser una persona completa  
antes que ser alguien bueno”

C. G. Jung

El presente trabajo pretende sintetizar lo que, en mi opinión, representa lo medular de la sabiduría contenida en el Eneagrama en cuanto herramienta psicoterapéutica. Su propósito fundamental consiste en proporcionar al lector una oportunidad para llevar a cabo una experiencia de autoconocimiento que acaso pueda contribuir al desarrollo de un mayor bienestar personal, así como en el modo en que establecemos nuestras relaciones interpersonales. En esta *primera parte* se abordarán algunos aspectos teóricos del Eneagrama en cuanto a su sentido y en cuanto herramienta psicoterapéutica. Además, se llevará a cabo una descripción relativamente detallada de cada eneatispo en relación con sus motivaciones básicas en cuanto fundamentos de sus respectivos modos de estar-en-el-mundo cotidianamente. Queda para la siguiente publicación la *segunda parte* de este trabajo, relativa a los subtipos eneagrámicos, así como a una reflexión acerca del fenómeno de la integración y de la integridad humana como meta del trabajo psicoterapéutico desde esta perspectiva. De más está decir que recomiendo sinceramente el trabajo personal basado en esta herramienta, especialmente a través de la experiencia de los programas SAT creados por Claudio Naranjo.

\* Nota del editor: por error, una parte de este trabajo apareció publicada en el número anterior de GPU. A continuación entregamos la versión completa.

<sup>1</sup> Psicólogo y filósofo de la Pontificia Universidad Católica de Chile. Director del Centro Umbrales ([www.centroumbrales.cl](http://www.centroumbrales.cl)). E-mail: [rbritopastrana@gmail.com](mailto:rbritopastrana@gmail.com).

## CONTEXTUALIZACIÓN TEÓRICA

El impulso intelectual inmediato que me mueve a realzar la presente síntesis tiene un doble fundamento: por una parte mi participación en el SAT II, donde tuve el privilegio de recibir en forma oral un profundo y vívido conocimiento acerca del Eneagrama, recepción que fue mucho más que una mera adquisición de información, siendo más bien una experimentación íntima basada en el ejercicio de identificarme con los rasgos caracterológicos de cada tipo y subtipo eneagrámico. Por otra parte, el estudio concentrado y, una vez más, autoaplicado del agudo libro de Claudio Naranjo *Carácter y neurosis*, junto con otros libros iluminadores como el de Almaas (2002) *Facetas de la unidad: El Eneagrama de las Ideas Santas*, así como el capítulo que Siegel dedica al Eneagrama en su libro *Mindfulness y psicoterapia*. En todo caso, no se comprendería nada de este impulso si no lo recondujera a su fuente más originaria y viva: he reconocido en este saber sapiencial la poderosa verdad de sus descripciones y el enorme poder transformador que esconde para quien se atreva a encarnarlo.

El origen del saber contenido en el Eneagrama es oscuro, aun cuando sabemos que deriva de la tradición sufi<sup>2</sup>, comúnmente asociada al islamismo, pero que es en rigor una doctrina mística a la que le importa mucho menos el ropaje religioso con el que se la revista cuanto la práctica y la disciplina que propone para el encuentro con la verdadera mismidad. En occidente, y en el tiempo reciente (siglo XX), el recorrido reconocible que ha seguido el descubrimiento del Eneagrama va desde la figura enigmática de Gurdjieff, pasando por las enseñanzas de Ichazo, hasta la apertura definitiva llevada a cabo por Naranjo, camino que ha contradicho el aparente destino que pesaba sobre este saber en tanto que conocimiento esotérico. La apariencia de esta apertura, de esta publicidad, radica en que no importando cuantas publicaciones encontremos sobre el Eneagrama, cuánto hablemos de ello, lo verdaderamente crucial y difícil es llegar a una comprensión y encarnación auténtica (transformadora e iluminadora) de su mensaje y su trasfondo. Está demás el explayarme respecto de mi propia falta de autoridad en esta materia.

<sup>2</sup> Concretamente, se cree que este conocimiento se remonta a la Babilonia de 2500 a. C., tiempo en que la hermandad de los sarmouni enseñaba y practicaba éste y otros conocimientos encaminados a alcanzar la realización plena de la propia verdad interior y el despertar de la íntegra humanidad.

Además del origen sufi, el Eneagrama ha recibido un importante modelamiento desde el misticismo cristiano, desde el así llamado “Cuarto Camino”<sup>3</sup>, recibiendo en la actualidad, todavía, otros agregados y aportes desde el enorme caudal de la psicología y la psiquiatría del siglo pasado. Considerando todas estas fuentes, podemos intentar una comprensión preliminar y general del sentido y la estructuración del Eneagrama como mapa inusualmente amplio y complejo de ese territorio inabarcable que llamamos el alma humana.

Podemos afirmar, para empezar, que en el hombre hay una distinción fundamental entre lo que es verdaderamente y lo que parece ser, entre lo que podemos llamar su dimensión ontológica y su aspecto óptico<sup>4</sup>. Casi todas las tradiciones espirituales hablan del acontecimiento mítico según el cual el hombre ha caído del paraíso hacia el orden terrenal. El significado existencial de esta mitología radica en que hemos perdido un estado de armonía en el que vivíamos integrados en el todo y donde todo fluía sin interferencia, sin distinciones, sin obstáculos ni sufrimiento. En ese estado originario, se supone que éramos todo cuanto podíamos llegar a ser, en la medida en que la realidad abarcaba justa y precisamente el instante en que todo surge, sin que quede lugar para la insatisfacción de la falta. Naranjo, siguiendo en esto las ideas propuestas por el psicoanálisis, parece identificar ese “paraíso perdido” con la primera infancia, como ese tiempo en que el hombre vive espontáneamente en la confianza básica de su sabiduría orgánica. Pero la infancia se desarrolla en un

<sup>3</sup> “Cuarto camino” es, en rigor, el nombre que Gurdjieff le da a su propia enseñanza basada en los conocimientos y en las prácticas del sufismo y del cristianismo místico, e implica la integración de los otros tres caminos tradicionales hacia la autorrealización espiritual: el del faquir que busca la verdad adiestrando su cuerpo, el del monje que busca la verdad trabajando en sus emociones y cultivando el amor, y el del yogui, que busca la verdad a través de la comprensión que da la contemplación. El cuarto camino plantea que la búsqueda de la verdad debe cultivar al unísono estos tres ámbitos de la existencia humana, cultivo que debe (y puede) desplegarse en la vida cotidiana, en medio de los ajetreos y de las relaciones habituales y no en el aislamiento y el retiro del mundo. La vida de todo ser humano está plagada de relaciones y de usanzas, por lo que la única iluminación posible ha de darse en medio del quehacer diario que ha de vivirse con toda la conciencia posible.

<sup>4</sup> Sigo aquí las ideas de Heidegger en torno a lo que él denomina “diferencia ontológica”, aunque despojándola de su connotación exclusivamente metafísica, para alcanzar al ser del hombre en su conexión con el todo.

determinado contexto familiar, social y cultural, y esto implica, inevitablemente, una interferencia (con matices, por supuesto) en el orden natural del flujo orgánico del bebé y del niño. El amor y sus vicisitudes<sup>5</sup>, es decir, las experiencias de ser amado o no, de poder amar o no, de ser respetado o no, de poder respetar o no, todo ello tiene un impacto modelador de la persona en el sentido de la necesidad de ir forjando un personaje (una máscara) capaz de defender al organismo para permitirle sobrevivir al sufrimiento en que ha devenido el dolor original. Ante la imposibilidad de poder ser sí mismo el hombre se ve obligado a adaptarse a su entorno y a desarrollar un andamiaje de estrategias y de reacciones aceptables que le permitan su continuidad. Este proceso de adaptación se basa, principalmente, en el mecanismo de identificación y tiene como resultado progresivo e “irrevocable” la constitución del carácter. La persona auténtica deriva en personalidad defensiva. La propia personalidad es el producto de una interferencia ambiental<sup>6</sup> y, en su origen, nos sirvió para sobrevivir a los embistes de la “locura” del mundo adulto, tan enajenado y disruptivo<sup>7</sup>.

Se produce así un oscurecimiento ontológico (del propio ser) por obra de un encubrimiento óptico (de la propia personalidad) que deriva de un modelamiento contextual. Nuestro ser esencial consistiría en nuestra conciencia despierta, en el despliegue de nuestro potencial integrado (inteligencia-emoción-instinto) y estaría compuesto por un centro intelectual superior, un centro emocional superior y un centro instintivo libre. En estado “puro”, esta tríada esencial se caracteriza por

un flujo armónico, por una especie de danza entre el sí mismo y la realidad, en la que ésta es comprendida-sentida-actuada tal cual es, sin agregados ni restas de ningún tipo, sin tergiversaciones ni conflictos de ninguna especie. Otra cosa sucede con el adulto caído que somos. Estos tres centros han sido degradados (es decir, reducidos) a un centro intelectual inferior en el que las ideas se transforman en fijaciones, en un centro emocional inferior en el que las emociones se transforman en pasiones y en un centro instintivo fragmentado en un aspecto conservacional (preocupación por la sobrevivencia), uno social (preocupación por las relaciones) y uno sexual (preocupación por el placer). Este proceso inferiorizante, reductivo y degradante constituye nuestro peculiar carácter, lo que llamamos nuestra personalidad. En palabras de Naranjo: “El núcleo fundamental del carácter, tal como lo expondré aquí, tiene una doble naturaleza: un aspecto motivacional en interacción con un prejuicio cognitivo, una ‘pasión’ asociada a una ‘fijación’”. Con más detalle, podemos entender este proceso como “una interferencia de la pasión en el instinto bajo la influencia continua de una percepción cognitiva distorsionadora” (p. 55). Según esto, la batalla que tenemos ante nosotros, la “guerra santa” que tenemos que librar no es propiamente contra los instintos, sino justamente contra aquellos aspectos que aprisionan y tienen cautivos a nuestros instintos (en sí mismos sanos): las pasiones y fijaciones, expresadas como motivaciones fundamentales y como pensamientos automáticos y rígidos, respectivamente.

Una imagen gráfica que en lo personal me parece apropiada es la de comprender nuestro carácter, nuestros modos habituales de funcionar, como un dragón celoso y territorial al que hay que intentar domesticar<sup>8</sup>. El dragón sirve aquí como símbolo de una pasión desbocada y de una intransigencia destructiva, así como de un empecinamiento en mantener el *statu quo* tal y como está. Por otra parte, el dragón simboliza el peligro que entraña el enfrentamiento con el propio carácter, el que utiliza cualquier recurso para persistir. El riesgo de esta “guerra” consiste en salir quemado o tragado por el dragón. Sin embargo, detrás de la bestia se esconde la fragilidad del niño del que nació. De lo que se trata, nos dice Naranjo, no es de luchar contra nuestros

<sup>5</sup> Parafraseando a Freud, para quien lo relevante eran la pulsiones y sus destinos, entendiendo la pulsión como cercana a la libido, a la pulsión sexual, aunque no exclusivamente. En todo caso, en Freud encontramos un reduccionismo en su concepción del amor, el que suele ser comprendido por el padre del psicoanálisis desde el erotismo genital o pregenital.

<sup>6</sup> Esta fue una de las preocupaciones centrales del grupo psicoanalítico independiente cuya figura central fue D. Winnicott y sus conceptualizaciones acerca de la madre suficientemente buena, el rol de espejo de la madre, el verdadero y falso self, así como sus ideas en torno a la transicionalidad.

<sup>7</sup> He aquí una descripción contraria a los consejos taoístas del viejo Lao Tse, quien en uno de sus epigramas del *Tao Te King* nos dice: “Si yo dejase de estorbar a las personas, ellas se ocuparían de sí mismas. Si yo dejase de mandar a las personas, ellas obrarían por sí mismas. Si yo dejase de sermonear a las personas, ellas se perfeccionarían por sí mismas. Si yo dejase de imponerme a las personas, ellas se convertirían en sí mismas”.

<sup>8</sup> En la tradición budista existe la imagen de la “doma del buey”, con sus pasos y todo, en una clara alusión a la domesticación del propio ego que no concluye con su extinción sino con su amansamiento. La desidentificación y el desapego respecto del ego desembocan en una canalización de sus destrezas a favor del propio sí mismo.

instintos, sino todo lo contrario: luchar contra sus captores, a fin de liberarlos y recuperar así la espontánea sabiduría de nuestro organismo. Y ya hemos identificado a nuestros captores. Los más originarios son nuestra *pasiones*, expresadas en lo que el cristianismo ha llamado los “pecados capitales”; que son impulsos motivacionales cargados intensamente de un afecto destinados a la satisfacción egoica en contra de un contacto armónico con lo otro, con los otros y con nosotros mismos. Las pasiones nos mueven ciega e impulsivamente hacia una acción cuya naturaleza es defensiva e inoportuna. Como derivados de estas pasiones configuradas desde la infancia están las *fijaciones*, que son ideas, creencias y valoraciones distorsionadas que cristalizan como racionalizaciones justificadoras de nuestras pasiones. En la vida adulta estas ideas fijas operan manteniendo la fuerza de nuestras pasiones, de las cuales somos (justamente) agentes pasivos. Estas fijaciones se evidencian en “pensamientos automáticos” y en una gran variedad de “ideas locas” que fundamentan cognitivamente nuestros modos de ser y de actuar en el mundo según nuestro particular carácter.

He aquí una cuestión clave a la hora de aventurarse en la comprensión del Eneagrama, tal y como yo lo entiendo. Creo que desde este saber subyace la idea de que el hombre es un ser natural, ligado al orden del cosmos, constituido por una especie de animalidad sagrada. “Sagrada” en la medida en que el hombre se autotrasciende en su propio ser, de ahí que sea posible este viaje hacia el abismo que somos, más allá de las múltiples máscaras de nuestra personalidad. Y, sin embargo, “animalidad”, en la medida en que somos cuerpo, con sus impulsos propios y naturales (premorales), que representan justamente nuestro centro más espontáneo y auténtico. Hay aquí una defensa de nuestra libertad instintiva, la que dista infinitamente de una instintualidad reprimida y condicionada por las pasiones y fijaciones que hemos tenido que forjar a modo de defensas contra los requerimientos anti-naturales de nuestro contexto sociocultural. De este modo, una genuina comprensión del Eneagrama y de sus potencialidades implica hacerse cargo de la necesidad que tenemos de compensar nuestra hipertrofia apolínea con un cultivo y una liberación de nuestro ser dionisiaco. Nietzsche nos enseñó sobre la grandeza y el poder de esta dimensión de lo humano, ligándolo con la creatividad y fecundidad propias de la tierra, con la intuición embriagadora y la sobreabundancia que surge de la voluntad de poder propia de la vida que se expresa en la afirmación incondicional de la misma.

Junto con esta instintualidad sagrada, otro principio fundamental del Eneagrama dice relación con el

origen de los diferentes eneatis. Éste se basa en el grado de sostén, de seguridad, de cuidado y de amor con que hemos sido criados y tratados por nuestras figuras parentales en nuestra primera infancia (digamos que hasta los 5 o 7 años). Estos vínculos tempranos y originarios configuran la atmósfera emocional y existencial desde la que nos vamos conformando a nosotros mismos en nuestros variados y complejos modos de ser y, sobre todo, en nuestros patrones de relación con nosotros mismos y con el mundo. Desde esta perspectiva, partimos del hecho (realista a mi juicio) de que nuestra crianza siempre conlleva frustración y nos demanda algún grado de adaptación y de defensa, ponernos un barniz de inautenticidad para crear un personaje que goce de mayor aceptación o, al menos, que genere una sensación de control y de manejo de la propia vida. Esta sensación de control nos ayuda a enfrentar nuestras angustias radicales, relativas a la soledad, al abandono, a la muerte. Cada uno de los eneatis que hemos de revisar surge como una manera concreta y particular de sobreponerse a esta “falta básica” por medio de la construcción de un ego que nos ha de servir como refugio o, más precisamente, como fortaleza.

Almaas (2002) se refiere a lo anterior con más detalle al señalar que:

El Eneagrama cartografía los distintos modos que desarrolla el ego para afrontar la ausencia, las interferencias, las rupturas y discontinuidades del apoyo. La reacción para el Punto Uno [eneatis uno] es intentar hacer que se produzca el apoyo mejorándose a sí mismo. En el caso del Punto Dos, se trata de negar la necesidad de apoyo, aunque, sin embargo, manipula y seduce al entorno para que lo proporcione. En referencia al Punto Tres, se trata de negar su necesidad pero pretender: ‘Puedo hacerlo solo, sé cómo puede ser la realidad y cómo voy a evolucionar y hacer que suceda’. Para el Punto Cuatro, la pérdida o ausencia de sostén se contrarresta negando que exista una desconexión del Ser, mientras que al mismo tiempo se intenta hacer que el entorno sea sustentador tratando de controlarlo y controlándose a sí mismo. En el caso del Punto Cinco, la reacción es no afrontar la sensación real de pérdida y no sentir directamente las interferencias apartándonos y aislándonos; eludiendo la situación en su conjunto. Para el Punto Seis, la estrategia es estar más en contacto con el miedo y la desconfianza, poniéndose a la defensiva y mostrándose paranoico en relación al entorno. En el caso del Punto Siete, se trata de planificar cómo hacerlo agradable, y fantaseando cómo nos

sentiríamos, en lugar de experimentar el dolor de la pérdida de apoyo. Para el Punto Ocho, se trata de enfadarse en relación a la pérdida de apoyo y luchar con el entorno para recuperarlo, intentar conseguir justicia y vengarse del daño. En el caso del Punto Nueve, la reacción es intentar suavizar las cosas y actuar como si todo estuviera bien, existiendo de un modo mecánico y carente de vida (p. 31).

Tenemos que mantener presente que estas orientaciones fundamentales (representadas por cada eneatispo) son formas defensivas que surgen de la interacción entre el niño y sus figuras cuidadoras en su primera infancia, dando por resultado en la adultez un carácter o modo de ser específico y distintivo, aunque al mismo tiempo lo suficientemente típico en sus rasgos generales como para caer dentro de la descripción esencial de algún eneatispo. Dicho con simpleza, cada eneatispo es una forma específica de hacer frente y de buscar el amor, es decir, la vinculación con los demás y con el mundo en general, sólo que desde un modo de ser adaptativo, atrofiado, reducido, en lugar de hacerlo desde nuestro ser más genuino caracterizado por la apertura, la confianza y la aceptación.

Así las cosas, nuestro ser más profundo no es otra cosa que vacío, en la medida en que se da como devenir, en evidente contraste con la rigidez y estaticidad propias del carácter. Esta experiencia de fondo, expresada en distintas formas por las más diversas tradiciones espirituales y filosóficas de todas partes, es a la que apunta Naranjo cuando dice: “dondequiera que el ‘ser’ parezca estar, no está, y que el ser sólo puede hallarse de la forma más improbable: mediante la aceptación del no-ser y de un viaje a través del vacío.” (p. 90). Antes de comenzar a explicar la estructuración del Eneagrama y, con mayor razón, antes de entrar a la descripción de los diversos eneatispos y sus respectivos subtipos, tenemos que mantener la mayor claridad respecto del verdadero sentido que tiene este saber: se trata de reconocernos en nuestro modo nuclear de estar en el mundo, en nuestras maneras habituales, en nuestros rasgos principales, de vislumbrar con la mayor nitidez posible los bosquejos fundamentales de nuestra personalidad, así como los rasgos asociados, no para acomodarnos conformistamente en los mismos, no para dar la impresión de un encomiable autoconocimiento, no para poder decir con toda seguridad y tranquilidad “así soy yo”, sino más bien para algo diferente: para des-identificarnos y tomar distancia de nuestro personaje habitual y poder así reconocerlo y aceptarlo realmente. Paradojalmente,

esta mayor aceptación nos permite ir transitando libremente no sólo por todos los eneatispos, sino sobre todo, nos permite existir desde ninguno en particular, en una revitalizante unidad psicocorporal. La frescura de un bosque o el jugueteo de un río sólo se experimentan cuando caminamos por el medio del bosque o cuando entramos en las aguas del río, no cuando nos quedamos mirando el mapa correspondiente. Sin embargo, el mapa presta sus servicios: nos ayuda a caminar sin extraviarnos o a zambullirnos sin ahogarnos. Lo importante es atrevernos a *experimentar en nosotros mismos todos los paisajes (dentro de las posibilidades de cada uno)* que nos constituyen, pues si vivo convencido de que soy lago (y que esa es la única y mejor manera de ser), entonces jamás comprenderé de verdad la maravilla (complementaria) de sentir la potencia y la exuberancia de una cascada o la profundidad y vastedad de un océano. Por qué limitarme a una sola forma cuando soy, como intuyó Aristóteles, en cierto modo todas las cosas.

Para concluir esta breve contextualización, no quiero dejar de mencionar la teoría de los “tres amores” de Naranjo, no sólo (como hemos visto) por la centralidad de esta experiencia en la formación del carácter y en la vida en general, sino porque ha de formar parte de la descripción de cada eneatispo, en la medida en que se ama de una forma específica desde cada uno de ellos, mostrando los respectivos modos de ser de una forma concreta y cotidiana en relación a los otros. Estas tres formas de amor son conocidas desde antiguo, por ejemplo, en la tradición latino-cristiana, bajo los nombres de *eros*, *caritas* y *philia*. Antes de clarificar cada uno de estos amores conviene advertir que se trata de tres formas “sanas”, es decir, naturales, en que el amor se da y se expresa, siendo necesaria la presencia de los tres para el benéfico equilibrio psico-espiritual. Sin embargo, esto no impide la posibilidad de que cada uno de ellos degeneren en una forma específica y reductiva, más aún en el contexto de una época y de una cultura como la nuestra en la que se tiende a confundir el amor con una serie de experiencias ajenas, ya sea desde lo estético o desde lo moral. “Tener” un determinado carácter (eneatispo) implica una degeneración y reducción en nuestra forma de amar, por lo que cuando hablemos del modo en que suele amar cada eneatispo estaremos haciendo referencia a un amor tergiversado o, si se quiere, a un pseudo-amor.

El primero de estos amores es el amor *erótico* y hace referencia al sano interés en uno mismo, ligado al placer y al deseo, sobre todo de índole sexual. Es un amor que busca la propia satisfacción y tiende a una suerte de plenitud de ser, a un sentirse corporalmente



**Figura 1.** Aquí se muestra una imagen simple del Eneagrama en la que se muestran los diferentes eneatis (E) y sus respectivas pasiones dominantes. Nos sirve para tener una mirada de conjunto y para visualizar desde ya las posiciones y las direcciones de movimiento de cada eneatis. La imagen está compuesta por un triángulo central que parte en el E9, va al E6, luego al E3, para volver al E9. Luego el movimiento sigue la siguiente dirección: E1-E4-E2-E8-E5-E7-E1. Los tres eneatis superiores (E8, E9 y E1) representan la tríada instintiva, caracterizada en su conjunto por estar obstaculizada existencialmente por la *ignorancia* y por una tendencia compensatoria hacia la acción. Los tres eneatis de la derecha (E2, E3 y E4) representan la tríada emocional, caracterizada en su conjunto por estar obstaculizada existencialmente por la *avidez* y por una tendencia intensa al apego afectivo. Los tres eneatis de la izquierda (E5, E6 y E7) representan la tríada racional, caracterizada en su conjunto por estar obstaculizada por la aversión y por una tendencia a la desconexión y al ensimismamiento. Esta explicación se desarrolla con más detalle en lo que sigue.

sin tensiones. Se busca al otro, principalmente del sexo opuesto, desde un interés lúdico en el que la propia satisfacción está en el centro y donde la actitud básica consiste en *recibir*. Su degradación (o falsificación) lo convierte en un hedonismo vacío y exageradamente egocéntrico, al punto de no importar los deseos del otro y de buscar compulsivamente una vida de satisfacción continua.

El amor caritativo o benevolente es aquel que se refiere al otro como un prójimo y cuya motivación fundamental está guiada por la compasión y por la comprensión mutua. Se trata de un amor que busca el bien del otro, su realización, su plenitud, encontrando felicidad en el bienestar del otro. Es un amor cuya actitud básica consiste en *dar*. El modelo de este amor es el maternal, con todo lo que aquí hay de gratuidad e incondicionalidad, así como con ese típico sello de auto-olvido y de puesta entre paréntesis de los propios intereses para ayudar al otro con sus necesidades. Su

degradación lo transforma en hipocresía, en el sentido de demostrar una preocupación por el otro que no pasa de ser una fachada para ocultar una motivación narcisista y autorreferente de fondo.

El amor filial o admirativo, por último, es el que está vuelto hacia los ideales, sean humanos o divinos, expresados en las figuras de héroes o dioses, o en valores absolutos y trascendentes capaces de movilizar y dar sentido a la existencia. Es un amor que se experimenta en la admiración o adoración a cierta trascendencia significativa y cuyo modelo originario se encuentra en el amor al padre y los grandes valores que éste encarna en cuanto ideales. Se trata de un amor que *da y recibe*, por lo que implica a la vez gratuidad y meritoriedad, esfuerzo en el desarrollo espiritual. Su degradación se vuelve fundamentalismo en la medida que los propios ideales y las propias verdades encontradas se entienden como *la única* versión posible de la verdad y como una moralidad insuperable.

## ESTRUCTURA Y PSICODINÁMICA DEL ENEAGRAMA

Hoy sabemos que el Eneagrama está estructurado de acuerdo con dos leyes numéricas enigmáticas: la ley del 7 y la ley del 3. Según la primera, accedemos a la dirección en que van surgiendo los diversos eneatis (E) desde sus predecesores. Según la segunda, comprendemos cómo es que los nueve eneatis están agrupados en tríadas con un núcleo común.

Respecto del número de eneatis y del ordenamiento lógico en que se deben explicar, podemos decir que la tríada principal está dada por la secuencia E9-E6-E3, formando el triángulo central al interior del círculo. La centralidad de estos eneatis está dada por representar el núcleo medular de sus respectivas tríadas en base a una pasión básica, más elemental que la de los eneatis restantes. De este modo la pereza, el miedo y la vanidad significarían (a la vez) la motivación más profunda de sus respectivos eneatis y una pasión de anclaje para los dos eneatis contiguos. El miedo tan propio del EVI se convierte en curiosidad exploradora y compulsiva del mundo propia de la gula del EVII o en reserva y autoencastamiento defensivo propio del EV. En otras palabras, podemos decir que al interior de esta tríada encontramos tres maneras diferentes de estructurarse en el mundo frente al miedo de base: como necesidad de experimentar, como actuación dudosa e insegura o como retraimiento autoinmunizante.

Los restantes eneatis y su dirección explicativa (psicodinámica) se obtienen al dividir 7 en 1. De este modo tenemos la siguiente secuencia: 1-4-2-8-5-7-1. Si bien son múltiples las relaciones que se establecen en la estructuración del Eneagrama, me interesa explicitar en esta síntesis tan sólo la que podemos encontrar al seguir las flechas, es decir, esa relación de secuenciación que se va dando con el paso de un eneatis al siguiente. Nos interesa esta conexión en especial, pues es la que va a guiar nuestro recorrido. Sigamos en esto, una vez más, los postulados de Naranjo (ver Figura 1).

Concentrémonos en el triángulo central 9-6-3-9. La pereza (o descuido de sí mismo) propia del EIX se convierte en el miedo del EVI como una forma de reencuentro consigo mismo, pero en oposición a un mundo amenazante del que hay que defenderse. Esta desconfianza en el mundo que llega hasta una parálisis propia que inhibe todo movimiento y toda iniciativa se convierten en un auténtico exhibicionismo y necesidad de lucimiento en el EIII caracterizado por la vanidad. El miedo se transforma en un deseo de ser admirado, pero en una apariencia que no es capaz de salvar el vacío interior y la amenaza de sinsentido. Podemos cerrar este

triángulo interpretando la pereza del EIX como una manera de superar el narcisismo y el egocentrismo estético de la vanidad por medio de un darse compulsivamente a los demás, en la secreta fantasía de ser esencial y necesario para los otros. El vacío se llena bajo el supuesto ilusorio de la bondad intrínseca en la servicialidad, pero se cae en un auto-olvido no menos peligroso.

Atendamos ahora a la psicodinámica de los restantes eneatis. La ira del EI, tan puesta como está en la crítica al mundo, se vuelve contra sí mismo en la envidia del EIV, pasando de una pseudoautosuperioridad a una pseudoautoinferioridad. El EII transforma esta sensación profunda de deficiencia y minusvalía, por sobrecompensación, en un fuerte sentimiento de orgullo y pseudoautovaloración. La actitud femenina y dependiente del EII, en el sentido de una necesidad del reconocimiento del otro, es negada en forma tajante por la hipermasculinidad atrofiada y prepotente del EVIII, en donde se niega justamente esta dependencia por medio de una tendencia a vínculos explotadores y avasalladores. Del mismo modo, todo lo que se permite con facilidad el EVIII en términos de dar rienda suelta a sus propios deseos y necesidades egoístas, es reprimido y contenido profundamente por el EV "optando" por la autoanulación antes de confrontar al mundo. El EVII, por su parte, por oposición a la reserva y austeridad interior del EV se sitúa en un lugar ilusorio de sobreabundancia, prefiriendo la expresividad de cualquier cosa a la nada. Finalmente, la pseudosexhuberancia y la fácil dispersión en que cae el EVII se compensan en el orden y la estructuración obsesivos y rígidos propios del EI.

Junto con esta psicodinámica secuencial encontramos en el Eneagrama una ordenación de los eneatis en 3 tríadas bien definidas: una instintiva (8-9-1), una emocional (2-3-4) y una racional (5-6-7). La *tríada instintiva* es la más corporal en el sentido del *hacer con tintes compulsivos*. El conflicto principal que atraviesa a estos tres eneatis es el del olvido de sí mismos, pudiendo ser y hacer en el mundo sin reconocer sus verdaderas motivaciones ni las consecuencias de sus actos. Aunque nos podamos desorientar fácilmente con posiciones corporales sólidas y con ideas claras y tajantes, toda esta tríada tiene dificultades para detenerse a establecer contacto con lo que realmente quieren y necesitan, avasallados por una impulsividad inconsciente. Otro tanto podemos decir de la *tríada emocional*, la cual es más bien femenina e histeriforme, tendiendo a perderse en el mundo llevados por sus intensos sentimientos hacia el mismo y sus "objetos". *El sentimiento, por sí mismo cobra el valor de "verdad absoluta"*, por lo que configuran una existencia funda-



mentalmente estética<sup>9</sup>, teniendo que hacer frente a la contingencia y veleidad propias de los sentimientos. Finalmente, la *triada del pensar* tiene la *tendencia a enfrascarse en sus racionalizaciones y explicaciones del mundo*, mediatizando su relación con el mismo con un complejo mundo de fantasías. Es una triada más masculina y obsesiva, por lo que predominan la desconfianza y el miedo a un mundo no predecible y controlable por el propio pensamiento.

Cada una de estas triadas emerge desde ciertas emociones básicas que se definen, una vez más, desde las primeras interacciones que tenemos en nuestros primeros años de vida, cuando somos unos frágiles y desvalidos infantes. Aquí se mezclan en forma enigmática factores ambientales con ciertas tendencias genéticas y temperamentales que traemos desde incluso antes de nacer. Según Siegel (2012):

Los tres estados que creemos fundamentales para entender el desarrollo de la personalidad son el miedo, la angustia y la ira. Como mínimo, el modelo PPD<sup>10</sup> sugiere que algunas personas son más propensas a sentir miedo en respuesta a sucesos de la vida; otras sienten angustia, sobre todo a causa de la desconexión social; y otras son más propensas a la ira. (p. 187)

Esto significa que hay tres emociones básicas que funcionan como los colores primarios desde los que surgen todas las demás tonalidades y matices del sentimiento de la vida. El *miedo* incluye la *ansiedad* y se refiere a una forma de rechazo o aversión hacia la vida, en especial hacia las relaciones, como estrategia para huir del dolor provocado por la desconexión y/o el rechazo en las primeras experiencias vinculares. La angustia se refiere a una *angustia de separación* que se expresa como una forma de apego hacia o avidez por las relaciones, en el sentido de una búsqueda compulsiva de aprobación o de salvataje, como estrategia para huir del dolor provocado por el abandono o la negligencia en las primeras experiencias vinculares. Por último, *la ira* (que incluye la *rabia* en todas sus formas) representa una forma de desconocimiento o incompreensión respecto de la realidad de los vínculos con otros y con el mundo en la

que se buscan culpables y distintas formas de “pasarles la cuenta” por las injusticias recibidas. Es una estrategia para huir del dolor propio derivado de las necesarias “injusticias” de la vida y de lo que se siente como un agravio en las primeras experiencias vinculares.

Cada una de las triadas presentadas arraiga y surge desde una de estas emociones básicas. La triada instintiva (eneatipos VIII, IX y I) tiene su núcleo existencial en la emoción de la rabia/ira. La acción y la orientación hacia el aspecto práctico de la vida se vuelven una forma compulsiva de expresar tanto el amor como la rabia que les produce la falta de reconocimiento y la frustración en el plano interpersonal, llegando al extremo de la agresividad. La triada emocional (eneatipos II, III y IV) tiene su núcleo existencial en la angustia de separación/tristeza. La búsqueda de relaciones y de aprobación se vuelve una forma compulsiva de relacionarse, llegando al extremo de la dependencia. La triada del pensar (eneatipos V, VI y VII) tiene su núcleo existencial en el miedo/ansiedad. La evitación de las relaciones y/o el control de ellas se vuelve una forma compulsiva de vinculación llegando al extremo del aislamiento. Cada una de las triadas tiene una motivación fundamental a la hora de buscar y establecer relaciones con los demás y con el mundo anclada en la emoción básica respectiva.

Sin embargo, los nueve eneatisos presentados no agotan todas las posibilidades caracterológicas que nos ofrece esta herramienta. Naranjo se ha dado a la tarea de mostrar y describir los diversos subtipos al interior de cada eneatiso, una vez más basado en la ley del 3. De este modo, en rigor, tenemos 27 eneatisos, cada uno de los cuales tiene sus características propias y distintivas. El criterio de distinción de estos subtipos tiene que ver con la “degradación” que sufren los instintos puros de nuestro ser esencial al caer en la personalidad que nos define y determina. Cuando nuestra instintualidad queda cautiva por las pasiones y las fijaciones (defensivas), esta instintualidad originariamente unitaria queda fragmentada en tres instintos que pulsan por satisfacer cada uno sus propios deseos generando un evidente conflicto. De este modo, cada eneatiso se perfila en un determinado subtipo dependiendo de la predominancia de uno de los instintos fragmentados: conservacional, social y sexual. El instinto *conservacional* es el que se mueve por el deseo irrefrenable de autoconservación o sobrevivencia, de protección de su territorio, de su círculo familiar y de sus intereses personales, guiado por la lógica del tener y del asegurar lo suyo. El instinto *social* es el que se mueve por el deseo de relación y pertenencia grupal, teniendo como prioridad el ser con, desde o por los

<sup>9</sup> En el sentido de la palabra griega *aísthesis* = sensación, interpretada aquí más en la cercanía de la dicotomía sentimental entre lo agradable y lo desagradable.

<sup>10</sup> En el contexto del libro de Siegel, PPD significa pautas de propensiones del desarrollo, que es una manera más neutra de decir “eneatiso”.

otros, guiado por la lógica de la dependencia y del cuidado de su espacio interpersonal. Aquí los otros trascienden al núcleo familiar, hacia la gente en general, hacia cualquier otro. Finalmente, el instinto *sexual* es el que se mueve desde el deseo de intimidad con un otro, guiado por la lógica de ser especial para alguien y de encontrar a alguien especial. Aun cuando estos instintos suelen hallarse en desequilibrio, éste es dinámico y la tarea es armonizarlos para que ninguno predomine y aplaste a los demás.

De este modo, tenemos todos los elementos necesarios para llevar a cabo una descripción sintética de cada eneatispo y sus respectivos subtipos. Hemos establecido el orden secuencial de la descripción, así como los tópicos que han de ser tratados: la pasión o motivación fundamental, la fijación nuclear y algunas de sus ideas locas, los rasgos caracterológicos más llamativos, su psicogénesis en la infancia y las tareas propias de cada eneatispo para el logro de su integración, es decir, para alcanzar una sana desidentificación y un libre transitar y fluir por los distintos eneatispos. La orientación psicoterapéutica propuesta por el Eneagrama de Naranjo consiste justamente en ganar libertad, abandonar las rigideces y las identificaciones (ilusorias), abrir nuestro poder, en el sentido de experimentar las posibilidades del ser y la cercanía del vacío. Si nos proponemos la aventura de comprender esta tipología no es para acomodarnos y resignarnos en un “así soy yo, acéptenme”, sino justamente para llegar a vivir la experiencia de nuestro ser más profundo como un auténtico no-ser, en el sentido del devenir y del transitar en diferentes modos de ser, con pleno conocimiento de la ausencia de consistencia y de los peligros de toda identificación. Por otra parte, el sentido que tienen el reconocimiento y la comprensión de nuestro propio eneatispo y subtipo consiste en la posibilidad de experimentar *dónde* y *cómo* es que este ropaje que llevo desde hace tantos años nos aprieta y limita nuestros movimientos. Sucede entonces que tal vez tengamos que romper ese traje, remendarlo o, en el extremo, simplemente cambiarlo por otro más a nuestra medida, aunque sea en forma siempre provisoria.

## LOS ENEATIPOS FUNDAMENTALES

### Eneatispo IX Tríada instintiva y del hacer

¿Cómo te olvidas de ti? ¿Cómo te abandonas?

*Pasión o motivación fundamental:* la pereza. Se trata aquí de un descuido de sí mismo, de un olvido de las

propias necesidades y deseos a favor de los requerimientos de los demás. Encontramos en este eneatispo un adormecimiento respecto de la propia interioridad, que si bien es parte de todos los eneatispos, aquí es la motivación dominante. Este auto-olvido se da como una confluencia simbiótica con los demás, llegando a existir a través de la vida de los otros, sobre todo de las personas más cercanas, confundiendo el amor con la servicialidad extrema y compulsiva. De ahí que sean personas que se muestran como disponibles y bonachonas, quedando oculta (sobre todo para ellas mismas) la intensa necesidad de reciprocidad y de reconocimiento que de formas sutiles se encargan de “sacar en cara”. Han aprendido a estar tan desconectados de sí mismos que creen encontrarse a sí mismos justamente en actividades que embotan y oscurecen su conciencia, convirtiéndose en hacedores compulsivos al servicio de una intensa huida de sí mismos, a través (por ejemplo) de la limpieza de la casa, del cuidado de otros, de una adicción al trabajo o a la televisión. El sello peculiar de este auto-descuido es que suele presentarse en una inconsciencia terca y ciega de sí misma.

*Fijación e ideas locas:* sobreadaptación. El pensamiento ilusorio de este eneatispo tiene que ver con la creencia implícita de que sólo valen y son dignos de amor en la medida en que vivan para satisfacer las necesidades y los deseos de los demás, dejando en el olvido sus propios deseos y necesidades. Todo “contacto” vital se convierte en una relación simbiótica, adaptándose a los demás y a lo demás hasta tal punto que llegan a perderse a sí mismos y a no darse cuenta de que tanta pérdida ha tenido lugar. Esta adaptación compulsiva los lleva a creer que siempre es bueno evitar los conflictos y no demandar lo propio, a fin de mantener la estabilidad rutinaria de sus monótonas vidas. Están convencidos de que lo de otros es más importante y que la única posibilidad de existir consiste en ser desde otro: “si tú eres feliz, yo soy feliz”. Llegan al extremo de identificarse con los otros significativos y a creer que sus logros y sus frustraciones son los suyos propios, no advirtiendo que en realidad no están viviendo su propia vida y convirtiendo las relaciones interpersonales en instancias asfixiantes e invasivas, con el efecto paradójico de alejar a los que más quieren quedándose con una profunda sensación de injusticia que se expresa en el juicio de que estos otros son unos “mal agradecidos”. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “mientras menos conflictos haya, mejor”; “conviene no pensar demasiado para evitar sufrir”; “no conviene ser egoísta, pues es mejor ser deferente con las necesidades de los demás”; “no balancees la barca”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en los espectros evitativo y masoquista. Orientado a la actividad rutinaria y compulsiva, de actitud condescendiente y amable, le cuesta poner límites y decir que no. Tienden a entregar en demasía, a dar hasta quedar en deuda consigo mismos. Temen los desencuentros y los conflictos por miedo a perder el amor de los demás, no teniendo una postura propia y clara respecto de la vida y de sus diferentes facetas, sumándose a la opinión de los demás. Les cuesta sentirse y conectarse con sus propias necesidades, contentándose con la satisfacción de los otros. Suelen asumir excesivas responsabilidades, echándose al hombro pesadas cargas que debieran ser asumidas por otros, cual “burros de carga”. Muy orientados a la vida práctica, confunden la felicidad con el confort, la seguridad y la mera supervivencia. Se los ve trabajando como hormigas, siempre preocupados de mantener el orden, muy constantes y de bajo perfil. Muestran, además, una actitud contenta y plácida, pseudo-optimista, siempre al servicio de no generar roces y como derivado de la falta de contacto con su propio dolor e insatisfacción existencial. Tienden a no tomarse en serio, a desviar la atención de ellos mismos y a presentar una apariencia física más bien regordeta y redondeada, en una clara manifestación de descuido, en este caso nutricional y corporal. Cuando la íntima necesidad de amor y de reconocimiento se ve frustrada, suelen volverse quejosos, somatizadores y muy cobradores de sentimientos en forma casi siempre indirecta y sutil, aunque evidentemente enojosa. En general, son personas que andan por la vida como narcotizadas o sedadas, distraídas de lo importante tanto de sí mismos como de los demás, atendiendo a detalles irrelevantes, manteniendo esta atmósfera de “pobreza espiritual” que los caracteriza.

Ej. Ned Flanders (de Los Simpson), Sancho Panza, la figura de la dueña de casa típica.

*Amor:* amor-complaciente. Se trata de un eneatispo que ama en forma tibia aunque abnegada. Expresa por medio de la acción, de los cuidados concretos, con escasa empatía y conexión íntima con la interioridad del otro. Mientras menor es el contacto emocional auténtico, tanto más se prodiga en ocupaciones y diligencias para el otro, pudiendo llegar a ser invasivo. Esta dinámica según la cual siente que ama debido a sus inagotables cuidados y acciones concretas, ligado a su escasa capacidad para interesarse por la intimidad emocional del otro, generan un círculo vicioso en el que llegan a sentir como injusta la falta del reconocimiento esperado, poniéndose agresivos-pasivos. Tomando en consideración los tres tipos de amor ya revisados, el orden de prioridades se-

ría: una hipervalorización del “amor”<sup>11</sup> al otro, luego un “amor” formal y vacío de la divinidad y, en último lugar, una negación del amor a sí mismo. Dado que su mundo interior e íntimo le resulta inaccesible a este eneatispo, no puede amarse genuinamente a sí mismo.

*Origen:* la infancia del eneatispo IX está marcada por la parentalización y por el descuido de sus padres que estuvieron muy ocupados de una familia en general muy numerosa o del trabajo. Desde muy pequeños tuvieron que hacerse cargo de sus hermanos y de las tareas domésticas, aprendiendo a invalidar sus propias necesidades de niños sedientos de amor y cuidados. Suele haber una dinámica familiar en la que predomina una fuerte tensión entre los padres, situación que estaba fuera de su control, asumiendo una doble actitud de resignación y de pacificación. En este contexto, la mejor manera de atraer el cuidado de los padres consistió en no llamar la atención y en volverse un niño colaborador y cuidador.

*Virtud o desafío:* diligencia, acción correcta, hacer lo que necesito. Reconocer lo que realmente deseo, esforzarme por darme el tiempo y el espacio para satisfacerme, poner límites y asumir mi diferencia respecto de los demás: “esta es mi vida y nadie la puede vivir por mí”. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Iniciativa*: realizar el esfuerzo correcto en el momento oportuno con un resultado eficaz y justo, en plena lucidez.

*Mudra*<sup>12</sup>: mano izquierda sobre el muslo izquierdo, dedo medio y pulgar tocándose. Mano derecha sobre el piso, palma abierta inclinada a la derecha.

## Eneatispo VI Tríada racional y del pensar

¿De qué dudas? ¿Qué te detiene?

*Pasión o motivación fundamental:* el miedo. El miedo es aquí una emoción de fondo que tiñe todo lo que este eneatispo hace, siente o piensa. Se trata aquí de un

<sup>11</sup> “Amor”, así entre comillas, significa que hablamos de un amor que se ha degradado egoicamente, es decir, de un pseudo-amor. En rigor, los tres amores se manifiestan en forma falseada en los distintos eneatispos, deformados por el proceso de constitución autoengañoso del propio carácter.

<sup>12</sup> Un mudra es una posición de meditación consistente en una determinada postura corporal que favorece el cultivo de una actitud existencial específica.

miedo que es más bien una falta de confianza básica en el mundo, por lo que está atravesado por una duda compulsiva. Todo resulta una potencial amenaza, por lo que se empeña en controlar racionalmente todas las variables con el fin ilusorio de eliminar toda incertidumbre y toda inestabilidad. La tensión es permanente y la racionalización alcanza casi todos los ámbitos de su vida: sus emociones, su sexualidad, sus proyectos. La espontaneidad de la vida instintiva queda bloqueada al ser reemplazada por un pensamiento lógico propio que le impide fluir y entregarse al devenir de la vida. En todo caso, el miedo como tal no suele aparecer; en su lugar hay una sensación ansiosa constante que hace de este eneatispo uno de los más ambivalentes y ambiguos, siendo éstos, justamente, sus más grandes enemigos. Las personas de este eneatispo viven en la expectativa de que su ser está amenazado y en la sensación de que ellos solos no pueden hacer lo suficiente frente a esta amenaza. De ahí que suelen ser personas dependientes y sumisas de una autoridad que es a la vez idealizada y devaluada. Esta ansiedad existencial les da también el típico sello de no poder disfrutar plenamente el momento, pues les cuesta entregarse al disfrute y a lo inesperado de la vida.

*Fijación e ideas locas:* acusación. El pensamiento ilusorio de este eneatispo tiene que ver con la convicción de que el mundo es un lugar inseguro y amenazante, situación de la que alguien tiene que ser responsable. Esta responsabilidad es manejada de dos maneras simultáneas: por una parte, es puesta en otros, por medio de una proyección de la propia culpabilidad, convirtiéndose en personas juzgadoras y acusadoras de los demás, poniendo en práctica aquel viejo adagio según el cual se “ve la paja en el ojo ajeno sin reconocer la viga que hay en el propio ojo”. Pero también esa culpa es intensamente experimentada en sí mismos, por lo que se vuelven personas muy autoacusadoras y autocastigadoras, pudiendo ser extremadamente severas consigo mismas. Predomina un estilo de pensamiento paranoide que ve dobles intenciones y amenazas ocultas en casi todo lo que viven, manteniéndose “a salvo” por medio del control mental y la elaboración de explicaciones lógicas y “científicas” sobre las cosas. Hay aquí una gran necesidad de clasificar y ordenar la experiencia, tendiendo a desarrollar un modo rígido de comprender el mundo y a sí mismos. Junto con esto, despliegan un pensamiento suspicaz e hipervigilante, siendo especialistas en monitorear el entorno y en encontrar errores y problemas que generalmente tienen más que ver con ellos mismos que con las personas y situaciones de su entorno. Algunas de las ideas locas

que encontramos aquí son: “no voy a ser capaz de arreglármelas con mis propios recursos”; “es mejor desconfiar de la gente, así como de las propias intuiciones y de los propios deseos”; “es necesario seguir los mandatos de una autoridad, aun cuando nunca es del todo buena”; “es preferible la certeza, aunque esto disminuya el disfrute espontáneo del momento”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en los espectros obsesivo y paranoide. Nos encontramos ante el eneatispo más intelectual y racionalizador de todo el eneagrama, con una clara orientación hacia la explicación lógica de sí mismo y del mundo. Esta necesidad de explicación se funda en una duda obsesiva, de la que derivan rasgos tales como una intensa preocupación por la seguridad y la certeza, una ambivalencia paralizante respecto de los propios deseos, una necesidad compulsiva de validación a partir de una autoridad con la cual suele mantener una relación ambivalente de amor y odio. Es extremadamente legalista, cumpliendo las reglas y los procedimientos muchas veces sin comprender el “espíritu de la ley”. Tienen a ser muy rumiadores, razón por la cual les cuesta tomar decisiones, llegando incluso a una parálisis existencial. Se hacen demasiadas expectativas respecto de todo, por lo que viven anticipándose cobardemente a las cosas, con el resultado de estar constantemente insatisfechos en el aquí y ahora. Culposos frente a sus deseos, tienen a ser duros jueces de sí mismos y de los demás, ya que suelen proyectar sus inseguridades y sus defectos en los demás. Es un carácter muy orientado al deber en desmedro del placer y del disfrute del momento, basado en la fantasía de que si no cumple con sus autoexigencias ha de ser castigado. Sumiso con la autoridad y muy exigente con los subordinados, es en este ámbito donde suele sentir los montos más intensos de ansiedad derivados de su ambivalencia. Es un experto indagador de problemas tanto personales como de otros, no pudiendo vivir sin algún conflicto que resolver. Esto lo vuelve una persona con mucho “rollo personal”, inclinado a desplegar interminables y enredados diálogos internos que no hacen más que atraparlo cada vez más en sí mismo. De orientación gregaria, tiende a estar rodeado de amigos y de personas en general, siendo muy acogedor, congraciatorio, considerado y fiel en sus relaciones, pero más por una necesidad de validación externa que por genuinas motivaciones amorosas. El otro aparece como referente que sirve de orientación para las propias decisiones, ya que en sí mismo no encuentra más que miedo, duda y complejidad.

Ej. Descartes, Santo Tomás, la figura del científico en general.

*Amor:* amor-sumiso y paternalista. En este eneatispo el amor lleva el sello de la desconfianza. Ésta, a su vez, lo mueve a incrementar su autocontrol, dando por resultado una inhibición creciente de sus potencialidades, germinando la convicción de que “yo solo(a) no lo puedo lograr”. De ahí que el amor sea entendido como una necesidad de protección con un fuerte énfasis en el confort y la seguridad. Junto con esto, hay una motivación autoritaria que puede expresarse tanto en una pasión por mandar como en una por obedecer, en un rango que va desde una independencia confrontacional hasta una dependencia sumisa. De este modo, las relaciones suelen ser asimétricas y ambivalentes, amando y odiando, idealizando y devaluando, a la misma persona al mismo tiempo. En un orden de prioridades, este eneatispo suele preferir el amor hacia un ideal y luego un amor a otro que compite conflictivamente con un amor a sí mismo, caracterizado por la autoacusación dirigida a sus deseos, a su espontaneidad y a su cuerpo.

*Origen:* la infancia del eneatispo VI está marcada por la presencia de un padre autoritario y severo, y de una madre sobreprotectora e hipercuidadosa que le ha transmitido consistentemente que el mundo es peligroso y que los propios deseos deben ser silenciados. Suele ser un niño que crece en un contexto de culpabilización y de temor al castigo, por lo que la figura de autoridad (generalmente el padre) es sentida como buena y mala a la vez. Un ambiente inestable en lo emocional que llega a ser impredecible puede estar en la base de la duda y la desesperada necesidad de certezas por parte de este eneatispo.

*Virtud o desafío:* valor o coraje. Reconocer lo que en verdad quiero y necesito, y atreverme a cumplirlo. Ejercitar el abandono y la confianza en lo que la vida depara. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Fe*: actuar con firmeza y confianza incluso en medio de la adversidad. Se trata de dar el siguiente paso confiando en que el piso surgirá junto con la acción de dar el paso.

*Mudra:* brazos cruzados sobre el pecho, puños cerrados. Brazo izquierdo primero.

### Eneatispo III Tríada emocional y del sentir

¿Cómo finges? ¿Cómo te disfrazas?

*Pasión o motivación fundamental:* la vanidad. En este eneatispo la apariencia ha llegado a tomar el lugar del ser auténtico y la propia imagen de sí creada a partir

de lo que los demás quieren ver llega a adquirir el rango de identidad propia. Nos encontramos ante un tipo de persona (generalmente mujeres) que gasta mucha energía en cultivar esta imagen con el propósito compulsivo de ser gustada, deseada, admirada. Esta imagen engrandecida requiere de mucha preocupación y cuidado, por lo que toda la energía se va en mantener el brillo de esta belleza artificial y calculada. El valor propio se funda en la belleza estética y/o en la eficiencia espléndida, por lo que hablamos de una persona esencialmente superficial, vaciada de un mundo espiritual rico y confortable. En este sentido hay aquí una profunda sensación de soledad y una confusión de identidad de base que cuesta llegar a reconocer detrás de tantas capas de maquillajes existenciales de todo tipo. De este modo, todo en este carácter es apariencia, fachada, capa de barniz: desde las emociones hasta las ideas a las que supuestamente adscribe, llegando al punto de no saber quién es realmente.

*Fijación e ideas locas:* (auto)engaño. El pensamiento ilusorio de este eneatispo tiene que ver con la creencia de que lo que aparece a la vista, en la superficie, es la verdad de fondo. De este modo, se llega a convencer de que la realidad misma no es otra cosa que lo que uno muestra ante los demás, una especie de maqueta o de máscara maquillada. Ser uno mismo viene a significar engañar a los demás y creerse ese engaño, no pudiendo luego discernir entre el ser y las apariencias. Este pensamiento penetra toda la vida de estas personas, tanto la vida sentimental como la laboral. El objetivo de los esfuerzos es el éxito y éste es entendido en términos cuantitativos y externos, como más de cada cosa y como reconocimiento y admiración de un público potencial. De este modo una vida inauténtica queda legitimada desde una inconsciencia que justamente la hace posible. El ser visto se convierte en la meta implícita y explícita de toda acción en el mundo, en desmedro de todo encuentro directo y de toda intimidad auténtica con los demás y con las cosas. Hay en este eneatispo una dificultad extrema para comprender aquella frase del principito según la cual “lo esencial es invisible a los ojos”. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “el mundo es un teatro donde todos fingen”, “fingir es la única manera de tener éxito”, “los sentimientos verdaderos no deben expresarse”, “yo no debería tener problemas”, “la medida del valor propio es el éxito y éste es lo que el mundo valora como tal”, “tenemos un lugar en el mundo en la medida que seamos útiles”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en

los espectros histérico e histriónico. De orientación estética e impresionística, presenta una compulsión por aparentar una imagen de sí que resulte objetivamente apreciable por los demás. Suele dedicar tiempo y dinero a embellecer su aspecto físico por medio de cosméticos, yendo a la peluquería o al solarium. En las relaciones íntimas tiende a fingir sentimientos y sensaciones agradables a fin de complacer a esa persona. Fuertemente orientado al éxito, a la eficiencia y al estatus socio-económico, busca trepar en sus trabajos y llegar lo más arriba posible, así como relacionarse con personas de importancia reconocida. De carácter camaleónico, se camuflan dependiendo del contexto, pudiendo ser “intelectuales” en una determinada reunión y amantes de la moda o del deporte en contextos diferentes. Es como si tuvieran una máscara para cada ocasión. Les falta espontaneidad y verdad en su actitud en general y en sus reacciones, dando la impresión de ser personas “frías y calculadoras”. Serviciales y ayudadoras, siempre intentando dejar una buena impresión de impecabilidad. Sexualmente manifiestan la típica dualidad histérica del “mírame pero no me toques”, buscando seducir y acaparar miradas, pero no encuentros íntimos. Orientadas al pragmatismo, la ciencia y la tecnología, se esfuerzan por estar a la vanguardia. Han aprendido a cuidarse a sí mismas, por lo que aparecen con una actitud de autoconfianza y de autonomía muy marcadas sobre el trasfondo de una abismal inseguridad y enormes cantidades de ansiedad. Suelen ser personas físicamente atractivas e ingeniosas.

Ej. Barbie, modelos en general, cenicienta.

*Amor:* amor-narcisista. En este eneatispo el amor está reducido al “amor” a la propia imagen, sustentando su autovaloración en la valoración del entorno, es decir, en una alienación. De aquí que su identidad sea frágil, cuando no vacía, sustituyendo la necesidad de amar por la de tener éxito y reconocimiento. Competitivo, con baja tolerancia a la frustración y con escasa capacidad de entrega y apertura emocional, teme el rechazo por sobre todas las cosas. Por esto es que el amor se convierte en una intensa empresa de conquista y seducción, generando la secreta convicción de que no existe el amor auténtico, sino sólo fachadas y mentiras. Son personas sociables, muy orientadas a las relaciones, en el sentido de su dependencia de la valoración externa. En un orden de prioridades, este eneatispo “ama” en primerísimo lugar su propia imagen (sustentada en valoraciones externas), estando lo social en un segundo lugar. Casi no hay lugar para el amor admirativo, pues todo aquí tiene que ver con un interés inmediato.

*Origen:* la infancia del eneatispo III está marcada por un no ser visto ni atendido en sus necesidades narcisistas. Ni su padre ni su madre las miraron, pese a sus esfuerzos por llamar la atención. De este modo, aprenden que nunca es suficiente el esfuerzo que hay que poner para lograr acaparar las miradas, temiendo profundamente ser ignoradas. Suelen crecer en contextos donde el decir la verdad suele ser penalizado o donde se aparenta lo que no se es o no se tiene. De ahí que podamos suponer que el eneatispo III surge principalmente por identificación con una o ambas figuras parentales.

*Virtud o desafío:* veracidad, autenticidad, ser uno mismo. Mostrarme completo, con lo luminoso y lo oscuro, aunque me avergüence, puede ayudarme a comprender que la aceptación real requiere de una postración auténtica. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Armonía o Esperanza*: Comprender y actuar según la comprensión de que el orden y la belleza de las cosas son perfectos por sí mismos, por lo que no requieren de mi esfuerzo, de mi voluntad, de mi manipulación. No puedo mejorar ni embellecer lo que ya es perfectamente armónico.

*Mudra:* ambas manos con las palmas hacia arriba, dedo medio y pulgar tocándose, apoyadas sobre los muslos. Pecho abierto.

### Eneatispo I Tríada instintiva y del hacer

¿En qué te sientes superior?

*Pasión o motivación fundamental:* la ira. Se trata aquí de una ira que la mayoría de las veces se muestra como superioridad, en una actitud aristocrática, de autoenaltamiento moral y de aguda crítica hacia los demás. Hay en este eneatispo un resentimiento de fondo que lo lleva a relacionarse consigo mismo y con el mundo desde una comparación rabiosa en la que siempre sale victorioso. Siente una compulsión a encontrar errores e imperfecciones en los demás, reafirmando su propia superioridad moral, indignándose frente a pequeños errores en otros, sin percatarse de sus turbios deseos y pensamientos. Hay una verdadera guerra inquisitiva contra la “mediocridad”, basada en una negación de los propios deseos y en una proyección de los mismos en los demás. Dan la apariencia de imponentes catedrales cuando en lo íntimo se parecen más a un prostíbulo. Esta superioridad iracunda y miope les confiere a estas personas un aire estoico, alejado del goce de la vida e

hiper-orientado al deber. Nos encontramos aquí con un profundo resentimiento por una responsabilización prematura ligado a un hiper-control de todas las situaciones, generando un círculo vicioso en el sentido de aumentar la rabia y la crítica consecuente. Todo lo instintivo es visto como algo sucio y reprobable, por lo que queda reprimido, impidiéndose el disfrute a sí mismo tanto como a los demás. Generan una atmósfera tensa, rígida y controlada.

*Fijación e ideas locas:* perfeccionismo. El pensamiento ilusorio de este eneatispo consiste en creer que sólo se puede conseguir lo que se quiere si se es perfecto. Fallar, mostrar debilidad o manifestar ignorancia son cosas indignas que pueden alejar el respeto de los demás, tipo de reconocimiento que les interesa compulsivamente. Encontramos aquí una mentalidad en sintonía con el imperativo categórico kantiano del deber absoluto e incondicional por sobre cualquier otra consideración. El perfeccionista busca la perfección moral, en el sentido del cumplimiento metódico de las normas y de las leyes formales, en desmedro de la intuición y de la espontaneidad. En este sentido, se trata de una persona orientada por una moral formal y abstracta del “así se hacen las cosas” porque esos son los principios en los que cree, aunque no tenga un verdadero sentido de fondo. Es un eneatispo ordenado, correcto, disciplinado, que quiere el bien para los demás, externamente bienintencionado y que se expresa prioritariamente a través del hacer mucho, más que por medio de la confesión emocional. La creencia de fondo más importante radica en la convicción de que sólo puede ser amado si es perfecto, llegando a confundir el cumplimiento del deber con la felicidad y castrando toda la espontaneidad de los afectos y de lo intuitivo. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “no hay que fiarse de los impulsos naturales, sino que controlarlos”; “el deber es más importante que el placer”; “hay que hacer el bien y ser correcto porque así debe ser”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde al tipo de personalidad descrito clásicamente como obsesivo-compulsivo. De aires aristocráticos, perfeccionista, crítico de los demás y sabiondo, tiende a sentirse un reformador sustentado en una corrección moral superior. Tiende a controlar sus impulsos y a controlar a los demás amparado en justificaciones del tipo “te lo digo por tu bien”; “yo sólo quiero lo mejor para ti”. De este modo, suele cortar la espontaneidad de los lugares donde se encuentra, generando incomodidad y tirantez. Presenta una compulsión por el orden y la limpieza, así como una tendencia irrefrenable a mandar y a dictaminar

cómo se hacen las cosas. Convierten el “yo quiero” en “tú deberías”; imponiendo sus puntos de vista y sus propios deseos autonegados. Viven en casas-museos en donde los inmuebles y los objetos recreativos están ahí más por decoración que para cumplir una utilidad al servicio del disfrute. Fuertemente orientados a encontrar errores en los demás y a considerarse a sí mismos como ejemplos de corrección e intachabilidad, conviven con una doble moral, en el sentido de tener intensos deseos sucios y perversos que cuando llegan a aparecer en el pensamiento quedan inhabilitados afectivamente por medio del mecanismo del aislamiento. Su medio de movimiento es el de la vida práctica, siendo buenos y eficientes hacedores, en desmedro de la vida intelectual en donde se mueven con un par de ideas regalonas y rígidas. Tienen la sensación de que nadie puede hacer mejor las cosas que ellos mismos, llegando a convencerse de que pueden solucionarlo todo. A tanto llega esta compulsión por el hacer y la actividad, que llegan a olvidarse de sí mismos y a no advertir que las personas de su alrededor no necesitan tanta diligencia perfeccionista, sino mayor expresividad emocional, mayor capacidad para el disfrute, más libertad para poder ser ellas mismas y más liviandad y sentido del humor. Aunque hiper-controlados e hiper-ordenados, cada cierto tiempo suelen ser impulsivos, por ejemplo, con estallidos feroces de ira y agresividad, así como dar rienda suelta a sus deseos metiéndose con otras mujeres o haciendo cosas criticadas por ellos mismos.

Ej. El director Skinner, el protagonista de *Mejor imposible* y de *Lo que queda del día*, Gandhi.

*Amor:* amor superior. En este eneatispo el amor se expresa en buenas intenciones y en un incesante actuar a los que les falta auténtica emoción y ternura. Cree firmemente en su propia “generosidad”; la que surge como compensación de una intensa agresividad negada y autoocultada. De ahí que se sienta con derechos y manifieste una orientación al dominio y al control del otro, justificado por principios impersonales. Se trata de un amor inferiorizante y crítico del otro, unido a una desvitalización y falta de espontaneidad. En un orden de prioridades, este eneatispo enfatiza el amor hacia lo ideal (sus propios principios), luego el amor al otro (entendido como adoctrinamiento) y, en último lugar, un amor a sí mismo, devaluado como actitud inmoral e incorrecta.

*Origen:* la infancia de este eneatispo lleva el sello de una adultización prematura, habiendo tenido que cumplir tareas propias de un padre o una madre, al punto de

haber sido el papá de sus propios padres. Suelen tener padres hiper-controladores y muy trabajólicos frente a los cuales aprende a controlar sus impulsos penalizados y a hacerse cargo de sí mismo y de labores domésticas. Puede suceder también que no hayan recibido el reconocimiento de sus padres por sus logros, teniendo que esforzarse cada vez más para alcanzarlo y llegando a creer que la única manera de hacerlo es siendo perfectos. Probablemente la atmósfera familiar era tensa y muy controlada a fin de no desencadenar una furia incontrolable por parte de alguno de los progenitores.

*Virtud o desafío:* serenidad, paciencia y aceptación de sí mismos y de los demás. Reconocer las propias limitaciones y abrirse a la verdad de los otros. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Perfección*: comprender y actuar conforme a la comprensión de que la realidad ya es perfectamente buena, por lo que no es justo criticarla. Se trata de confiar en esto y dejar que las cosas sean como son, con alegría.

*Mudra:* mano izquierda sobre el muslo con dedo medio y pulgar tocándose. Mano derecha extendida con palma abierta hacia arriba.

#### **Eneatipo IV** **Tríada emocional y del sentir**

¿Cómo sufres? ¿Cómo te impides ser feliz?

*Pasión o motivación fundamental:* la envidia. Se trata aquí de un sentimiento compulsivo y autoentrapante de considerar que a los demás les va mejor que a uno, que son más felices, más afortunados. Se da en este carácter la situación paradójica de sentirse especial justamente por la intensa tristeza que los domina, como si encontraran en ella una alegría profunda. Es el eneatispo más sensible de todos, pero teñido por una visión amarga y pesimista de la vida. Aparejada con la envidia, es decir, con el deseo de ser como otro, está la necesidad de tener experiencias extraordinarias para sentirse especiales, con el consiguiente hastío de lo cotidiano y ordinario. En rigor, este aburrimiento existencial tiene que ver con un intenso sentimiento de inferioridad y de vacío, sintiendo que es una persona que no vale la pena y que no puede entregar nada bueno. Junto con esto, se encuentra en este eneatispo una intensa odiosidad hacia el objeto de envidia, teniendo fantasías destructivas que dan cuenta de la creencia de que “si no existiera él (ella) yo no sentiría esto”; con la consiguiente culpa hipertrófica. Pero en realidad no se trata de que haya

otros a los que les va mejor, sino del vacío y de la pobreza interior, así como de esa sensación de estar podrido por dentro que lo lleva a relacionarse con el mundo como un Rey Midas al revés.

*Fijación e ideas locas:* Falsa deficiencia. El pensamiento ilusorio de este eneatispo consiste en creer que le tocó menos, que llegó tarde a la repartición, que la vida le debe algo, que se ha cometido una trágica injusticia con él. Aun cuando objetivamente estemos ante una persona llena de recursos, atractiva e inteligente, ella está convencida de que es menos, de que está en desventaja, porque esta torta limitada que es el mundo ya fue repartida y a ella no le tocó más que una migaja. El dolor y el sufrimiento quedan así justificados y se vuelven parte de un modo de ser quejoso y lastimero, al alero de la creencia de que por medio de este dolor pueden redimirse, pueden cambiar el curso de la tragedia. El amor y la felicidad llegan a identificarse con el dolor y a configurar la idea implícita de que todo lo bueno tiene que ser sufrido, acercando a este eneatispo al lado masoquista de la psicopatología. Forma parte de su distorsión cognitiva, además, la creencia de que la alegría es siempre efímera y superficial, mientras que la tristeza es más duradera y consistente, mostrando aspectos más profundo y “verdaderos” de la vida. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “revisando el pasado y lamentándose de él es posible cambiarlo”; “mientras mayor es la necesidad, mayor es el derecho a ser amado”; “cuanto más sufro, más noble soy”; “no soy tan bueno como los demás”; “la vida me debe una compensación por todo lo que he sufrido”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente como depresivos y masoquistas. Se trata de un carácter muy sensible, doliente, quejoso, negativamente comparativo y usualmente femenino. Busca la dicha a través del dolor, tendiendo a ver el vaso medio vacío y suele encontrar que el pasto del vecino está más verde. Se tira al piso para que alguien lo levante, siendo muy dependiente de las personas, ya que deposita en ellas la esperanza de su salvación. Presenta una baja autoestima y una denigrante valoración de sí misma, manteniendo una actitud contradictoria de necesidad de ayuda junto con una incapacidad para recibirla. De ahí que sea un carácter difícil de ayudar y un desafío terapéutico (“frustraterapeutas”). Muy pasional, prefiere el maltrato (físico o psicológico) antes que el abandono, poniendo en duda permanentemente sus vínculos preguntándose “¿si no existiera, me extrañarías?”. Es un



eneatipo fuertemente orientado a la expresión artística, sobreescrita, ya que así puede simbolizar su dolor. Hay grandes ejemplos en la literatura de cómo son capaces de transformar el sufrimiento y el lado oscuro de la vida en auténticas obras de arte, como es el caso de César Vallejos, por ejemplo. Buscan intensamente el amor, en forma casi adictiva, usando como estrategia inconsciente una actitud de victimización que pronto se transforma en un furioso reclamo. Muy dados al llanto, por medio de él expresan tanto la tristeza como la alegría. Tienen una especial facilidad para empatizar con el dolor ajeno, volviéndose sacrificionalmente ayudadores, motivados por la estrategia del “dar para recibir”. Eternamente insatisfechos, viven encarnando aquella popular respuesta cotidiana frente a la pregunta ¿cómo estás?: “bien, pero ya se me va a pasar?”. Además, muestran un gran refinamiento estético, el que se expresa en su interés por el arte y por la belleza en general.

Ej. I. Bergman, F. Kafka, M. Proust.

*Amor:* amor-enfermedad. En este eneatipo el amor es sufrido y apasionado, llegando a cultivar una verdadera adicción al “amor”. Suele exigir más de lo que es sensato dar, generando un círculo vicioso autofrustrador. Esta insaciabilidad va unida a una intensa dependencia, que se manifiesta en una agresividad voraz que (primero) provoca y (luego) padece el rechazo y el abandono por parte del otro. Hay aquí una autoestima devaluada que se traduce en la siguiente creencia inconsciente: “si tú te metes conmigo (que no valgo nada), tú no debes valer nada”. Por otra parte, tiende al chantaje emocional, buscando amor poniéndose en un lugar de víctima, por ejemplo, desde la enfermedad. En orden de prioridades, hay una preferencia por un amor trans-personal dirigido al arte y a la naturaleza (a lo estético), seguido de un “amor” al otro en la forma de la servicialidad y, en último lugar, un desprecio por sí mismo.

*Origen:* la infancia de este eneatipo está marcada por un contexto de grandes carencias materiales y de abandonos tempranos, incluso de orfandad. Encontramos una historia de negligencia parental en la que el niño aprende que sólo es cuidado en caso de enfermedad y sufrimiento, siendo normalmente ignorado. Puede haber límites laxos y relaciones incestuosas que no se viven traumáticamente, pero que dejan una profunda confusión. Generalmente hay una madre débil junto a un padre brutalmente dominante, reinando una atmósfera de descuido y de confusión de roles. La presencia de múltiples hermanos, donde sobresalen algunos, sirve de tierra fértil para el florecimiento de una envidia temprana.

*Virtud y desafío:* ecuanimidad, contentamiento. Reconocer los propios recursos y cuestionar la irracionalidad de la idea de la propia inferioridad. Comprender el círculo vicioso del dolor como recurso para acaparar cariño y cuál es la ganancia secundaria del sufrimiento. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión del *Santo Origen Trascendente*: Comprender y actuar conforme a la comprensión de que todo tiene el mismo origen y que todos hemos recibido esencialmente lo mismo, con una equidad y justicia perfectas. Esto me puede llevar a una profunda experiencia de gratitud.

*Mudra:* palmas de ambas manos abiertas hacia arriba sin tocar los muslos.

## Eneatipo II Tríada emocional y del sentir

¿Cómo seduces? ¿Cómo encantas?

*Pasión o motivación fundamental:* el orgullo. En la tradición cristiana el orgullo no es un pecado capital más entre los otros, sino el más grave de todos. Esto es así porque la persona orgullosa que se autoengrandece y tiene éxito en el atraer a los demás no logra ver en esta actitud un problema, algo por cambiar. Se trata de una pasión por gustar y seducir, en el trasfondo de una seguridad de hacerlo por el solo hecho de ser quien se es. Hay aquí una exaltación imaginaria de la propia valía y atractivo, acompañado de ciertos atributos objetivos como la belleza y la inteligencia. Es un eneatipo que se siente por encima de todo y de todos, no valiendo para él las reglas y los acuerdos que debieran valer para todos, sin aparecer habitualmente en forma tan expresa, ya que suele cobrar la apariencia de una generosidad y dadivosidad incondicional. Lo que ha sucedido es más bien que estas personas han reprimido sus necesidades y las han sustituido por las de los demás, pudiendo transformarse en una especie de Mesías del mundo. Comparte con el E III la confusión entre la imagen y el ser, pero en este caso la imagen autoengrandecida y luminosa se da como algo espontáneo y natural, mientras que el E III tiene que esforzarse mucho por mantenerla. Aquí no aparecen dudas ni inseguridades, sino falsas sabidurías, falsos amores, falsas comprensiones, en una atmósfera global de bienestar y plenitud interior.

*Fijación e ideas locas:* falsa abundancia. El pensamiento ilusorio de este eneatipo tiene que ver con una convicción extremadamente arraigada de ser y tener más que todos los demás, de poseer un tesoro que pocos

tienen. De esta creencia surge su típica tendencia al autoengrandecimiento y a sentirse naturalmente (no rabiosamente, como en el E I) superior. Es un carácter más bien femenino y se trata de la típica “princesita de papá”, quien no sabe de frustraciones y ha aprendido a recibir cada vez que entrega algo. Como no hay lugar para los defectos y los errores propios, una de las distorsiones cognitivas más evidentes es la de creer que a ellos les ha tocado más, que se ganaron el trozo más grande de la torta en la repartición del mundo. Viven en la convicción, ingenua, de que su puro ser bruto ha de darles todo, sin necesidad de esfuerzo, de cultivo personal ni de verdadera búsqueda de sí, pues ¿para qué buscar algo que (supuestamente) ya se ha encontrado? En este sentido, se paran en el mundo desde el lugar del terapeuta cósmico, siéndoles muy difícil el pedir y el recibir ayuda. Es como si creyeran que han nacido con su ser completo, como si no hubiera castración, como si no hubiera muerte. El más grande peligro de esta pseudo-claridad radica en que hace innecesario todo mejoramiento y crecimiento personal. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “todo es posible en nombre del amor (romántico, es decir, idealizado); “la emoción es más importante que el pensamiento”; “hay que ser seductor y hay que manipular dado el modo de ser de la gente”; “soy especial, por eso merezco una atención especial y privilegios”; “sin mí no podrías arreglártelas”; “para qué voy a tocar la puerta si ya estoy adentro”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en los espectros histérico e histriónico, con fuertes rasgos narcisistas. De orientación emocional, tiende a seducir y atrapar en su atmósfera alimentando su necesidad de autoengrandecimiento. Típicamente femenino, caprichosa, hace lo que quiere, cuando quiere; voluntariosa e irresponsable, ya que se autoexime de hacer lo que le desagrada aunque tenga el deber de hacerlo. Siente que las normas hacen una excepción con ella. Se comprenden como espontáneas y naturales y se les ve como niñas eternas, con una frescura e ingenuidad infantiles. Suelen relacionarse con el sexo opuesto desde la lógica del atrapar para dejar ir, mostrando un compromiso libre de necesidad. Les fascina el poder y buscan estar con personas que ellas consideren poderosas, bajo criterios muy personales (a diferencia del E III, cuyos criterios son objetivos y externos). Necesitan estar en pareja, pero prefieren romper ellas la relación antes de pasar por la “humillación” de ser abandonadas. Tiende a establecer vínculos superficiales en base a un mostrar sólo belleza y grandes ideas, sin llegar a

un contacto íntimo y personal auténtico. Son esencialmente hedonistas, buscan la satisfacción inmediata, no tolerando las frustraciones ni la disciplina, ni la rutina. Suelen ser manipuladoras, saliéndose con la suya en forma directa y desembozada, bajo la convicción de que a ellas no se les puede negar nada y haciendo sutilmente que los demás jueguen ese juego. La libertad es muy importante para este eneatispo, pero la entiende en forma narcisista y estrecha, como una libertad obstinada, impulsiva y desenfrenada, sin límites y sin sacrificios. La mayor parte del tiempo es dulce y hace lo que quiere desde su encanto, pero puede ser agresiva y abiertamente furiosa cuando se le frustra su deseo.

Ej. Don Juan, Lolita, La bella durmiente, Lou Andrea Salomé.

*Amor:* amor-pasión. En este eneatispo la seducción y el ser admirado ocupan el centro de toda empresa amorosa. El amor-recibir (filial) está disfrazado por un aparente amor-dar (maternal), dándose en realidad una “generosidad egocéntrica”. En el fondo se trata de una persona con grandes necesidades afectivas, pero sobrecompensadas con una pseudoabundancia de ayuda desinteresada. Le cuesta establecer relaciones horizontales, en la medida en que se instaure como quien va a ayudar y a salvar al otro de sus insuficiencias afectivas, no asumiendo su propia falta, su propia incompletitud. El amor a sí mismo ocupa el primer lugar y luego el amor al otro (aunque parezca lo contrario), no habiendo una auténtica orientación transpersonal.

*Origen:* la infancia del eneatispo II está marcada por la satisfacción constante de sus deseos y la escasez de frustraciones necesarias, derivado de ser el favorito de papá o de mamá. Puede haber sucedido también lo contrario, que frente a una infancia muy frustrante aprenden a poner a prueba el cariño de los padres por medio de demandas caprichosas y constantes. La dinámica familiar suele ser, en el caso de las niñas, la de un padre seductor y una madre “amiga” que requiere la ayuda de esta niña. En todo caso, se le ha transmitido que es alguien muy especial, sin límites y sin imperfecciones propias. Este favoritismo se da en el trasfondo de una sobreprotección asfixiante en la que el propio hogar, los propios hermanos, son la única fuente de socialización y la propia familia el único mundo que existe: “para qué vas a salir de aquí si aquí lo tienes todo”.

*Virtud o desafío:* humildad. Reconocer que no lo tengo todo, que no estoy completo, que puedo aprender

mucho de los demás y de la vida, que no he llegado a ninguna meta definitiva, sino que estoy en el camino. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Libertad y Generosidad*: Comprender el verdadero lugar que ocupo en el mundo y dimensionar la realidad de mi vida y de los demás. Se trata de cultivar una veracidad conmigo mismo y una empatía real hacia los demás como personas que compartimos una misma naturaleza.

*Mudra*: ambos brazos cruzados sobre el pecho, manos abiertas, el izquierdo primero. Cabeza un poco inclinada.

### Eneatipo VIII Tríada instintiva y del hacer

¿Cuándo pasas a llevar a los demás? ¿Cuándo eres una persona despreciable?

*Pasión o motivación fundamental*: la lujuria. Nos encontramos ante un eneatipo movido por una compulsión por el exceso, por la intensidad. Es el más instintivo y el más insensible de todo el Eneagrama y su drama particular consiste en la necesidad incontenible de necesitar muchísima estimulación para sentir sólo un poco de satisfacción. En este sentido, suelen ser adictos a la adrenalina así como a una variedad de sustancias, sucesivamente, teniendo una gran resistencia para las mismas. Esto vale tanto para el placer como para el dolor, por lo que tiene una alta tolerancia a este último. Poseído por esta pasión de fondo, es una persona muy territorial que va por lo suyo avasallando y arrebatando si es necesario. El modo básico en que el lujurioso satisface sus intensos e insaciables deseos es por medio de una acción excesiva en todos los planos (sexual, laboral, deportivo, diversión, etc.), por lo que el desgaste energético puede llegar a ser tan grande que su vida se puede transformar casi exclusivamente en una vida para el placer, por medio de experiencias cada vez más intensas, hasta el punto de volverse (auto)destructivo. El EVIII se encuentra en el polo opuesto del EI, indicándose con ello que es un carácter hipermasculino, en el sentido tradicional de sus características hipertrofiadas: hiperactividad, fuerza desvocada, brutalidad, egocentrismo insensible, utilitarismo hedonista, etc.

*Fijación e ideas locas*: castigo. El pensamiento ilusorio de fondo de este eneatipo consiste en la convicción de que el mundo lo ha dañado y tratado mal, por lo que va por la vida tomando represalias con el firme

propósito de que nadie más vuelva nunca a pasarles por encima. El mundo es un lugar hostil y agresivo, y la única manera de lograr lo que se quiere es siendo más fuerte y estando dispuesto a la lucha. De este modo, el autoritarismo, el sadismo y la violencia quedan justificados como modos justos de satisfacer las propias necesidades. El castigo tiene aquí un doble cariz: por una parte se relaciona con desquitarse (con otros) por lo que le hicieron en tiempos pasados; por otra, su expresión tiene una gran intensidad en un breve lapso de tiempo, a diferencia de la envidia del EIV que es más larvada y premeditada. Si algo obstaculiza el cumplimiento del propio deseo se transforma, por un instante, en un enemigo que debe ser quitado del camino por todos los medios. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “los fuertes ganan y los débiles pierden”, “no hay que temer al éxito, siendo preciso arriesgarse”, “es mejor arreglárselas por sí mismo y nunca necesitar nada de nadie”, “está bien causar sufrimiento a otros si es para lograr la propia satisfacción”, “si quieres algo, anda y tómallo, sin importar lo que se interponga en tu camino”, “lo que la gente llama virtud es hipocresía”.

*Rasgos caracterológicos*: este eneatipo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en el espectro antisocial de la personalidad. Nos encontramos ante un carácter fuerte y agresivo para quien el fin justifica los medios. Tiene grandes dificultades para reconocer las necesidades de los demás, se mueve desde sus impulsos, expresándose básicamente por medio de la acción. Suele tener una actitud de “macho alfa”, en la medida en que busca dominar la situación y a los demás. Establece vínculos utilitarios de dominación, en los que los demás están ahí para satisfacer sus necesidades. Tiende a embarcarse en actividades arriesgadas en busca de adrenalina, aburriéndose con gran facilidad en contextos naturales “normales”. Consumidor de todo tipo de sustancias (desde alcohol hasta drogas duras), siempre con la motivación de fondo de sentirse vivo, de rescatarse de la muerte. Las normas sociales son vistas sin valor de autoridad, por lo que son quebrantables dependiendo de las propias necesidades y de los propios impulsos. Desprecia la autoridad y no tolera límites, en una clara actitud de rebeldía. Muy egocéntrico, pero sin el tinte de vanidad propio del EI, pues no busca aparentar nada, aunque sí intenta encubrir sus impulsos notoriamente antisociales. Escasamente dado a la introspección y al diálogo, se mantiene olvidado de sí y de su mundo interior por medio de una actividad incesante y compulsiva en el mundo. Resuelve los conflictos por medio de la violencia, incluso

física, al modo de un “animal de presa”. Se conectan poco con el dolor, salvo cuando fracasan (una vez más) en una relación “íntima”, generalmente de pareja, al darse cuenta de que siguen tropezando una y mil veces con la misma piedra.

Ej: Terminator, F. Perls, Nelson de Los Simpson (cuando grande).

*Amor:* amor-avasallador. Es este un eneatiipo que vive el “amor” en un contacto concreto (físico) y descomprometido, con tendencias violentas, invasivas y excesivas, estando (por tanto) muy erotizado. La motivación de base tiene que ver con quien tiene el poder en la relación, por lo que se convierte en una persona explotadora y tirana. No está conectado con la ternura ya que hay un largo y profundo abandono del niño necesitado que lleva “adentro”. En orden de prioridades, aparece en primer lugar el “amor” a sí mismo entendido como un dar satisfacción a sus necesidades; luego un “amor” al otro, entendido como recibir esta satisfacción y donde la compasión no tiene lugar. El amor hacia lo ideal no suele aparecer, dada esta orientación a una satisfacción inmediata de una vida concreta.

*Origen:* de niños, generalmente, recibieron un trato brutal por parte de sus padres o figuras “cuidadoras”. Es típico un padre que tiene la costumbre de desquitarse con él por sus frustraciones en la vida. Vienen de un ambiente familiar en donde predomina una cultura de la violencia y del egoísmo hedonista. De este modo, aprende a endurecerse y a defenderse para sobrevivir sobre todo al dolor emocional que implica el ser maltratado por las personas que se supone más nos quieren. Por otra parte, puede ser que haya pasado su infancia en barrio marginal marcado por la pobreza, la deprivación y los tratos abusivos. En el fondo de todo EVIII se esconde un niño pequeño e indefenso, arrodillado, pidiendo amor y cuidado.

*Virtud o desafío:* inocencia. Ser como un niño. Cultivar la ternura, ponerme en el lugar de los demás, tomar conciencia de que en el fondo de cada persona hay un niño que necesita ser cuidado. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Verdad*: comprender, y actuar conforme a esta comprensión, que toda la realidad no es más que la manifestación de una única motivación amorosa y justa que requiere de todo nuestro cuidado.

*Mudra:* palmas juntas sobre el pecho. Leve inclinación de la cabeza.

## Eneatiipo V Tríada racional y del pensar

¿Cómo te aíslas? ¿Cómo te desconectas del mundo?

*Pasión o motivación fundamental:* la avaricia. Se trata aquí de una tacañería de sí mismo, en el sentido de darse o entregarse poco y en forma muy medida, principalmente por miedo a perderse o a gastar su “tesoro” interior. Esta austeridad extrema en la entrega a los demás se da también con respecto a sí mismos, lo que se expresa en una corporalidad desvitalizada y enjuta, así como en una apariencia descuidada y poco pretenciosa. Estamos ante el eneatiipo más orientado al conocimiento, al punto de llegar a confundir el vivir con el saber acerca de la vida. En este sentido, la avaricia, más que con lo material, tiene que ver con el conocimiento y con el propio ser, como modo de hacer frente a una profunda sensación de pobreza e inseguridad interior, como si quisieran resguardar a toda costa lo poco que tienen (que son). Por otra parte, la avaricia aquí tiene que ver con una retentividad compulsiva, propia de quien siente la amenaza inconsciente de perder el control o de ser tragado por los propios impulsos y/o por los demás.

*Fijación e ideas locas:* desapego. El pensamiento ilusorio de este eneatiipo tiene que ver con un desapego patológico, cercano al aislamiento y a una dificultad para el contacto interpersonal y, por tanto, con la propia afectividad. En la medida en que habitan el mundo desde la razón, es decir, desde el frío reino de las ideas, surge una verdadera incapacidad para sentir la vida y, por tanto, para ser afectado por ella. Todo contacto vital pasa por el filtro del conocimiento, por lo que no se trata aquí del sano desapego del que sí está comprometido con la vida y por medio de un duro trabajo personal va comprendiendo la impermanencia de todo. Se trata más bien de una persona que no ha logrado salir de sí misma, que no ha establecido ningún compromiso profundo, que no ha tocado la médula viva de las relaciones con el mundo, por lo que el desapego aquí consiste en un mantenerse aislado por miedo, justamente, a llegar a ser afectado por la vida y sus “peligros”. La convicción fundamental de este eneatiipo radica en este desapego patológico fundado en la creencia implícita en la amenaza de ser tragado por el otro al punto de perder la propia individualidad. El espacio propio, así como los propios tiempos, se convierten en problemas de primer orden, gastando muchísima energía en mantener bien demarcados sus límites. A estas personas podría servirles de lema aquello que decía San Fran-

cisco de Asis: “deseo poco y lo poco que deseo lo deseo poco”. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “es mejor arreglárselas solo”; “mientras menos compromisos se tenga, mayor puede ser la libertad y la felicidad”; “la gente se mueve por interés propio, siendo el amor un sentimiento aparente”; “conviene ahorrar las energías y recursos para una futura posibilidad que sea mejor”; “no es bueno ser generoso pues uno se puede quedar sin nada”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatispo corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente en los espectros esquizoide y obsesivo. De orientación analítica, tiende a clasificar y a ordenar el mundo por medio de explicaciones elaboradas llegando a confundir (fácilmente) el territorio con el mapa del mismo. Suele estar concentrado en temas muy profundos, a veces, de carácter místico o, en todo caso, en asuntos que difícilmente pueden ser compartidos con otros. Retraído y tímido, prefiere establecer relaciones uno a uno, en lugar de estar con más gente (tres son multitud), por una necesidad de establecer relaciones profundas e íntimas, al menos a nivel intelectual. En todo caso, presenta dificultades para lo social, mostrándose torpe e inseguro. Muy dado a la lectura y al estudio, es el típico “ratón de biblioteca” que ha sustituido el mundo de la vida por el mundo de las ideas y de los razonamientos. En este sentido, necesitan con frecuencia aislarse, retirarse a su refugio, para cargar pilas y no alienarse. Son como “moluscos”, ya que llevan su concha a todas partes. Hay una intensa emocionalidad latente que es enfiada a la hora de su expresividad por medio de racionalizaciones de todo tipo, dándoles una apariencia de frialdad y lejanía. Suelen llevar una vida austera y simple, no se compran casi nada, son ahorrativos en un amplio sentido, que se expresa, por ejemplo, en poca energía física, un tono de voz bajo, una textura delgada y quijotezca y un modo de vestir descuidado y funcional. La soledad de este eneatispo va ligada a un fuerte desarraigo y a una profunda sensación de no-pertenencia, como si se sintiera demasiado ajeno al común de los mortales.

Ej. M. Bielsa, A. Einstein.

*Amor:* des-amor. En este eneatispo encontramos una verdadera “pasión” por evitar los vínculos, mostrándose apático e indiferente hacia los demás. Habita un mundo personal propio que prefiere no compartir, reduciendo sus necesidades al máximo para no depender de nadie. Le cuesta recibir y sólo lo hace dando él primero. Esto está enraizado en la convicción que tiene de no ser alguien querible o deseable. El amor mismo, en cualquiera de sus formas, le parece una quimera, de

ahí que no se entregue al amor. Acostumbrado a vivir en un desierto tan amplio como vacío, siente a los otros como una limitación de sus posibilidades. Prefiere el mundo de lo ideal (de lo posible) al mundo de lo real (de lo presente), desarrollando más el amor admirativo hacia lo abstracto (las ideas). Los otros dos amores no son más que fantasmas o ilusiones en las que no se puede creer.

*Origen:* la infancia del eneatispo V está marcada por la soledad y la falta de un amor demostrado, tanto física como verbalmente. Suele encontrarse una madre fría y distante físicamente, que no lo mira, y un padre ausente que no sirve como referencia. De este modo, en forma silenciosa e inadvertida, es un niño que va aprendiendo que el amor es una experiencia desconocida y enigmática para él, frente a lo cual va desarrollando una autonomía práctica y emocional, así como una austeridad existencial bajo la convicción de que en el mundo hay poco para él y que tiene que conformarse con poco. Puede decirse que ha crecido en una cultura familiar informativa más que expresiva.

*Virtud:* entrega, generosidad, en el sentido de abrirse y darse a sí mismo. Salir de mi propio castillo y atreverme a experimentar las relaciones y lo que el mundo me ofrecen. Confiar y salir a recorrer los territorios sin mapa en mano. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Omnisciencia*: comprender, y actuar conforme a esta comprensión, de que todo está interconectado, por lo que la realidad es interdependencia. Si esto es así, no tiene sentido seguir aislándome como si estuviera apartado de la realidad.

*Mudra:* palmas abiertas hacia arriba sobre las piernas.

## Eneatispo VII Tríada racional y del pensar

¿Cómo engañas? ¿Cómo te justificas?

*Pasión o motivación fundamental:* la gula. Aunque asociada típicamente a la comida, se trata aquí de una gula de experiencias, de una insaciabilidad respecto del propio ser. Este eneatispo siempre quiere más, necesita más experiencias, más conocimientos, más personas, etc., porque vive en la convicción de que aquello (y no esto) puede completarlo y satisfacerlo finalmente. Sin embargo, esta insatisfacción queda encubierta por una complacencia y un buen humor constantes que le dan un cariz chispeante y lleno de vida y optimismo. Esta

necesidad de más experiencias se vive como una intensa curiosidad que se traduce en un afán compulsivo por saltar de una cosa a otra más novedosa. Para poder proveerse de experiencias siempre renovadas, este eneatisma despliega todo un aparataje de seducción basado fundamentalmente en la inteligencia estratégica y en la palabra, transformándose en un verdadero embaucador. La racionalidad en este caso suele darse menos como estudio sistemático en un campo de especialización que como una experticia en la justificación de todo. En este sentido, estamos ante un eneatisma del espectro histeriforme y encantador.

*Fijación e ideas locas:* (auto)indulgencia. El pensamiento ilusorio de este eneatisma consiste en creer que todo está bien y, por tanto, que todo está permitido si es placentero. Hay aquí una secreta convicción de ser único y especial, por lo que cualquier cosa que haga es susceptible de justificación. Tiende a ser muy permisivo consigo mismo, pero también con los demás, en la medida que esta actitud representa una estrategia que avala su propia liberalidad. Lo anterior va acompañado de una atmósfera de optimismo y buen humor desproporcionados e indiscriminados, dándoles un cariz de simpatía y encanto muy atrayentes. Le cuesta mucho trabajo contactarse con el dolor y con el lado sombrío de la existencia, empleando mucha energía en huir hacia la alegría y la fiesta. No comprenden un no, pues para ellos la vida misma es pura afirmación, siendo su pregunta predilecta: “¿por qué no?”. En este sentido, dado que niegan el sufrimiento y el sacrificio propios de la vida, tienden a desplegar un intenso mundo de fantasías, perdiéndose en proyectos y posibilidades que rara vez ven la luz de la realización. En base a estas creencias, las personas de este eneatisma suelen estirar los límites en las relaciones con los demás, hasta que la realidad les cierre la puerta en sus narices. Algunas de las ideas locas que encontramos aquí son: “todo está bien en mi vida y en la vida de los demás”, “nada está totalmente prohibido”, “quien es inteligente y talentoso tiene derecho a hacer lo que quiera”, “el encanto personal es la mejor garantía para el éxito”, “por qué elegir algo determinado pudiendo elegir tantas otras cosas”.

*Rasgos caracterológicos:* este eneatisma corresponde a los tipos de personalidad descritos clásicamente como histeriformes e histriónicos, siendo el más narcisista de todos los eneatismas. Es un carácter con mucha chispa y encanto, sustentado en una tendencia real a ser talentoso en múltiples áreas. Muy narcisos, buscan permanentemente seducir al otro por medio de la palabra y de los argumentos ingeniosos, llegando a ser tramposos,

fraudulentos, aprovechadores, charlatanes y embaucadores. Son encantadores encantados, pues llegan a creer que esa imagen que están vendiendo a los demás es realmente así, resultando especialmente convincentes. Viven en posibilidades y proyectos más que en el aquí y ahora, por lo que les cuesta comprometerse con algo, ya que implica renunciar a todo lo demás. No terminan las cosas que empiezan, pues siempre aparece algo o alguien más novedoso que embota su atención. Muestran una curiosidad insaciable, probando de todo para sacarle el máximo provecho a las experiencias, orientados por una búsqueda de sí mismos caracterizada por la paradoja de ser una búsqueda a la vez espiritual y egocéntrica con marcados tintes estéticos. Tienden a confundir lo bello con lo bueno, así como lo placentero con la felicidad, desplegando un modo de ser ligero y alegre con un gran desarrollo del sentido del humor. Por otra parte, al creer que todo está permitido, manifiestan una punzante crítica a las normas convencionales, teniendo conflictos con la autoridad, pero no desde la agresividad, sino desde una irresponsabilidad humorística. Tiende al exhibicionismo, a dárseles de sabelotodo y a creerse intelectualmente superior, pero evitando la confrontación, con una actitud de simpatía y de aparente apertura al diálogo.

Ej. Cantinflas, San Fco. de Asís, la figura del vendedor en general.

*Amor:* amor-comodidad. En este eneatisma encontramos un amor indulgente, sin exigencias ni límites recíprocos. Se trata de un amor permisivo que huye de los compromisos y de las dificultades cotidianas, prefiriendo lo lejano prometedor de aventura antes que lo cercano que demanda y solicita. En sus relaciones prefiere evitar los roces y las dificultades, en un afán de no enfrentarse con la desilusión y la crítica del otro, es decir, con sus propios aspectos oscuros y los correspondientes sentimientos de angustia y culpa. Por otra parte, hay aquí una búsqueda constante de lo lúdico y la exploración de nuevas experiencias, logrando hacer aceptables deseos y peticiones que usualmente son rechazados socialmente. Es un “amor” oportunista que busca lo suyo por medio de una amabilidad y galantería estratégicas. No encontramos en este caso un claro ordenamiento por prioridades, aunque predomina la idealización y la búsqueda de paraísos distantes.

*Origen:* la infancia de este eneatisma está marcada por lo que podríamos llamar “el mito del paraíso perdido”. Habiendo recibido mucha atención y cariño desde el nacimiento por parte de sus padres, por ejemplo, a través de una lactancia prolongada y muy acogedora, de

pronto, en forma abrupta, toda la maravilla se pierde. La experiencia es vivida como traumática y queda fijada en la tarea obstinada de buscar aquello para toda la vida, en una especie de nostalgia de este tiempo de plenitud, negándose a crecer y a asumir el destete en la vida adulta. Suelen tener una madre preocupada por el funcionamiento de la casa, pero de contacto afectivo superficial, y un padre débil y miedoso muy dependiente de esta madre. Desde pequeños aprenden a salirse con la suya manipulando sutilmente, sin necesidad de armar escándalos, ya que sus padres suelen ser indulgentes con ellos.

*Virtud:* sobriedad, moderación y recogimiento. Entrar en contacto con la calma interior, así como con el dolor y la propia sombra. Asumir que todos nos enfrentamos al mismo hecho existencial: elegir una cosa implica renunciar a todas las demás. Ejercitar el permanecer. Desde la perspectiva de las Ideas Santas (Almaas), se trata de cultivar la comprensión de la *Santa Planificación o del Santo Trabajo*: comprender, y actuar conforme a esta comprensión, que la vida y el universo en su totalidad tienen una dirección propia plena de sentido, por lo que no saco nada con llevar a cabo una planificación ansiosa y compulsiva basada en la propia ganancia. En lugar de esto puedo planificar con realismo y compromiso, manteniendo la serenidad.

*Mudra:* ambas manos con las palmas abiertas hacia abajo sobre las piernas.

## LOS SUBTIPOS DEL ENEAGRAMA

### Eneatipo IX

*Subtipo conservación:* apetito. Llena el vacío interior, la falta de identidad propia, con comidas, viajes, trabajo, narcóticos, etc. Físicamente son los más redondeados y socialmente los menos bonachones y los más enojones. Son más explosivos, egoístas, menos dispuestos a los demás, no les interesa tanto ser reconocidos. Son como elefantes enojados.

*Subtipo social:* participación. Es el anti-IX. Necesita sentir que forma parte de un grupo. Está disponible para los otros, para el grupo, no para los individuos. Necesita sentirse tomado en cuenta. Son los más energéticos. De conversaciones largas, pero no para defender una posición sino para mantener la relación, por temor al abandono. Cuidador de los demás. Joviales, alegres, bonachones. Más bien femenino. El gordo buena honda.

*Subtipo sexual:* simbiosis o unión. Existe en la medida en que el otro existe, al punto de perder su propia identidad (confluencia). Se pierden a sí mismos para ser aceptados por el otro ("lo que tú quieras"). Renuncia a sí mismo. Carácter masoquista. Es el que presenta la más baja sensación de sí mismo, siendo (a la vez) el más dulce. Se deprime profundamente cuando el otro ya no está. Necesita ser cuidado. Como la rémora del tiburón.

### Eneatipo VI

*Subtipo conservación:* calor. Es al que más se le nota el miedo, el más tímido, inseguro y ansioso. Busca protección. Su energía genera una sensación de calor, despertando ganas de acogerlo. Es muy dependiente y sensible. Tiende a padecer el "síndrome de Estocolmo"; se identifica con el agresor y llega a pensar que "se lo merece".

*Subtipo social:* deber. Lo más importante aquí es cumplir, ser bueno, no fallar, no equivocarse, pues hay mucha culpa y temor al castigo. Carácter rígido, de muchas reglas, paranoide e hiperracionalizador. Necesita manuales e instructivos, así como autoridades a las que obedecer. Tiene una relación ambivalente con la autoridad, la obedece pero la cuestiona. Puede ser muy obediente y sumiso, así como un tirano cuando ejerce él mismo un lugar de autoridad. Muy estructurado y anticipativo, al punto de perder demasiada espontaneidad. Se hace muchas expectativas. Muy fiel, muy justiciero, siempre por temor a ser castigado. No se conecta con su rabia. Se tragó un policía.

*Subtipo sexual:* contrafobia. Es el anti-VI. Hace frente al miedo asumiendo riesgos y yendo contra el miedo. Arranca para adelante. Va al choque, es adrenalínico, como si en cada situación de miedo se demostrara a sí mismo que no es un cobarde. Es el más fuerte de los VI, no se le nota el miedo. Se nutre de las confrontaciones, pues así defiende su identidad. Le cuesta conectarse con sus emociones. Fuerte conflicto con el padre. En las mujeres, se da el tipo de mujer-amazona, guerrera, más bien masculina.

### Eneatipo III

*Subtipo conservación:* seguridad. Es el anti-III. Se trata de la vanidad de no ser vanidosa. No pone interés en su físico. Se orienta a hacer las cosas eficientemente, con el fin de ganar reconocimiento. Muy perfeccionistas (= E I). Le molesta mucho que la llamen "superficial". Su energía está puesta en la supervivencia. Suele ser

buscada como consejera. Es la más confrontacional de las III, pone sus límites y es muy territorial.

*Subtipo social:* prestigio. Busca permanentemente seducir al grupo, conquistarlos a todos. Se producen, quieren ser vistos. Suelen tener sus agendas completas, llenas de reuniones sociales. Simpáticas, exististas. No les gusta pasar desapercibidas. Energéticas, incansables, llamativas. Se llevan bien con todo el mundo, pero para aparentar. En el fondo es elitista y selectiva. No es espontánea, no improvisa. Sabe un poco de muchas cosas. Interesada en el dinero, el poder y el estatus. Cree que lo que ella tiene es lo mejor. Se echa flores.

*Subtipo sexual:* sexapil, atractividad. Motivada por conquistar a ese en particular. La vanidad está puesta en el cuerpo. Quiere ser vista con admiración, pero sin deseo (“mírame, pero no me toques”). Compulsión por comprar ropa. Mujer fría y calculadora. Es la que más finge, sobre todo en lo sexual. Camaleónica, se adapta al contexto para conseguir lo suyo. Tiene pánico de envejecer. Apariencia de niña, confusa, expresiva. Vive imaginando que la miran.

### Eneatipo I

*Subtipo conservación:* preocupación. Es el anti-I. Es el más perfeccionista. Le cuesta contactarse con el juego, la risa y el placer, incluida la sexualidad y la diversión en general. El niño interior está dormido. Es al que menos se le ve la ira, pues está muy transformada en bondad y dulzura. Expresa la agresión en forma sutil, barnizándola con buenas intenciones. No expresa su enojo (“te lo digo por tu bien”). No se permite sentirse vulnerable. No se le ve tan firme. Le cuesta relajarse. Joden “para callado”. Poco dado al descanso, al relajo, al tiempo de ocio. No se toma vacaciones. Suele refugiarse en el trabajo.

*Subtipo social:* rigidez o desadaptación. Es el más aristocrático de los I. Va por la vida con aires de superioridad. Mira desde las alturas. La ira se transforma en perfección. Siempre tiene la razón. En tensión permanente, exige al extremo, llegando a agotar a quienes están a su lado. Todo tiene que hacerse a su modo (“perfecto”). No se contacta con su sufrimiento ni con sus dificultades. Tiene la sensación de que ya llegó a la cúspide, de que no se puede estar más arriba. Suele irle bien en lo económico. Es el más duro e imponente de los I (= E VIII).

*Subtipo sexual:* celo o vehemencia. El más enérgico y manifiestamente enojón. Sufre mucho por su doble

moral, muy culpógeno. Presenta un gran deseo sexual, el que es censurado con dureza. Es el más autocrítico de los I. Vive confrontando a los demás y en un intenso conflicto interno. Tiende a ser avasallador y muy territorial. Físicamente delgado, recto, duro, de quijada apretada. Se tragó un palo de escoba.

### Eneatipo IV

*Subtipo conservación:* tenacidad. Es el anti-IV. Es un carácter muy esforzado que en lugar de quejarse va en búsqueda de lo que el mundo (supuestamente) les debe. No pide ayuda, aguanta el sacrificio. Todo lo hace por esfuerzo propio, nadie lo hace por él. Lo que surge de la voluntariosidad tiene un sabor más dulce. Carácter más seco y árido que los demás IV. No necesita nada, pues no quiere depender de nadie. De actitud estoica, sufre calladamente. Aguanta el maltrato, pero cuando se aburren es definitivo.

*Subtipo social:* vergüenza. Es el tipo más sufrido. Vive comparándose con los demás y siempre sale perdiendo. Autoconfirma constantemente su poco valor. Es el más quejumbroso y autodestructivo. Proclive a hacerse cortes e intentos suicidas. Lloro y grita con espectacularidad. Tiene la sensación de que no puede entrar en los grupos, en los que suele proyectar su automenosvalía, avergonzándose. Apegado al sufrimiento, goza en el dolor y vive en una nostalgia infinita. Se avergüenza de ser quien es. Ávido de amor, se atormenta pensando que lo obtiene por lástima. Extremadamente culpógeno. Se siente culpable por todo lo que ocurre alrededor. Guarda la secreta esperanza de recibir algo a cambio de su sufrimiento.

*Subtipo sexual:* odio. Es el tipo más insufrible e insuportable de los IV (= E VIII). Evita la envidia intentando eliminar el objeto que se “la produce”. De pensamiento vengativo, maquiavélico y premeditado. Asume aquel viejo refrán según el cual “la venganza es un plato que se sirve frío”. Abiertamente rabioso, intenso y justiciero. Tiende a devaluar a los demás, provocándolos. Muy inestable y con mucha fuerza, suele hastiar a los demás. Descontrolado. Puede ser muy divertido, pero le dura poco. Muy competitivo, se hace notar en un grupo. Es el típico frustraterapeuta.

### Eneatipo II

*Subtipo conservación:* privilegio. Es el anti-II. Es el subtipo al que menos se le nota el orgullo. Siente que tiene el derecho a ser cuidado, que se lo merece. Evita crecer



para que la traten como princesa. De actitud infantil y atmósfera de niñez eterna. Hace las cosas sólo si se le antoja, manipulando con berrinches. El precio consiste en mantenerse niño(a) y no madurar. Se muestra más débil y necesitada de protección que los otros subtipos II (= a E VI). Se siente privilegiada. Se acerca al poder y a lo que ella considera autoridad. Es encantadora, pero desde la dulzura no desde lo felinezo. Sutil e interesante, hace lo que quiere con un aire de irresponsabilidad. Sólo asume responsabilidades en las cosas que encuentra interesantes. Es la menos libre y la más dependiente de los subtipos II. Se sienten humildes. Este subtipo esconde el peligro de la ego-sintonía, es decir, que la persona se siente bien con su carácter. Le viene bien una depresión.

*Subtipo social:* ambición. Seduce a la masa, se infla demasiado. Se le nota mucho el orgullo, anda por la vida sintiendo su grandeza y el llamamiento a hacer algo especial. No se conforma con una persona. Es la más intelectual y más femenina. Busca el conocimiento intelectual, pero para seducir a las masas, para ser reconocida por todos. No respeta límites, se vuelve invasiva. Quiere el reconocimiento del que está en el poder. Es como una planta trepadora, está donde quiere y avanza en forma devoradora. Aparenta un desinterés y una servicialidad al otro. Prefiere misiones que tengan que ver con la humanidad en general más que con los suyos.

*Subtipo sexual:* seducción. Hay una pasión por ser eróticamente irresistible. Necesitan y buscan permanentemente la mirada seducida del otro para confirmar su irresistibilidad. Es la "femme fatal". Seduce para nutrirse, para dominar al otro, sin importarle (en verdad) el objeto amoroso. Le interesa experimentar su poder. Se cansa y da mucho trabajo a la pareja. Lo importante es la conquista, no el otro, con mucho erotismo y sensualidad. Se lo toma como un reto. Muestra una sexualidad devoradora, intensa, fogosa. Seduce individualmente y en forma sucesiva. Es incapaz de quedarse, prefiere pasar a otra conquista. Sobreprotectora con la pareja. O emocional y mantener alta la energía es lo más importante. Reconocer su intensa necesidad de amor la conecta con una humillación intolerable. Necesita (inconscientemente) que la necesiten.

### Eneatipo VIII

*Subtipo conservación:* satisfacción. Es el más duro de todo el eneagrama. Como si tuviera una piel de rinoceronte. Es miope, se lanza contra cualquier cosa que se mueva. Pasa por encima de cualquiera. Es el

representante más contundente e hipertrofiado de su género. Toma lo que necesita, sin escrúpulos ni culpa. Es decidido e insensible. Suele hacer pactos de sangre, teniendo más bien cómplices mafiosos, esclavos o enemigos, antes que amigos auténticos. Le irrita terriblemente la debilidad. Animal de presa, no soporta la frustración. Es despiadado. Viola los derechos de los demás y a los demás. Muy sexualizado genitualmente. Una persona antisocial que suele ser rechazada socialmente.

*Subtipo social:* complicidad. Es el anti-VIII. Al que menos se le nota la lujuria. Le importa lo social, son lobos disfrazados de corderos. Es un buen líder y puede tener buenas intenciones. Orientado a las alianzas pandillezcas basadas en una fuerte lealtad. Parece más bueno, carismático y atractivo que los otros subtipos del VIII. Protector de los suyos, que no necesariamente son los de su sangre (El padrino).

*Subtipo sexual:* posesión. Muy territorial. Se apodera del otro, llega a ser un tirano con su pareja. No tiene límites. Tiene cierto carisma sexual. Muestra una energía animal e instintiva. Es el que está más cercano a la psicopatía. No tiene tabúes sexuales, desfachatado, cara dura, muy posesivo sexualmente (ley del embudo). Puede aparecer dulzón, pero en el fondo es muy violento e hipermasculino.

### Eneatipo V

*Subtipo conservación:* castillo o cueva. Está mucho más tiempo adentro, en sus pensamientos abismales, que afuera en el mundo. Tiene una sensación de máxima escasez, derivado de una carencia de amor materno y de una infancia pobre en afectos. Tiene grandes dificultades para establecer vínculos con la gente. Es el más marcadamente V. Preocupado de no gastarse, se encierra y retiene todo lo que tiene. Se aísla, se esconde, espera poco, se da muy poco. Se encierra en su castillo, no tiene problemas con no ver a nadie. Ahorra hasta la voz. Es como un caracol o un molusco. Muy orientado a los libros y al aprendizaje en general. No se ve a él mismo. Se siente confortable en el mundo de las ideas, pero se siente inadaptado, como de otro planeta. Le cuesta estar en pareja y en grupos.

*Subtipo social:* tótem. Amante del conocimiento, se tiene que subir a mundos extraordinarios para estar a gusto. Puede ser un gran profesor y estar en grupos, pero necesita retirarse cada cierto tiempo. Sabe mucho, pero entrega de a poco, necesita que lo estrujen. Le cuesta extremadamente lo cotidiano al punto de no hablar de

ello. Va empobreciendo su vida por entrar en un mundo tan abstracto. Prefiere hablar “sobre” las cosas en lugar de tener una experiencia directa de ellas. Hay una carencia de lo humano, en el sentido de relegar el placer y el disfrute. No da demasiado. Siente rabia, pero no se contacta con ella. Cuando la logra expresar es como el estallido de una bomba. Hay un profundo anhelo de tocar su furia. Retrofecta la rabia, volcándola sobre sí mismo. Esta rabia brota de la contradicción entre anhelar amar y no poder salir de sí mismo. Tiene miedo a perder el control. La tristeza también se la vive hacia adentro. Elabora lentamente lo emocional. Tiene que ser adivinado, dando por supuesto que el otro tiene una bola de cristal.

*Subtipo sexual:* confianza. Es el anti-V. Al que menos se le ve el retraimiento. Le cuesta confiar en que esa persona que está a su lado es su pareja. Desea tapar su soledad con alguien. Le viene la duda de que puede haber otra mejor. Necesita que lo comprendan. Sensación de carencia que lo mueve a buscar. Es muy sensible en el fondo. No termina de encontrar a la pareja definitiva. Le cuesta mucho el arraigo y el quedarse. Pide más de lo que da. Es el más atormentado de los V. Muy intenso y sensible en relaciones yo-tú. Cree que los otros lo pueden adivinar. Es el subtipo V al que más se le nota la emoción, es más expresivo. Se mueve en la dialéctica de acercarse y alejarse. Pone a prueba a la pareja sin decirle.

### Eneatipo VII

*Subtipo conservación:* familia. La sangre lo tira, así como aquellos a los que él considera como su familia. Compulsión por acumular para la familia. Generoso en lo material, desprendido, de lazos cálidos, práctico, astuto para los negocios, aunque sin muchos escrúpulos. Se parece al E VIII en su sombra. Oportunista. Su generosidad forma parte de una estrategia por alcanzar su beneficio. Maquiavélico. Se toma la vida a la ligera. Derrochador, gastador, tramposo. No suele ser pobre, pues le sale fácil hacer dinero. Es el más eróticamente sexual de los subtipos VII y el más orientado a la conquista. Le cuesta mantenerse fiel. Huye del compromiso, costándole poner el corazón. Suele ocultar sus engaños.

*Subtipo social:* sacrificio. Es el anti-VII. Se le ve poco lo VII. El menos chistoso y payasezco. Desea ser bueno, casi santo. Servicial, establece relaciones con facilidad y con todo el mundo. Es leal y fiel. Tiene carisma, cae bien. Tiene una actitud contraria a los placeres de los sentidos, ya que cree que éstos pueden desviarlo de su camino. Conciliador. De los VII, es el que puede sentir culpa y remordimiento. Participa en muchas cosas y

quiere ser aceptado por todos (“nunca queda mal con nadie”). Hace múltiples actividades, pero dura poco. Es seductor. Se pasea por todas partes, lo prueba todo, necesita límites. El día se le hace demasiado corto. Por medio de este buen humor y esta frenética actividad busca atraer cariño, ya que perdió el paraíso original. Le cuesta tocar la rabia. Carácter dulce y carismático.

*Subtipo sexual:* sugestionabilidad. Es al que más se le nota lo VII. Es un encantador encantado. Le encanta encantar y termina encantándose de su encantamiento. Es el más chistoso, bromista y charlatán de los VII. Inoportuno, habla mucho, de risa fácil y muy orientado al placer. Le vende la pomada a cualquiera. Engaña y se autoengaña orientado hedonísticamente. Fraudulento, tramposo y racionalizador, se autojustifica permanentemente. Muy jovial, pero puede saturar y hostigar. Incansable, no necesita mucho tiempo para recargar las pilas. Anímicamente ciclotímico. Siempre quiere más. Siempre piensa en otra cosa. De ahí que le cueste mucho trabajo permanecer en el presente. Se enamora de la fantasía. No termina las experiencias. No puede sostener el placer. Desea el deseo. Huye de la frustración y del dolor. Es hiperactivo, no apasionado. Su arma principal es la lengua, la palabra. Aprende de cualquier cosa.

### EL ENEAGRAMA COMO UN CAMINO HACIA LA INTEGRACIÓN

Una vez presentadas las sutiles y profundas descripciones que nos ofrece el Eneagrama por cada eneatispo y subtipo de personalidad, estamos en condiciones de comenzar a reconocer en nosotros mismos cuáles son nuestras emociones básicas predominantes (rabia/ira, tristeza/angustia de separación o miedo/ansiedad), así como nuestras motivaciones fundamentales (pasiones y fijaciones) y el modo en que la propia instintualidad enfoca nuestra atención e impulsa nuestro actuar en una determinada dirección en el mundo (conservacional, social o sexualmente). Reconocer estas motivaciones y modos de ser profundos, más allá de nuestro comportamiento explícito, significa “dar con mi eneatispo” y estar en condiciones de comenzar a andar un camino personal y muy real *de y hacia* la integración. En este apartado quisiera bosquejar algunas líneas respecto de cómo podemos entender este proceso llamado “integración”, además de ensayar algunas propuestas acerca de cómo se puede forjar y trabajar a partir del propio eneatispo un camino concreto que nos permita ir integrándonos conscientemente. Demás está decir que lo que sigue no pasa de ser algunas ideas sueltas y

generales que no pretenden siquiera ser una guía, sino más bien una provocación a que cada cual piense, cree y realice un camino, su propio camino.

El fenómeno de la *integración* es seguramente una de las experiencias cruciales de todo proceso psicoterapéutico, así como de toda ética y de todo camino espiritual y religioso. En una época como la nuestra en que, además, nos enfrentamos a una verdadera moda de “lo integral” en la que la integración es una promesa lanzada al aire desde cualquier lugar y, en general, como un slogan vacío que no significa nada preciso, me parece importante, incluso urgente, pensar este asunto. La perspectiva del Eneagrama, en mi opinión, nos sirve como una plataforma especialmente rica, compleja y amplia para llevar a cabo dicha meditación. Lo primero que quisiera decir es que la integración supone (siguiendo en esto a C. G. Jung) hacer una distinción entre totalidad y bondad. Nuestra cultura greco-cristiana nos ha acostumbrado a creer que el máximo de realización de una persona radica en su grado de *bondad*, en ser una “buena persona”. Ya en Platón encontramos que la idea de Bien es la idea suprema que orienta e ilumina la vida del hombre sabio, para no explayarnos en la explícita apología neotestamentaria de la bondad en expresiones como “ofrecer la otra mejilla”, “las ovejas del Señor”, “amar a nuestros enemigos” y, en general, la idea según la cual “el reino de los cielos es del hombre bueno”. La bondad se relaciona con un cultivo explícito de atributos positivos relativos al amor y a una actitud pro-social y a una represión o sublimación de los aspectos negativos (odio, deseo sexual, egocentrismo, etc.) entendidos como vicios, pecados o psicopatologías que debieran ser extirpadas, como quien extirpa un tumor cancerígeno de un organismo en general sano. Junto con esta visión unilateral del bien y la bondad hay una exaltación de estados anímicos como la culpa o el arrepentimiento como caminos para salir del mal y entrar al bien. Lo que quiero decir es que la defensa de la bondad implica, necesariamente, entrar en el dualismo bien/mal y, por lo tanto, en una lucha espiritual infinita y poco fecunda que lleva a una vida conflictiva y, como decía Nietzsche, a un debilitamiento del propio ser. Por supuesto que en los siglos en que esta visión ha predominado ha habido bellos y nobles frutos<sup>13</sup>, aunque, en mi opinión, con una cuota excesiva y casi enfermiza de sufrimiento y de sacrificio.

<sup>13</sup> ¿Quién podría negar, por ejemplo, que la vida de San Francisco de Asís no representa un testimonio de una cumbre de humanidad? Sin embargo, ¿quién podría también negar su sufrimiento perpetuo y el desgarramiento interior de este hombre santo?

La *totalidad*, por su parte, o mejor dicho: el proceso de totalización que representa la integración tiene una pretensión no-dualista e inclusiva y, por lo tanto, más abarcadora. Ir volviéndome más total (íntegro) incluye el ser bondadoso, pero lo trasciende hacia diversos e indefinidos aspectos de la existencia tanto positivos como negativos, tanto de “las alturas” como de “los abismos”, por así decirlo. En este punto hay al menos dos temas relevantes que a mí me dan qué pensar. El primero tiene que ver con el *desarrollo de la conciencia* y su nivel de comprensión de la realidad en su totalidad. La integración supone un camino de toma de conciencia gradual en la que ésta se va volviendo cada vez más abarcadora, luminosa, acogedora y simple. Wilber distingue esta conciencia adulta que requiere de un esfuerzo espiritual hacia una dimensión trans-personal de aquella conciencia con la que nacemos cuando aún somos unos infantes que es pre-personal. Lo que tienen en común es la experiencia de totalidad y unidad entre el sí-mismo y el mundo; sin embargo, se distinguen radicalmente ya que en el primer caso no hay diferenciación y, por tanto, tampoco conciencia en un sentido pleno, mientras que en el segundo caso la conciencia comprende distinciones, decide en medio de ellas, siendo capaz de ver *la urdimbre* con la que todo está tejido. Pasar de la indiferenciación hacia la diferenciación significa entrar en una vida personal (he aquí la meta fundamental de la infancia hasta más o menos los siete años); en cambio, pasar de esta diferenciación (de una manera particular de sentir y comprender el mundo) a una conciencia de la unidad radical de la realidad significa despertar a una conciencia lúcida que es capaz de reconocer su propia naturaleza y, por lo mismo, la naturaleza de la totalidad en la que se manifiesta. La conciencia es el grado de luminosidad con que se muestra la realidad en la mente de un individuo y esta luminosidad admite una indefinida gama de matices y de intensidades. En rigor, implica mucho más que la pura mente, entretejiéndola con el cuerpo y el mundo del que formamos parte. Tal vez el concepto de alma que Hillman adapta de Jung sea más preciso para dar cuenta de la magnitud imprecisa de la conciencia.

El segundo tema se refiere a que este proceso de totalización supone ir tejiendo una unidad cada vez más compleja a partir de elementos opuestos. Por supuesto que esto implica mucho más que una mera comprensión intelectual. Se trata de la experiencia de *enfrentarse con las propias polaridades* que constituyen nuestro ser así como el ser de la realidad misma. Precisamente a esto se refiere Jung cuando describe el proceso de individuación como un “llegar a ser lo que ya soy” por medio del reconocimiento y de la puesta en relación de

los distintos modos de ser personales. Jung distingue varias polaridades en la personalidad humana, siendo una de ellas la constituida por los opuestos persona/sombra. Tomo esta polaridad como una ilustración, a mi juicio, fundamental del proceso que intento explicar. Sin embargo, las ideas de Jung acerca de la individuación me parecen cruciales e insoslayables para comprender este punto. Para completar y profundizar este modesto cuadro recomiendo leer el capítulo dedicado a la individuación en el libro de Jung *El hombre y sus símbolos*, así como la sección correspondiente que dedica Recuerdo en su libro comparativo entre Jung y Rogers. Dentro del ámbito del yo (esa parte de nuestra alma que nos orienta en el mundo desde una actitud y desde un conjunto de funciones específicas) están todas esas formas de ser de las que somos más o menos conscientes en nosotros mismos y que valoramos como positivas mostrándolas a los demás. Tienen que ver con todo lo que creemos que somos y con los rasgos de personalidad con los que estamos más identificados. Si alguien me pidiera que defina quién soy o cómo soy, probablemente diría cosas del tipo: “soy generoso”, “me gusta saber cosas”, “soy cariñoso y preocupado”, “soy responsable y confiable”, en fin... “soy una buena persona”. Todo esto se refiere a mi *persona*, es decir, a mi *máscara*, a la fachada que quiero mostrar ante los demás, probablemente para ser aceptado o, al menos, para no ser juzgado. Todos tenemos una máscara (o varias), la que cumple una función adaptativa y co-responde a mi historia personal, al contexto familiar y social en el que mi personalidad se fue armando. En el lado opuesto de mi persona se encuentra mi sombra, es decir, todos aquellos modos de ser que valoro negativamente en mí y que quisiera mantener ocultos para mí mismo y para los demás. Son rasgos más inconscientes y, en general, representan puntos ciegos para uno mismo. Es más fácil que los que nos rodean los identifiquen con más facilidad. Alguien puede estar convencido de ser generoso y desinteresado, pero cada vez que alardea sobre esto ante su esposa e hijos éstos hacen una expresión de incredulidad irritada. Este hombre seguramente está convencido de su altruismo desinteresado y no ve que “detrás” de cada “acto generoso” hay una motivación egoísta que espera reciprocidad, reconocimiento o ponerse en una posición de dominio respecto de la persona regalada, por poner algunos ejemplos. En su sombra pueden haber todo tipo de motivaciones e impulsos narcisistas relativos a sentirse superior, mejor que los demás, necesitado de cariño y reconocimiento, ocultos para sí mismo. El proceso de integración supone reconocer la propia máscara así como la propia sombra para tener una autocomprensión más abarcativa de uno mismo, más objetiva y más flexible. Si el personaje de

nuestro ejemplo tomara conciencia de que es, al mismo tiempo, generoso y ego-céntrico, podría tal vez dar de un modo más auténtico y transparente (con menos conflicto interior) y a la vez poder pedir lo que necesita sin sentirse humillado por eso. Acontece así un enriquecimiento en el propio ser dado por el paso de un modo de ser unilateral a uno en el que se ha ampliado el repertorio de respuestas posibles.

Considerando lo anterior, la totalidad incluye y trasciende la bondad, ya que implica un reconocimiento y un encuentro cara a cara con lo que en cada uno hay de “bueno” (lo valorado positivamente por mí y mi cultura) y con lo que hay de “malo” (lo valorado negativamente por mí y mi cultura). Estar en un camino de integración supone ir tejiendo una integridad personal en la que se enhebran aspectos contradictorios de la propia personalidad y de las relaciones entre ésta y el mundo. Aquí no cabe el pensamiento tipo “blanco/negro” o “todo/nada”, así como tampoco el juicio externo basado en meras conductas observables. El trabajo con uno mismo basado en el Eneagrama nos enseña que lo fundamental son las motivaciones profundas y la necesaria distorsión egoica de la que se engendran y alimentan. Alguien íntegro (en camino de integración) de hecho puede actuar de un modo muy extraño y aparentemente incoherente para un observador externo, algo que no debería sucederle a alguien bueno guiado por la lógica moralidad de un deber objetivo sustentador de la bondad. Mientras que la bondad se enorgullece con la coherencia, la integridad se revitaliza con la verdad y ésta, parafraseando a Heidegger, siempre está más allá de la corrección. Una vida correcta conlleva la satisfacción del deber cumplido, incluso, de una cierta sensación de superioridad moral; una vida íntegra vive e irradia la alegría de ser uno consigo mismo en co-respondencia con la situación dada. La primera suele conllevar mucho ruido interior, e incluso solapada amargura; la segunda otorga la serenidad que surge de la simplicidad de estar imbuido en la danza de la vida<sup>14</sup>.

<sup>14</sup> En esta misma dirección apunta Kierkegaard cuando diferencia las tres formas de existencia posibles: estética, ética y religiosa. Para el filósofo danés una vida basada en la ética al basarse en el deber, es decir, en una normativa externa y formal corre el riesgo de caer en la desesperación y alienación. La vida vivida verdaderamente (para él, la existencia religiosa) se caracteriza justamente por dar un salto intuitivo al flujo de la vida en plena sintonía con él. Según él, este salto conlleva necesariamente un sentimiento revitalizante de angustia, que es el testimonio vital de estar habitando en medio de la vida y de su imprevisible apertura.

Si la integridad no tiene tanto que ver con la coherencia (entendida como el ajuste de la vida a una serie de principios morales orientadores), la pregunta es entonces cómo reconocer cuándo estamos integrándonos. ¿Qué es la integración? ¿Integración de qué? A lo ya dicho sobre las polaridades, creo que es importante añadir que lo que está en juego en la integración es una *alineación* entre mente-cuerpo-situación. Esta es la tríada fundamental que da cuenta de toda experiencia de integración. La *mente* puede ser entendida como el conjunto de las experiencias simbólicas que tenemos en el mundo, es decir, como las diversas formas de pensamientos que tenemos respecto de nosotros mismos y del mundo. Estos pensamientos involucran reflexiones, ideas, conceptos, emociones, estados anímicos, sensaciones verbalizadas y en general toda experiencia con significación. Por definición, nuestra mente tiende a la divagación, a la construcción de imágenes, a poblar el cielo despejado de nuestra vida de nubes de todos los tamaños y de todas las formas. El *cuerpo* abarca toda nuestra realidad física incluido nuestro cerebro y el sistema nervioso en su conjunto. Nuestros sentidos y nuestra actividad cerebral configuran la médula de nuestra experiencia corporal dada por la percepción tanto intra como extra corporal. Uno de los atributos principales del cuerpo es que siempre está funcionando en el aquí y ahora del momento presente, por supuesto que desde una cierta tendencia orientada por nuestra memoria, pero siempre expuesto y responsivo a las circunstancias del momento a momento. Casi todo aquí es fresca y novedad y, sobre todo, realidad presencial. La *situación*, por último, implica el mundo específico de significados en el que nos movemos en cada momento así como la realidad que nos sostiene más allá de toda significación. En cuanto seres humanos, cada vez estamos expuestos a un mundo significativo particular, por ejemplo el mundo de mi familia con sus propias reglas del juego o el mundo de mi trabajo con las suyas propias. Lo que en un contexto tiene cierta significación no la tiene en otro contexto. Cada situación en la que estamos implica habitar en un mundo de significados específicos. La realidad también es algo con lo que siempre contamos, sólo que ésta no tiene la apertura de las significaciones, sino que se impone con su presencia insoslayable. El calor que siento ahora, la brisa fresca que me llega del mar, el espacio de este departamento, el modo de ser de quienes están conmigo, etc. Siempre que estamos presentes lo estamos en una determinada situación. Como vemos, hay un aspecto de la situación que puede cambiar (mundo), en parte, debido a nuestro propio modo de abrirnos a ella, mientras que hay otro que simplemente está ahí como una condición

inoslayable (realidad). Al igual que el cuerpo, la situación siempre se despliega en el momento presente, está aquí como el trasfondo necesario de nuestras vidas.

La tríada recién descrita configura una unidad inseparable que, sin embargo, supone permanentemente variadas formas de disociación, lo que significa que muchas veces no están en equilibrio ni armonía. Mientras mi cuerpo está aquí y esta situación reclama de mí algo en particular mi mente puede estar dispersa en cualquier "lugar". Me gusta pensar en la mente como en un animal deambulador al que le gusta ir de aquí para allá y no estarse quieta. ¿Cuántas veces no nos pasa que estamos conversando con alguien o leyendo un libro sin estar realmente atentos a lo que estamos haciendo, pensando en las tareas pendientes o imaginando situaciones fantasiosas? ¿Cuántas veces no nos sucede que comemos sin darnos cuenta de lo que estamos comiendo ni del sabor de los alimentos? El gran dilema de la existencia radica justamente en esto: que estando siempre en el momento presente (lo único real que tenemos), nuestra mente suele divagar y escaparse hacia situaciones y preocupaciones que si bien pueden ser interesantes no son reales, lo que implica que buena parte de nuestras vidas transcurre inmersa en múltiples ilusiones. En lugar de estar y de entrar en relación con lo que hay, en lugar de observar y de comprender la situación actual, tendemos a distorsionar la realidad en base a esta divagación mental y a esta desalineación de la tríada fundamental. Desde la perspectiva del Eneagrama cada uno de los eneatis distorsiona la realidad en base a su propia desalineación existencial, por lo que cada eneatis requiere de un trabajo específico y propio de integración. Lo que aquí llamo "distorsión de la realidad" es lo que D. Siegel (2012) explica como estar en los extremos del caos y/o de la rigidez como consecuencia de no estar centrados en un genuino estar presente. Cuando nos vamos integrando va emergiendo desde el fondo de nuestro ser una experiencia que este autor llama de "tranquilidad" y que consiste en que nuestra mente (alineada con nuestro cuerpo y la situación) se mantenga clara, equilibrada y estable, bases para una vida henchida de bienestar y de alegría.

Creo que es un buen momento para ensayar una propuesta de trabajo por eneatis, para responder a la inevitable y útil pregunta: ¿cómo podemos llevar a cabo esta integración? Quiero enfatizar que mi intención es sólo la de ensayar una propuesta, ya que la integración es un camino que se puede transitar desde múltiples lugares y comprender desde diferentes perspectivas. Esto significa que el diálogo y el tomar como ejemplo a otros que van más adelantados que nosotros se torna imprescindible. En mi opinión, podemos

trabajar por nuestra integración desde dos perspectivas simultáneas: una objetiva y otra subjetiva. Desde un punto de vista *objetivo* existen múltiples prácticas y estilos de vida que son demostradamente beneficiosos para nuestra integración. Entre otras cosas: practicar algún tipo de meditación con regularidad, hacer ejercicio físico con regularidad, buscar y cultivar relaciones interpersonales enriquecedoras basadas en el amor y en un compartir genuinos, trabajar de un modo que tenga sentido para nosotros respetando nuestros límites y los necesarios tiempos de descanso y de ocio, comer alimentos que sean saludables, llevar un estilo de vida que mantenga en un cierto equilibrio el tiempo que dedicamos a la tecnología (televisión, internet, etc.) y el tiempo que dedicamos a estar en relación con lo natural y con los ritmos naturales, incluido (por supuesto) el estar en contacto con la naturaleza, entre otras cosas. Todo esto resulta beneficioso para todos los eneatis, por lo que conviene armarse una rutina que contemple cotidianamente una armónica y realista combinación de todos estos elementos.

Por punto de vista *subjetivo* entiendo la generación de un trabajo de integración que considere las peculiaridades de cada eneatis o, más específicamente, de cada persona que funciona desde un eneatis determinado, lo que implica una comprensión suficiente del Eneagrama y de sus posibilidades psicoterapéuticas. No es éste el momento de entrar en cada uno de los eneatis, pero vale la pena decir algunas cosas a modo de generalizaciones orientadoras (Wilber, 1998) que sirvan como base para articular un trabajo concreto y práctico para cada eneatis. Lo primero es comprender las motivaciones básicas de cada eneatis (su pasión y su fijación dominantes), así como sus rasgos de personalidad principales. Junto con esto, es importante observar cómo es que cada eneatis está influido desde varios otros, influencia que está dada principalmente por las flechas internas del círculo del Eneagrama y por los eneatis adyacentes (también llamados alas). Esto significa que el modo de ser que me caracteriza recibe influencias de, al menos, otros cuatro eneatis y que todo esfuerzo de integración implica considerar qué aspectos y rasgos de estos cuatro eneatis pueden contribuir a flexibilizar mi modo de ser y a abrirme a un repertorio de experiencias más amplias y abarcativas, enriquecedoras de mi forma de vivir mi vida en el mundo. Por ejemplo: una persona con un eneatis cuatro enrollada en la falsa deficiencia y en la consiguiente envidia que le despierta la vida de los demás, convencido de que él tiene menos suerte y menos capacidad que los demás, viviendo en una insatisfacción trágica permanente, puede beneficiarse mucho observando e

incorporando modos de ser del eneatis dos (que suele sentirse seguro de sí mismo y autocomplacido con sus propias capacidades) y del eneatis tres (que suele ser más superficial y menos enrollado, aportando más ligereza y eficiencia práctica). Esto implica un intenso trabajo de *observación* (del modo de ser de otros) y de *exploración* en uno mismo de estos rasgos que por el momento se mantienen inconscientes. Por otra parte, se requiere del diseño de un plan específico para *llevar a la acción* estos modos de ser para permitirse paulatinamente y con amabilidad ir transitando por modos de ser alejados de la propia autoimagen y de lo que creemos representa nuestra identidad. Si la configuración del propio eneatis ha tomado tantos años en formarse no podemos pretender que este proceso de flexibilización y apertura acontezca en el corto plazo. Reconocer las propias motivaciones profundas y permitirnos transitar por diversos modos de ser y de ver la realidad requiere de un tiempo de maduración propio, del mismo modo que un fruto necesita de una adecuada fertilización, un cuidadoso cultivo y del tiempo necesario para su maduración.

Junto con lo anterior, necesitamos comprender las virtudes y las Ideas Santas propias de cada eneatis, ya que nos sirven como horizontes orientadores de un camino. Una virtud es una semilla esencial para nuestra integración que podemos regar y cultivar en nuestra vida cotidiana al comprender su profundo sentido. Cada eneatis tiene una *virtud* propia que cultivar en la dirección de su particular camino hacia la integración. Siguiendo con el ejemplo del eneatis cuatro, dada su tendencia a sentir la vida como injusta, dolorosa y trágica, así como a oscilar drásticamente e intensamente entre estados anímicos elevados (creativos) y deprimidos (ligados a una autoinsignificancia), es importante considerar el cultivo de la *virtud de la ecuanimidad*. Esto implica aprender a ver y sentir la propia vida con una cierta distancia y a permanecer en un cierto equilibrio para no dejarse arrastrar hacia los extremos. La ecuanimidad implica, además, una justa valoración de quién se es y de la realidad, pudiendo apreciar tanto lo positivo como lo negativo de la vida, desarrollando una sensación interna de gratitud y de aceptación. Junto con esto, es importante considerar la *Idea Santa* que representa el ser esencial de un eneatis, aquella comprensión original y pura desde la que paulatinamente se fue distorsionando en su historia de adaptación familiar y social. Almaas (2002) plantea que las Ideas Santas son diferentes caminos para acceder al ser de la realidad misma, más allá de toda interpretación o perspectiva, desde una experiencia no-dual y no-conceptual. La realidad es "vista" tal cual es en una de sus diversas facetas. Y a cada

eneatipo le corresponde íntimamente abrir uno de los nueve portales, atravesar ese umbral y estar presente con esa realidad que entonces queda revelada. Despertar una Idea Santa no significa entenderla racionalmente, sino abrir el propio ser a la contemplación de una cualidad esencial de la realidad. Esto acontece en una forma específica de estar presente y en una transformación cualitativa de la propia actitud ante el mundo: se trata de una experiencia que involucra la totalidad del propio ser. En el caso del eneatipo cuatro *la Idea Santa que le corresponde es la del Santo Origen* e implica abrir una puerta y atravesar el umbral hacia una visión clara y viva del hecho de que todo lo que hay en la realidad (incluida, por supuesto, la existencia humana), aunque aparentemente diverso y desigual, surge desde una misma fuente y viene con el mismo potencial de desarrollo hacia la iluminación y la felicidad. Según esta Idea Santa, no hay algo “mejor” o “peor” ni existen “los más” o “los menos”, sino que todo tiene la misma naturaleza e idéntico potencial, simplemente porque hemos surgido desde *lo mismo*. Con las Ideas Santas entramos en un terreno transpersonal o místico, es decir, en un ámbito referido a la realidad misma y su misterio más allá de las posibilidades de comprensión de nuestra subjetividad.

Espero que podamos ver a estas alturas, al borde ya del final, que el proceso de integración requiere de nosotros una constante atención y una especie de esfuerzo deliberado por cultivar nuestro arraigo en el momento presente como única manera de acceder a una genuina experiencia de bienestar profundo. Todo esto requiere que hagamos cosas concretas para *alinear* nuestra mente con nuestro cuerpo y con la situación en la que estamos cada vez. Tich Nhat Hanh (1996) señala, precisamente, en esta dirección cuando nos dice:

Nuestro verdadero hogar está en el momento presente. El milagro no es caminar sobre las aguas. El milagro es caminar sobre la verde tierra en el momento presente. La paz está a nuestro alrededor –en el mundo y en la naturaleza–, y en nuestro interior, en nuestros cuerpos y espíritus. Una vez que aprendamos a entrar en contacto con esta paz, seremos sanados y transformados. No es una cuestión de fe; es una cuestión de práctica. Sólo necesitamos incorporar nuestro cuerpo y mente al momento presente y tocaremos lo que es refrescante, curativo y maravilloso (p. 37).

## REFERENCIAS

1. Almaas AH. (2002). *Facetas de la unidad: El Eneagrama de las Ideas Santas*. Madrid: Editorial La Libre
2. Brito R. (2010). Psicofilia y psicoterapia: tres ejemplos para una aproximación. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 6 (4), 454-464
3. Heidegger M. (1997 [1927]). *Ser y tiempo*. Santiago: Editorial Universitaria
4. Naranjo C. (2008). *Carácter y neurosis. Una visión integradora*. Santiago: J. C. Sáez Editor
5. Nath Hanh T. (1996). *Buda viviente, Cristo viviente*. Barcelona: Editorial Kairós
6. Nietzsche F. (2005). *Así habló Zaratustra*. Madrid: Alianza Editorial
7. Recuero M. (2007). *Los modelos terapéuticos de Carl Jung y de Carl Rogers. Una comparación en la perspectiva de la integración*. Santiago: Ediciones Universidad Católica de Chile
8. Siegel D. (2012). *Mindfulness y psicoterapia. Técnicas prácticas de atención plena para psicoterapeutas*. Buenos Aires: Editorial Paidós
9. Wilber K. (1998). *Sexo, ecología, espiritualidad. El alma de la evolución*. Madrid: Gaia Ediciones
10. Von Franz ML. (2002 [1964]). El proceso de individuación. En C. Jung, *El hombre y sus símbolos* (pp.157-228). Barcelona: Buc Carlat