

ENEAGRAMA | Eduardo Daniel Peiro

INSTITUTO DE
FORMACIÓN
PROFESIONAL
CBTECH

UNIDAD 1



Estimado Alumno: Estas 10 páginas son una demostración de la primera Unidad del curso de Eneagrama.

Aquí podrá visualizar el contenido, la estructura y la interactividad del curso.

No se incluyen ni envía tutorías para este demo. Si desea adquirir este curso, inscríbese en:

www.aprender21.com

Saludos,

El Equipo del Instituto de Formación Profesional
CBTech





INDICE DE LA UNIDAD 1

1. ¿Qué es el Eneagrama?
2. ¿Cuál es el objetivo del Eneagrama?
3. El Símbolo y su significado : Breve historia del eneagrama
Fuentes modernas
4. Los dos estados del yo: El ego y el Yo
5. La Auto observación
6. La Percepción Consciente
7. La Formación de la Personalidad
8. Nombre de cada uno de los eneatis y características principales



“¿Qué ganamos con navegar hasta la luna si no somos capaces de cruzar el abismo que nos separa de nosotros mismos?”

Thomas Merton

"El Eneagrama es una puerta para llegar al corazón y no algo para llenar la razón"

Amir Gabriel Castro



La palabra “eneagrama” deriva del griego:
“ennas”=9 y “gramos”=puntos.

¿Qué es el Eneagrama?

Estos nueve puntos aparecen en una circunferencia. La circunferencia, figura geométrica perfecta, hecha de una sucesión de puntos, **representa la totalidad del ser.**

Cada uno de los nueve puntos **representa una manifestación concreta y parcial de ese ser total**, es decir que **representa los nueve tipos de personalidad fundamentales de la naturaleza humana y sus complejas interrelaciones.** Cada tipo de personalidad se basa en un sistema explícito de filtros perceptivos que determinan nuestra percepción, nuestra visión del mundo.



Por debajo de cada patrón de personalidad hay un asunto o una creencia básica sobre lo que tú necesitas en la vida para tu supervivencia y satisfacción. Al descubrir tu eneatispo y la creencia subyacente, también descubrirás cuáles son tus motivos, las estrategias con la que enfrentas los acontecimientos de tu vida y las llaves de tu desarrollo personal.

La energía vital, fluye a través de todos los puntos que constituyen la circunferencia. En ese punto que tú eres, tienes el poder, la responsabilidad o la libertad de dejar que esa energía vital fluya a través tuyo, vitalizándote y energizándote, o puedes bloquearla y obstaculizarla.

Por eso, adentrarte en el conocimiento del Eneagrama, es adentrarte en tu propio descubrimiento interior. Es llegar a la fuente de esa energía dentro de ti mismo para descubrir y desvelar los obstáculos y resistencias que tú mismo pones para que esa energía fluya fácilmente en ti, para poder así vivir más plena y auténticamente.

El eneagrama es un mapa notable y exacto de nuestra geografía interna. Este mapa representa qué modelo de universo percibimos, cuáles son nuestras motivaciones internas y cuál es nuestro comportamiento



¿CUÁL ES EL OBJETIVO DEL ENEAGRAMA?

El objetivo del Eneagrama es el propio conocimiento, el propio descubrimiento interior. Su finalidad es iniciar un proceso de exploración que te lleve a una verdad más profunda acerca de ti mismo y de tu lugar en el mundo. Te da la posibilidad de comprenderte y comprender a los demás, de aceptarte y aceptarlos. Porque al descubrir lo que es más inauténtico en nosotros, surge espontáneamente el deseo de autenticidad, de ser quienes realmente somos desarrollando todas nuestras potencialidades.

No se acepta ni se ama lo que no se conoce.

El Eneagrama arroja luz sobre los aspectos de tu vida que están oscuros y que tienes que explorar si deseas conocerte.

Al ayudarte a ver lo atrapado que estás en tus programas mentales y lo alejado que estás de tu naturaleza esencial, este método de autoconocimiento te invita a profundizar en el misterio de tu verdadera identidad.

“Toda clase de acontecimientos y reacciones incomprensibles de mi vida empezaron a cobrar sentido Y, lo que es de mayor importancia, pude ver en que fallaba básicamente mi enfoque vital y obtuve un bosquejo general del modo en que podía trabajar para modificarlo. Una vez que establezco el tipo, entiendo el comportamiento de la mayoría de mis amigos y puedo relacionarme mejor con ellos. Los años de crecimiento personal que siguieron al inicial conjunto de intuiciones, fruto de identificar mi tipo, siguen, en mi caso, dando validez a la utilidad del sistema”.

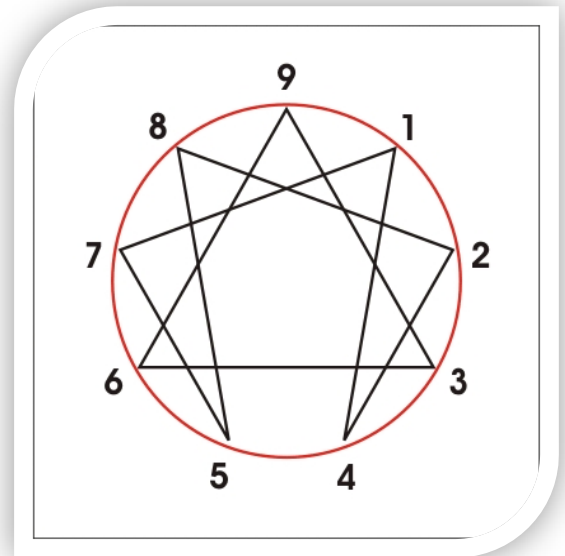
Charles T. Tart, Ph.D Profesor de Psicología, Universidad de California, Davis.

- ` El Eneagrama está basado en la sabiduría espiritual de diferentes tradiciones antiguas, filosóficas, espirituales y religiosas.
 - ` Condensa la sabiduría universal acumulada durante miles de años por cristianos, budistas, musulmanes (sufíes) y judíos (en la Cabala¹), combinada con la psicología moderna.
 - ` No es una religión y no se inmiscuye en la orientación religiosa de la persona.
 - ` Se ocupa del único elemento que es fundamental a todos los caminos personales: el conocimiento de uno mismo.
- ¹ Cábala: antigua tradición mística judía que se desarrolló en las comunidades judías de Francia y España entre los siglos XII y XIV. Su símbolo es el Árbol de la vida que contiene las ideas de unidad, trinidad y un proceso de desarrollo que tiene 7 partes.



EL SÍMBOLO DEL ENEAGRAMA

El símbolo del eneagrama es antiguo, tiene más de 2.500 años de antigüedad. Se dice que el símbolo tuvo su origen en Babilonia alrededor del año 2.500 AC y está conectado con el pensamiento griego clásico (Pitágoras, Platón y filósofos neoplatónicos). Forma parte de la tradición occidental que dio origen a las principales religiones del mundo: el judaísmo, el cristianismo y el islamismo. A lo largo de los siglos fue transmitido de forma oral de maestro en maestro, como modelo de guía espiritual, para tomar conciencia de los errores y posturas equivocadas propias de cada persona.



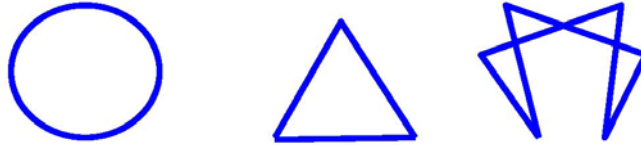
Gurdjieff², fue el que lo trajo a occidente. Explicaba que el símbolo del eneagrama tiene tres partes que representan las 3 leyes divinas que rigen toda la existencia. Estas partes son:

- El **círculo**: Representa la unidad, la totalidad y la unicidad. Simboliza la idea de que Dios es uno (característica de las principales religiones occidentales: judaísmo, cristianismo e islamismo).
- El **triángulo**: Casi todas las principales religiones del mundo enseñan que el universo es una manifestación de trinidad. ° En la tradición cristiana el triángulo representa la Trinidad: Padre, Hijo y Espíritu Santo.
 - ° La Cábala judía afirma que Dios se manifiesta inicialmente en el universo en forma de 3 emanaciones o “esferas” llamadas las “sefirot” (Kéter, Biná y Jojmá), que aparecen en el principal símbolo de la cábala, el Árbol de la vida.
 - ° Los budistas hablan de Buda, Drama y Sangha, como idea trinitaria y los hindúes de Visnú, Brama y Siva.
- La **hexada**: esta figura tiene que ver con el proceso y el desarrollo en el tiempo. Nada es estático, todo se mueve y se convierte en otra cosa. Todo cambia, se recicla, evoluciona o se transfiere.

² George Ivanovich Gurdjieff (1877-1940): armenio-griego. se interesó por los conocimientos antiguos para transformar la psique humana. En sus investigaciones por todo el mundo, encontró el símbolo del eneagrama y lo introdujo en occidente como un método de autoconocimiento.



Uniendo estos 3 elementos (círculo, triángulo y hexada) obtenemos el eneagrama. Este símbolo representa la integridad de una cosa (Círculo), cuya identidad resulta de la interacción de 3 fuerzas (triángulo) y su evolución en el tiempo (hexada).



Unidad y totalidad. Dios es Uno. Trinidad Todo se mueve y se transforma

Las fuentes modernas del eneagrama son:

- Los estudios realizados por el psicólogo gestáltico boliviano, **Oscar Ichazo**, sobre la sabiduría antigua. Descubrió la conexión entre el símbolo del eneagrama y los tipos de personalidad, uniendo elementos de la mística oriental con la psicología y la psicoterapia occidentales. Se basó en una antigua tradición que afirmaba que la naturaleza humana reflejaba los nueve atributos divinos. Esta idea ya había aparecido en la Eneadas de Plotino en el siglo III. Entraron en la tradición cristiana como sus opuestos: la distorsión de los atributos divinos se convirtió en los siete pecados capitales (o pasiones), más otros dos (miedo y mentira o engaño). Si bien todos tenemos estas nueve pasiones, uno en particular aflora una y otra vez y eso es la causa de nuestro desequilibrio. Oscar Ichazo empezó en 1960 a impartir clases sobre el Eneagrama en el Instituto de Psicología Aplicada de Chile. En 1970 participaron de estos cursos algunos miembros del Esalen Institute of Big Sur, de California, como Claudio Naranjo, Robert Ochs y S.J. Ochs, profesor en la Universidad jesuítica “Loyola” de Chicago, quien introdujo el Eneagrama en sus cursos sobre Experiencia Religiosa. Junto con otros jesuitas y expertos en dirección espiritual ignaciana, comprobaron la validez de este método a la luz de su propia experiencia. Pronto incorporaron el aprendizaje del Eneagrama en sus cursos de formación en psicología y espiritualidad. Hasta ese momento, el Eneagrama se había transmitido exclusivamente por tradición oral entre los maestros sufíes.
- En 1970, el famoso psiquiatra **Claudio Naranjo**, terapeuta gestáltico, y otros pensadores viajaron a Arica (Chile) para estudiar con Ichazo la autocomprensión. El eneagrama los cautivó, especialmente a Naranjo, que volvió a California y comenzó a enseñarlo. Se interesó en descubrir la correspondencia entre los tipos del eneagrama y las categorías psiquiátricas que él conocía, ampliando aún más ese conocimiento.
- Los jesuitas también se interesaron en el eneagrama y tras analizarlo escrupulosamente, comenzaron a emplearlo en sus ejercicios espirituales y lo difundieron en seminarios y grupos de estudio.
- Muchos autores han completado a su manera el modelo original del eneagrama y también lo han reinterpretado a partir de su propia experiencia.



El sufismo: una enseñanza mística de unidad

Para muchos, el eneagrama es el primer contacto con el sufismo, por eso es interesante aclarar algunos conceptos. El sufismo no es una secta ni una religión, ni está sujeto a ningún dogma. Sus orígenes se remontan a dos siglos antes de Cristo, aunque su mayor impacto en la civilización se produjo entre los siglos VIII y XVIII, cuando se conocieron grandes maestros y poetas. Su formación, como en el yoga, se basa en la experiencia y no en argumentos filosóficos. El sufismo crea la palabra “alquimia” para referirse a la transformación interior, aunque luego sería aplicada a la transformación de otros metales en oro. Las técnicas de trabajo sufíes tienden al desarrollo de nuestra zona expansiva amorosa, hasta llegar a la plenitud de nuestro ser. Por eso la música, la danza y otras formas de expresión corporal, constituyen sus soportes básicos, que desbloquean nuestras tensiones. Es característico de los sufíes su sentido práctico de la vida, así como el desarrollo de la inteligencia intuitiva y amorosa.

Ya conoces algo más del eneagrama: sus orígenes y su evolución en el tiempo. Antes de contarte cómo son los nueve tipos de personalidad, es preciso que sepas algo más que te ayudara en este camino de autoconocimiento que has iniciado.

Recuerda: “El eneagrama no nos mete en un cajón, nos dice cómo salir de él.”

Verónica Poujol

LOS DOS ESTADOS DEL YO: EL YO ESENCIAL Y EL EGO

El Eneagrama, como otros sistemas religiosos psicológicos, cree que llegamos a esta existencia en un estado esencial bueno (nuestro yo esencial). Entre los 3 y 6 años empezamos a desarrollar mecanismos o comportamientos que amenazan enmascaran nuestro yo esencial, constituyendo la máscara, el personaje o lo que conocemos como

esencial). El ego y el yo esencial son las dos caras de una misma moneda, dos facetas de nuestro ser. Descubrir el equilibrio o el centro entre estas dos tendencias opuestas, es lograr la madurez del ser a la que todos aspiramos.



A la luz del Eneagrama te vas a observar objetivamente y descubrirás la dualidad que vives internamente. Ambas inclinaciones provienen de ti y son “el yo esencial” y “el ego”. El yo esencial es tu cualidad vivida en su justa medida, es decir en el centro.

Y el ego es la exageración o distorsión de esa misma cualidad vivida descentradamente. Empezaras mirando tu máscara para desenmascararte, es decir mirarás las características de tu ego, desde el velo que te impide ver a tu yo esencial, para quitártelo y así poder ver nítidamente. Te darás cuenta cuáles son las ataduras que te impiden ser libre, y podrás así deshacerte de ellas. El hecho de conocer tu tipo de personalidad te ayuda a ser más consciente observador de ti mismo.

	Ego
	Es compulsivo, como fuera de tu control y causa una sensación de rigidez
	Es ilusorio, fruto de tu subjetividad
	Te hace vivir en conflicto contigo mismo y desconectado del universo.
	Es como algo lejano, adquirido, aprendido y añadido a tu estado natural
	Es cambiante
	Es rígido, repetitivo y sigue un patrón
	Es tu falsa identidad, la máscara, el disfraz o el personaje

El autoconocimiento es necesario si quieres liberarte de tus reacciones inconscientes y mecánicas. Observándote tienes la posibilidad de elegir conscientemente tu comportamiento y vivir con más eficiencia. Para esto, tienes que aprender a no identificarte con tu personalidad y el eneagrama puede ser muy útil porque necesitas saber cómo “funciona” tu personalidad antes de aprender a no identificarte con ella. Si te observas cuidadosamente descubrirás que la mayor parte de lo que sucede en ti es un constante revoltijo de respuestas mecánicas sin ningún control. Descubrirás que tu atención está continuamente poseída por los miedos y deseos siempre cambiantes, fantasías y asociaciones que no llevan a ninguna parte. Irónicamente construyes tu identidad sobre estos impulsos caóticos e inconscientes, aferrándote a ellos como si fueran tu verdadero yo.



Es esencial que aprendas a distinguir los síntomas que registra todo tu ser: cuerpo, mente, sentimientos y centro visceral. A reconocer cuáles son estos síntomas cuando estás centrado (yo esencial) y cuáles son cuando estás descentrado (ego).

Para ello es necesario que conozcas sus características:

Llegar a tu identidad esencial supone descubrir la realidad de tu personalidad, identificar las trampas, los autoengaños a los que te has acostumbrado. En este estado podrás realizarte plenamente, es decir alcanzar una comprensión superior y descubrir el sentido de tu existencia.

“CONÓCETE A TI MISMO”

Sócrates

(Palabras esculpidas en mármol en las puertas del Oráculo de Delfos)

*¿Cómo conseguirás descubrir tu yo esencial para poder distinguirlo de tu ego? Lo primero que tendrás que aprender es la **AUTOOBSERVACIÓN**.*

¿Por qué?

- Porque el hecho de conocer tu tipo de personalidad te ayuda a ser un observador más consciente de ti mismo y de este modo podrás liberarte de tus reacciones inconscientes y mecánicas.
- Porque observándote, tendrás la posibilidad de elegir conscientemente tu comportamiento y vivir con más eficiencia.
- Porque tienes que aprender a no identificarte con tu personalidad y para ello necesitas saber cómo “funciona”, antes de aprender a no identificarte con ella.
- Porque si te observas cuidadosamente descubrirás que la mayor parte de lo que te sucede es un constante revoltijo de respuestas mecánicas sin ningún control.
- Porque descubrirás que tu atención está continuamente poseída por miedos y deseos siempre cambiantes, fantasías y asociaciones que no te llevan a ninguna parte.
- Porque, irónicamente, construyes tu identidad sobre estos impulsos caóticos e inconscientes, aferrándote a ellos como si fueran tu verdadero yo.



La única vía para hacer un cambio real y permanente de la experiencia de vida, hacia mayores niveles de paz interior, respeto a los demás y al entorno, perfecta salud, excelentes relaciones de todo tipo y bienestar material, se encuentra en la **auto observación**.

La **auto observación** es un ejercicio bastante mental en cuanto a la condición neutra que requiere. Se trata de crear un nuevo ente, que podríamos llamar el **observador interno**, un “alguien” que mira muy atento cómo pasa, sin perderse escena ni detalle, la película de nuestra vida como si fuese la vida de otro, para de esa forma poder hacerlo de manera aceptable.

*Para que la auto observación sea eficaz, hay que excluir tanto la **auto condenación** (latigarte no sirve para nada) como la **auto justificación** (echarle la culpa a algo o a alguien y no asumir tu responsabilidad). Sólo así empieza a ser objetiva la auto observación. Sólo así tiene alguna utilidad.*

El proceso de crecer en conciencia de ti mismo, puede ser desde muy doloroso hasta muy divertido y ello depende de ti mismo; de la actitud que le pongas al ejercicio. Aprender a reírse de uno mismo es de gran utilidad. Quien se toma muy en serio y se cree la gran cosa es el ego. Burlarse de él mata la autoimportancia que sólo sirve para meternos en líos.

Sólo mediante la **autoobservación objetiva** podemos distinguir entre las emociones negativas autoinfligidas y aquellas que nos conectan, que nos unen con los demás. Esa es la manera como abrimos nuestro corazón a una expresión más elevada, más expansiva, más vital.

Produce mucha fortaleza observarse a sí mismo de esta manera y es una fuerza que sólo puede desarrollarse mediante la práctica. Mediante el esfuerzo repetido, constante y atento de ver, oír y sentir que está pasando realmente dentro de uno mismo y en las relaciones de uno con los demás. En toda clase de relaciones: de las más íntimas a las más ocasionales.



*DAMOS AQUÍ COMO FINALIZADA LA DEMOSTRACION
DE LA UNIDAD 1 del Curso de Eneagrama.*

Esperamos les haya sido de su agrado.

*Saludos, y a su disposición,
El Equipo del Instituto de Formación Profesional CBTech*