



udp UNIVERSIDAD
DIEGO PORTALES

EL ENEAGRAMA Y SU IMPORTANCIA EN LA PSICOTERAPIA
TRANSPERSONAL

CLAUDIO JACOB ARIAS GONZÁLEZ
FRANK ALBERTO PONS VILCHES

Tesina para optar al Postítulo en Psicología Clínica Especialista en Psicoterapia
Humanista Transpersonal

Profesor Guía: Alejandro Benjamín Boric Pellerano

FACULTAD DE PSICOLOGÍA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Santiago, Chile

2020

Resumen

El siguiente documento expone el funcionamiento teórico y propuestas del Eneagrama, basándose en algunos autores como Claudio Naranjo, Sandra Maitri, Roger Walsh y Frances Vaughan, entre otros. La revisión del funcionamiento general del eneagrama, las características de cada eneatispo y de las relaciones en influencias entre ellos se encuentra enfocada en la utilidad para el proceso de psicoterapia Transpersonal. De esta manera, se reflexiona respecto del aporte del Eneagrama respecto de un proceso psicoterapéutico orientado a brindar mayor amplitud para el cliente para la comprensión de su esencia y dimensión espiritual.

Palabras claves: Eneagrama, Eneatispo, Trascendencia, Psicoterapia Transpersonal.

Abstract

The following document describes the theoretical functions and proposals of the Enneagram, basing itself on certain authors such as Claudio Naranjo, Sandra Maitri, Roger Walsh and Frances Vaughan, among others. The review of the overall function of the Enneagram, the characteristics of each Enneatype and of the influential relations between them are focused the utilities to the trans-personal psychotherapy process. In this form, we reflect on the contribution of the Enneagram in respect to a psycho-therapeutic process, which in turn is used to provide greater depth in the understand of the client's essence and spiritual dimension.

Keywords: Enneagram, Enneatype, Transcendence, Trans-personal Psychotherapy.

Tabla de Contenido:

1. Introducción	5
2. Marco Teórico.....	7
2.1.- La Psicoterapia Transpersonal	7
2.1.1.- La Psicoterapia Transpersonal a Nivel del Ego: condicionamientos, rasgos y conflictos:	10
2.1.2.- La Psicoterapia Transpersonal a Nivel de la Desidentificación del Ego	12
2.1.3.- La Psicoterapia Transpersonal en el Nivel de la Auto-trascendencia:	14
2.2.- La visión del Eneagrama:	16
2.2.1.- Motivación Deficitaria y Pasión	17
2.2.2.- El triángulo Interior.....	18
2.2.3.- Distorsión Cognitiva y Fijación	20
2.2.4.- Las Ideas Santas	20
2.2.5.- El Eneagrama y los Nueve Tipos de Egos	25
2.2.6.- El Eneagrama y la Psicoterapia Transpersonal.....	32
3. Reflexión.....	34
4. Conclusiones	38
5. Bibliografía.....	40

Índice de Ilustraciones:

1. <i>Figura I. Eneagrama de las Pasiones</i>	17
2. <i>Figura II. Eneagrama de las Fijaciones</i>	20
3. <i>Figura III. Eneagrama de las Ideas Santas</i>	21

1. Introducción

Desde la niñez nos vemos influenciado por las características de nuestro entorno, siendo las relaciones que establecemos con nuestros padres los principales condicionamientos que comienzan a desarrollarse y que se arraigan con más fuerza a medida que vamos creciendo. Esto tiene por consecuencia los patrones de pensamiento y reacciones emocionales que repetimos consecutivamente en nuestras interacciones con los demás. En este sentido, el eneagrama nos entrega una caracterización de diferentes patrones de comportamiento, reacciones emocionales y fijaciones tanto emocionales como cognitivas, que se establecen y que forman parte de nuestro carácter.

En este estudio del carácter surge el eneagrama como una forma de conocimiento de la personalidad, la cual puede comprenderse de acuerdo a diferentes niveles de análisis y de profundidad que se esté dispuesto a conocer. En este sentido, puede entregar una descripción de rasgos de personalidad – lo que sería limitar equivocadamente su fuente de sabiduría – y un uso más profundo del eneagrama el cual puede señalar el camino a lo que somos más allá del nivel de la personalidad, una dimensión de nosotros mismos que es infinitamente más profunda, interesante, satisfactoria y más real. Desde el punto de vista de Naranjo (Maitri, 6, 2004) *“Experimentar el funcionamiento de la personalidad conduce a los infiernos personales, experiencias individuales de carencia que se encuentran en lo más profundo; vacío interior, falta de sentido, inutilidad, y que constituyen el resultado inevitable de pérdida de contacto con nuestra verdadera naturaleza”*.

Este “infierno de carencias”, en la vida cotidiana está motivado por la “deficiencia”, una frustración básica que empaña toda nuestra vida psíquica. Este proceso de degradación de conciencia es lo que en psicología se llama neurosis o estructuración del carácter y que en las tradiciones espirituales es la caída o expulsión del paraíso. Siguiendo con esta idea de “caída”, es que nos tornamos menos conscientes o relativamente inconscientes, es una degradación de la vida emocional y de la calidad de la motivación, podemos decir que la energía psicológica fluye de modo diferente en la condición saludable-iluminada y en la condición que llamamos “normal”. El ser humano en pleno funcionamiento está motivado por la abundancia, mientras que en una condición inferior a la óptima, las motivaciones tienen la cualidad de “deficiencia”, es decir el deseo de completar lo que creemos que nos hace falta (Naranjo, 22, 1996).

Si bien el proceso de la psicoterapia transpersonal no es lineal, el nivel del ego puede ser considerado como la “primera etapa” de la terapia, donde al cliente probablemente le preocupe intensificar la fuerza del yo, elevar la autoestima y desprenderse de pautas negativas y autoinvalidantes, esta identificación implica paulatinamente identificar y reconocer sentimientos e ideas y otras partes de sí mismo anteriormente rechazadas, lo que genera asumir responsabilidad de ser quien es y de las consecuencias de las opciones que ha tomado (Walsh & Vaughan, 287, 1982). Por esta misma razón es que comprender el eneagrama, las fijaciones psíquicas y emocionales que se encuentran en cada eneatipo, conlleva reconocer el ego y sus carencias, por ende resulta una profundización dolorosa, ya que es recordar traumas en el ciclo vital, pero que su reconocimiento, es fundamental para la liberación del ser.

Posteriormente, se generaría el proceso de liberación o desidentificación del ego, donde en la psicoterapia transpersonal el trabajo corresponde a un nivel existencial, el individuo se enfrenta a cuestiones básicas del significado y propósito de la vida y empieza a distanciarse de roles, posesiones, actividades y relaciones. Se vivencia el sí mismo como una entidad independiente que se enfrenta a un mundo vacío de significado (Walsh & Vaughan, 288, 1982).

Cuando se pueden observar los pensamientos y emociones como contenidos de la conciencia, se alcanza la autotrascendencia, en la que todo el drama personal pierde importancia. De esta forma en el momento en que se produce una desidentificación con el ego y a identificar con el sí mismo transpersonal o con el observador desapegado de sus propios procesos psicológicos, se pone en movimiento el proceso de la liberación interior (Walsh & Vaughan, 289, 1982).

Tal y como se ha descrito según el eneagrama cada persona tiene como referencia una percepción particular de la realidad, un punto de vista desde la cual es contemplada, experimentada y comprendida, por lo cual nuestra verdadera esencia se encuentra en lo más profundo de cada uno/a, esperando a ser liberada (Maitri, 10, 2004). En este sentido, la psicoterapia transpersonal, es una invitación al camino de esa liberación del ser, ya que en esta terapia el cliente aprende a ser testigo de su vivencia, estado emocional y contenidos mentales, dejándolo así y aceptando que es parte de un proceso y vivencia (Walsh & Vaughan, 289, 1982).

En concordancia con lo anterior, es que en esta revisión teórica se espera conocer el funcionamiento psicológico según el eneagrama, reconocer la relevancia del eneagrama en la dimensión espiritual del ser humano y vincular el eneagrama como una herramienta para la psicoterapia transpersonal, para esto se revisaran autores como Claudio Naranjo, Sandra Maitri, Roger Walsh y Frances Vaughan.

2. Marco Teórico

2.1.- La Psicoterapia Transpersonal

De forma general, podemos decir que la mayoría de enfoques teóricos de la psicología apuntan a corregir o darle solución a problemas que manifiesta el paciente, lo cual funciona a un nivel exterior y que puede generar una efímera sensación de alivio, sin embargo la parte que tratamos de corregir está siendo rechazada y en consecuencia, esto puede traer otros síntomas y mayores complicaciones. Por contraparte, desde la psicología transpersonal, la mera eliminación de un síntoma es un objetivo limitado, en el sentido que impide estar completamente presente a lo que ocurre en ese instante, es decir cuando el propósito se centra en la eliminación de un problema, o cuando se realizan esfuerzos en ser diferente, se provoca un distanciamiento de la inmediatez del ser, el único agente de curación y de transformación, por lo que la auténtica curación sólo tiene lugar cuando aprendemos a estar presentes en aquellos lugares de los que antes hemos estado ausentes (Wellwood, 1983, 2002).

Si bien ya se han ido planteando algunas ideas acerca de lo que busca la psicología transpersonal en el proceso psicoterapéutico, para efectos de esclarecer posibles interrogantes que tenga el lector acerca de esta nomenclatura, es importante aclararlas. Teniendo en cuenta la corriente humanista, que abarcaba su interés en la persona, reconocía el impulso hacia la autorrealización y la potencialidad del ser humano para su evolución y bienestar, aceptando sus propias necesidades y experiencias subjetivas sin juicios y de forma empática; parecía ser el predecesor de la denominada psicología transpersonal, de hecho así lo indicaba Maslow en Walsh & Vaughan (20, 1982), uno de los precursores de la psicología humanista, *“Considero que la psicología humanista, la psicología de la tercera fuerza, es un movimiento de transición, una*

preparación para una cuarta psicología, “superior” a ella, transpersonal transhumana, centrada en el cosmos más que en las necesidades y los intereses humanos, una psicología que irá más allá de la condición humana de la identidad, de la autorrealización...”. En síntesis, Maslow creía que la psicología humanista no lograba abarcar experiencias que se alejaban de los estándares comunes y de la rigidez mental, que se encontraban en contacto con un nivel de conciencia más profundo.

La denominación transpersonal, que proponía Maslow en la anterior cita, en muchas situaciones puede resultar algo confusa dentro de las concepciones cotidianas de la psicología, por lo mismo es importante abordar una concepción clara a este término. En el caso de Walsh & Vaughan (14, 1982) afirman que hace alusión a diversas disciplinas que afectan específicamente la conciencia, y de experiencias de una extensión de la identidad que va más allá de la individualidad y de la personalidad. Por lo mismo es que no representa un modelo de la personalidad, sino que es una indagación a la naturaleza esencial del ser. De esta forma la psicología transpersonal incluye la toma de conciencia más allá de los niveles de salud tradicionalmente reconocidos, se afirma la importancia de las modificaciones de la conciencia y la validez de la experiencia, traspasando los límites del ego y la personalidad.

Específicamente Walsh & Vaughan (281-283, 1982) proponen que los objetivos de la psicoterapia transpersonal son:

- Desarrollar la capacidad de asumir cada uno la responsabilidad de sí mismo en el mundo y en las propias relaciones.
- Capacitar a cada persona para que satisfaga de manera adecuada sus necesidades físicas, emocionales, mentales y espirituales de acuerdo con las preferencias y predisposiciones individuales.
- Impulsos en pro del crecimiento espiritual son básicos para la plenitud de la condición humana.
- Además de satisfacer necesidades básicas para la supervivencia (alimento, vivienda y relaciones) se han de satisfacer necesidades superiores de autorrealización para poder hablar de un funcionamiento pleno en niveles de salud óptimos.
- Todos los clientes tienen la capacidad de autocuración, el terapeuta no cura la dolencia del paciente, sino que capacita al cliente para que este conecte con sus recursos interiores y deje trabajar al proceso natural de curación o de crecimiento.

-Se considera que el organismo humano intente mejorarse y superarse en el proceso de autorrealización.

-Está la posibilidad de autotranscendencia o de realización transpersonal, en la cual se puede vivenciar como ilusorio al ego separado y aislado mientras que se vivencia como real la unidad subyacente de la existencia.

Considerando lo anterior, se podría decir que una de las principales complejidades con la que nos podremos encontrar bajo el enfoque humanista transpersonal, es que el ser humano tiende a buscar escape lo más rápido posible de las experiencias que no son agradables, para esto solo debemos recordar experiencias en que sentimos desagrado y en la que nos preguntamos ¿Cómo puedo dejar de sentir esto? De esta forma se evita la experiencia inmediata, el presente y el contacto con el verdadero ser, es por esta razón que la primera etapa en la psicoterapia es enfrentar al cliente a vivencias o experiencias que pudieron resultar dolorosas e incluso aceptar paulatinamente aquellas partes de sí mismo que rechaza o incluso exalta, es decir esto implica a nivel psicoterapéutico que el cliente primeramente conozca su propio ego, lo cual generalmente es muy doloroso.

El marco de referencia con el cual nos representamos, ese patrón repetitivo de pensamientos, no es más que el ego, el cual Tolle (1987, 2006) explica que siempre es identificación con la forma, buscarnos a nosotros mismos. Las formas no son solamente objetos materiales. También son pensamientos que brotan constantemente en el campo de la conciencia. Cuando cada pensamiento absorbe nuestra atención completamente, cuando nos identificamos hasta tal punto con la voz de la mente y las emociones, que nos perdemos en cada pensamiento y emoción, nos identificamos totalmente con la forma. De esta manera, el ego es un conglomerado de pensamientos repetitivos y patrones mentales y emocionales condicionados dotados de una sensación de “yo”, una sensación de ser. Entonces esta identificación es el olvido del ser, el error primario. En resumen, podemos decir que la esencia de toda la actividad mental consta de ciertos pensamientos, emociones y patrones reactivos repetitivos y persistentes con los cuales nos identificamos más fuertemente, esa identidad es el ego.

2.1.1.- La Psicoterapia Transpersonal a Nivel del Ego: condicionamientos, rasgos y conflictos:

Como nos podemos dar cuenta, la mayoría de las personas se identifican completamente con la voz de la mente, con todo el flujo de pensamientos involuntarios y compulsivos y las emociones que lo acompañan, pero el contenido de la mente está condicionado por el pasado, es decir la crianza, la cultura, la historia familiar, las experiencias de vida, etc. En ese sentido el ego contiene identificaciones colectivas como la nacionalidad, la religión, la raza, la clase social o la política y también identificaciones personales, no solamente con las cosas materiales, sino también con las opiniones, la apariencia externa, resentimientos acumulados o ideas de ser superiores o inferiores a los demás, ser un exitoso o un fracasado. En la misma crianza de los hijos, una parte necesaria de la función de ser padres es satisfacer las necesidades de sus hijos, evitar que corran peligros y enseñar lo que debe hacer o no. Sin embargo, cuando esa función se convierte en identidad, existe un exceso en satisfacer las necesidades del niño, convirtiéndose en caprichos, exagerando en la protección y por tanto interfiere en la necesidad de exploración del mundo, de ensayar y cometer errores del niño/a, es decir los padres pasan a controlar e imponer su voluntad, condicionando de esta manera su torrente de pensamientos. A nivel más genérico, lo mismo ocurre con la religión o la nacionalidad, que tiene un patrón claro de formas en que “se debe ser”, arraigando más la mente y la identificación con diferentes ideas y creencias. Particularmente en la cotidianidad representamos personajes, podríamos decir que estamos inconscientes y en ese sentido cuando estamos identificados, confundimos un patrón de comportamiento con nuestra verdadera esencia, también asignamos inmediatamente otros papeles a los demás para que concuerden con nuestro personaje. Esto hace que las relaciones humanas pierdan autenticidad y en lugar de que la interacción ocurra entre dos personas, ocurre entre dos imágenes conceptuales, y mientras más identificadas estén las personas con su personajes respectivos, más falsa es su relación, por lo tanto como explica Tolle (30, 2005) *“No soy yo quien me relaciono con la persona, sino que mi idea de lo que soy yo se relaciona con mi idea de lo que es la otra persona”*, y viceversa. Cuando representamos personajes estamos inconscientes, cuando reconocemos que estamos representando un personaje, ese simple reconocimiento crea una separación entre nosotros y el personaje, dicho de otra forma es el comienzo de la liberación.

Lamentablemente en la actualidad la mayoría de las personas continuamos identificándonos con el torrente incesante de la mente, el pensamiento compulsivo, principalmente repetitivo. Sin embargo, el contenido del ego varía de una persona a otra, es decir los egos son diferentes en la superficie, pero en el fondo son iguales, viven de la identificación y separación. El ego lucha permanentemente por sobrevivir, tratando de protegerse y engrandecerse, por lo mismo es que para mantener el pensamiento del “Yo”, necesita el pensamiento opuesto de “el otro” y el “Yo” conceptual no puede sobrevivir sin el “otro” conceptual.

Pareciera después de lo que hemos hablado del ego, se concibiera como un ente maligno que nos controla, el tema es que no es malo, sino que es inconsciente, la historia y las formas de pensamiento que la componen, ya sea que los demás estén de acuerdo o no, no tienen absolutamente nada que ver con lo que somos. Todo aquello que el ego persigue y de lo cual se alimenta, se vincula con los sustitutos del Ser que el ego no puede sentir, ya que para el ego tener es lo mismo que Ser, tengo, luego existo, o sea mientras más tengo, más soy. El ego vive a través de la comparación, en ese sentido la forma como otros nos perciben termina siendo la forma como nos vemos a nosotros mismos. Asimismo el ego se identifica con lo que se tiene, pero la satisfacción que se obtiene es de corta duración, permanece un sentimiento de profunda insatisfacción, de “no tener suficiente”. De la necesidad de poseer más se desprende el deseo que mantiene al ego vivo, una necesidad adictiva y que no es auténtica. En resumen, podemos decir que la fuerza que motiva el comportamiento del ego, cualquiera que éste sea, siempre es la misma, la necesidad de sobresalir, de ser especial, de tener el control, necesidad de tener poder, de recibir atención, de poseer más y la necesidad de sentir la separación, es decir, la necesidad de la oposición, de tener enemigos y por supuesto se fortalece del reconocimiento, la alabanza, admiración y lograr que se reconozca su existencia.

Respecto de la naturaleza del ego desde la visión budista, se entiende que la base fundamental del ser humano es un estado de consciencia pura que lo abarca todo, siendo un estado natural y abierto, el cual no depende de ningún tipo de condiciones. Luego como una reacción del proceso intelectual y emergencia del pensamiento en el desarrollo, da paso a la experiencia ilusoria de un “yo” o “ego” separado que tiende a verse a sí mismo como inmutable. En este sentido, el ego surge de la confusión acerca de la realidad, en

donde desarrollan pautas en el plano emocional que dan paso a una mente analítica que utiliza conceptos para etiquetar y nombrar las cosas. En este sentido, la estructura del ego corresponde a *“como una red que filtra constantemente la energía, canalizándola, y manipulándola, en lugar de permitir que ésta fluya libremente en un espacio limitado. El budismo no ve el ego como una entidad sólida, sino como un proceso constante que nace, se desarrolla y muere”* (citado por Sáez, en Trungpa, 266, 2007).

Desde la psicología occidental, se considera que el desarrollo del ego atraviesa una estructura o secuencias de estadios a lo largo del desarrollo en la infancia, frente al cual un claro ejemplo corresponde al desarrollo psicosexual provisto desde el psicoanálisis. Por el contrario, en la visión del ego desde la psicología oriental, se visualiza que el ego es concebido como vertical e inmediato, visualizado como una actividad que se encarga de recrear y reforzar a cada instante la idea que tenemos de nosotros mismos.

Según lo planteado por Welwood (32-37, 2002), respecto de la integración de ambas perspectivas, es posible señalar que desde la psicología occidental, el ego cumple una función como representación de uno mismo, protección y sobrevivencia en la evolución humana construyendo de esa manera la identidad, siendo similar a la psicología oriental en que considera al ego como una construcción mental determinada por el condicionamiento o karma. Ambas perspectivas consideran al ego como una construcción y que otorga al sujeto control de su vida. En ese mismo sentido, se visualiza que el ego correspondería a un estado de contracción de la consciencia y la ausencia de identidad del yo correspondería a un estado de relajo de conciencia, en la cual el ego formaría parte de la ausencia de la identidad del yo, ya que constituye el mismo fundamento.

2.1.2.- La Psicoterapia Transpersonal a Nivel de la Desidentificación del Ego.

Podemos darnos cuenta que una vez que hemos experimentado el poder de la presencia, aumentará y el ego perderá su control sobre nosotros, puesto que el ego y la conciencia son incompatibles, lo único que debemos hacer es tomar conciencia del ego, que es estar en el momento presente, es decir presencia. La angustia existencial es una sensación de muerte inminente que constituye el inicio de la comprensión de que el yo no es nada sólido, de que no tiene ningún soporte verdadero y de que continuamente se

halla amenazado por la posibilidad de disolverse en el fundamento del ser sin yo del que emergió. La misma esencia del yo es el terror a la ausencia de identidad del yo, el miedo que despierta la apertura incondicional que subyace a cada instante de conciencia (Wellwood, 78, 2002).

Desde la perspectiva oriental se concibe el Nirvana como la liberación de la mente desenfrenada de las acumulaciones del pensamiento, de las ideas preconcebidas y de las distorsiones de los sentidos, siendo en definitiva un descentramiento del yo en el contexto de una profunda aceptación de la existencia en todos sus planos que llevan a una la compasión por el prójimo (Trungpa, 25, 2007). Por lo mismo es que debemos esforzarnos en superar nuestra identificación con cualquier cosa que creamos ser, con cualquier imagen de nosotros mismos. Cuanto menos identificados nos hallemos con una determinada idea de nosotros mismos, más podremos reconocer la profunda vinculación que nos une con todos los seres, desde una naturaleza mucho más profunda (Wellwood, 79, 2002).

Tal y como expone Wellwood (184-185, 2002) la auténtica curación solo tiene lugar cuando aprendemos a estar presentes en aquellos lugares de los que antes hemos estado ausentes, es decir el factor curativo más importante del trabajo psicológico en un contexto espiritual reside en el poder de la presencia incondicional, lo cual supone aprender a reconocer, permitir, abrirnos e indagar en nuestra experiencia tal cual es, sin tratar de alejarnos ni un ápice de ella.

La liberación del ego para Walsh y Vaughan (83-84, 1982), es una desidentificación progresiva respecto del contenido mental en general y de los pensamientos en particular. Debido a que la mente está en un fluir constante, se debe realizar un adiestramiento perceptivo, por ejemplo a través de la meditación, para observar la totalidad de la mente y el universo fenoménico en sus continuos movimientos y cambios; cada elemento entra en la percepción y vuelve a aparecer en ínfimas fracciones de segundos. Una vez que esta identificación queda trascendida, también lo están los efectos del condicionamiento, es decir aparecen en la mente emociones y pensamientos condicionados, pero al no identificarse con ellos, ahora se puede vivenciar la liberación. Desde esta perspectiva es la identificación la que genera el sufrimiento y ahí radica la importancia de la desidentificación del ego.

Para Trungpa (24-25, 2006) la comprensión de la ausencia del ego se produce en dos fases. En la primera percibimos que el ego no existe como entidad sólida, es impermanente, está continuamente cambiando y son nuestros conceptos los que le dan esa solidez, de esta forma llegamos a la conclusión de que el ego no existe, formando con eso el concepto de ausencia de ego, queda el observador de la ausencia del ego, que se identifica con ella para mantener su propia existencia. Por lo cual en la segunda fase, debemos penetrar el concepto sutil y renunciar al observador. Siguiendo el mismo autor, la verdadera ausencia del ego, es la ausencia del concepto mismo y la verdadera liberación reside en abandonar por completo los puntos de referencia, todos nuestros conceptos acerca de lo que es o lo que debería ser. Solo entonces será posible vivenciar directamente la naturaleza singular de los fenómenos en todo su esplendor.

Liberada de las identificaciones y contextos inconscientes que deforman y limitan, la percepción ahora es clara y precisa. El observador o ego, que era producto ilusorio de la identificación, ya no es vivenciado como una entidad separada. En este estado de conciencia, los místicos lo describen como “somos uno” (Walsh & Vaughan, 86, 1982).

2.1.3.- La Psicoterapia Transpersonal en el Nivel de la Auto-trascendencia:

La transformación en los ámbitos sutiles o causales exige que el ego se debilite y se flexibilice, en todos los aspectos, los pensamientos, reacciones emocionales y patrones del que aún existe identificación. Como herramienta para la autotrascendencia la meditación consiste en una manera de desorganizar la conceptualización con el fin de abrir el camino para la transformación sutil (Walsh & Vaughan, 165, 1982). Cuando la meditación progresa, los aspectos del ego que se resisten van siendo lentamente desmantelados, es decir que la identificación inconsciente se desprende del sí mismo y así tiende a emerger una percepción real.

El prestar atención y el darse cuenta siempre se complementa y resulta fundamental para la meditación. Prestar atención significa relacionarse con las situaciones individuales de manera directa, precisa y definida y se inserta plenamente en el instante presente. Mientras que el darse cuenta, también llamado conciencia despierta, consiste

en ver los descubrimientos de la atención. Tanto la atención como el darse cuenta concurren para producir una aceptación de las situaciones de la vida tal como son, sin la necesidad de aferrarse a los eventos, ya que esto implica una identificación (Trungpa, 56-58, 2006).

En la autotrascendencia aparece un carácter distintivo de los sentimientos que aparecen en el flujo de la conciencia, contrariamente a las reacciones emocionales, los verdaderos sentimientos brotan en un espacio de quietud y contemplación, lo que no es más que percibir la experiencia tal cual es, sin las identificaciones y condicionamientos mentales que nos abruma y alimentan al ego. La conciencia no conceptual es un silencio o vacuidad absoluta cuyo espacio y silencio impregna y en consecuencia, no puede verse desplazado, por nada que emerja de la mente (Wellwood, 85-87, 2002). Tal y como señala Tolle (19, 2005):

“Nuestra identidad esencial es una omnipresencia, un Ser anterior a todas las formas y a todas las identificaciones. Reconocemos que nuestra verdadera identidad es la conciencia misma y no aquellas cosas con las cuales se había identificado la conciencia. Esa es la paz de Dios. La verdad última de lo que somos no está en decir yo soy esto o aquello, sino en decir Yo Soy”.

Sin una atención interna lo suficientemente disciplinada resulta casi imposible descubrir o adentrarse en el fundamento absoluto y estable de la conciencia, ya que los momentos de quietud son rápidamente rotos por la actividad del pensamiento, el sentimiento y la percepción. La práctica de la meditación cobra especial relevancia, ya que nos proporciona una forma directa de acceder a la dimensión superior de la conciencia no conceptual, por lo mismo es que el objetivo de la meditación apunta a trascender los contenidos superficiales de la mente. Mientras sigamos atrapados en el vaivén del pensamiento y los sentimientos, estos se nos presentarán como algo sólido y abrumador. Sin embargo, en el momento, en que descubramos el trasfondo de conciencia que yace por detrás de nuestros pensamientos y sentimientos, perderán toda su solidez formal y nos liberaremos de ellos (Wellwood, 88-89, 2002).

Llegado el momento no se necesitará meditar en el sentido estricto de la palabra, como si hubiera una distinción entre nosotros, el acto de meditar y el objeto de la

meditación. Si somos uno con las circunstancias de la vida tal y como son, la meditación simplemente ocurre, de manera automática (Trungpa, 98, 2006).

2.2.- La visión del Eneagrama.

Desde el proceso habitual del ejercicio profesional, el quehacer del psicólogo clínico con adultos habitualmente se encuentra dirigido a comprender situaciones dolorosas de los clientes y generar un acompañamiento para nuevas comprensiones de lo que acontece a la persona. Como en todo proceso clínico, existe la construcción de objetivos terapéuticos, los cuales por lo general se encuentran dirigidos a generar movimientos, en muchas ocasiones no menos significativos, hacia la comprensión del conflicto, dolor o hecho traumático, en donde se enriquecen los patrones cognitivos y defensas del ego para continuar un nivel de interacción con menos desgaste energético y más armonioso consigo mismo y con el medio. Este mismo proceso del consultante, desde el proceso de psicoterapia clínica transpersonal, se encuentra de la misma manera que la psicología convencional, orientada a generar un proceso de acompañamiento al cliente para la generación de alivio y alcanzar mayores niveles de bienestar. Sin embargo, desde el enfoque psicoterapéutico transpersonal enfoca el logro del bienestar y sanación al incluir el contacto con el ser esencial distorsionado por los mecanismos egoicos; proceso que se desarrolla a lo largo de los primeros años de vida y que se encuentra influenciado por las experiencias de vida del cliente (Walsh & Vaughan, 287-288, 1982).

Desde el eneagrama, Naranjo (28, 1996) existen dos rasgos centrales en cada estructura de carácter, uno, el rasgo principal, consistente en un modo particular de distorsión de la realidad, es decir, un “defecto cognitivo”, fijación, mientras que el otro, de naturaleza motivacional, “pasión dominante”. A partir de la influencia del entorno y las relaciones vinculares en las primeras etapas del desarrollo evolutivo, se genera una degradación emocional, la cual se transforma en una distorsión cognitiva inconsciente, que favorece la construcción de las fijaciones. La afectación de las experiencias tempranas en el individuo, no sólo lleva a la pérdida de contacto con el Ser, sino que también a la pérdida de la *confianza básica*, que constituye una confianza innata, sin discusión y preverbal en la realidad.

En la visión del eneagrama existen principalmente nueve caracteres, o eneatis, los cuales no constituyen simplemente una serie de estilos de personalidad, sino que un conjunto *organizado de* estructuras de carácter, entre las cuales se observan relaciones específicas de contigüidad, contraste y polaridad (Naranjo, 29. 1996). Las nueve ilusiones conforman la experiencia nublada y condicionada de nuestra existencia egoica, representando distorsiones emocionales y cognitivas de la realidad.

2.2.1.- Motivación Deficitaria y Pasión.

La degradación emocional se basa en una deformación cognitiva oculta, fijación, y es uno de los primeros procesos de degradación en la infancia. Son facetas de motivación deficitaria básica, en que el individuo se destruye y observa el dolor de forma pasiva, siendo esto por la consecuencia de la naturaleza del deseo. Se conciben como emociones inferiores, porque existen en interdependencia con el dolor, y en que nos encontramos atrapados a ellas con pasividad (Naranjo, 36-37. 1996).

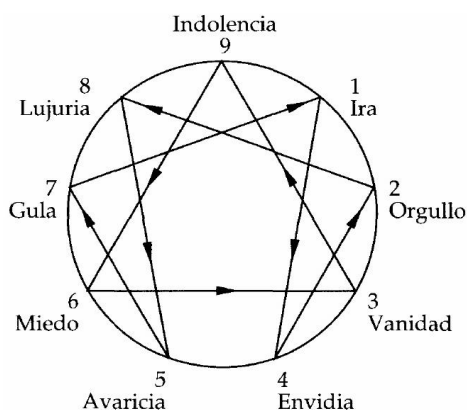


Figura I. Eneagrama de las pasiones (Naranjo, 36, 1996)

El eneagrama de las pasiones (Figura I.) representa gráficamente la idea de que en cada persona existen nueve formas básicas de motivación deficitaria que funcionan como un sistema de componentes interdependientes, pero que en cada individuo domina, de entre todas, una de las pasiones (y su correspondiente fijación, Figura II.) (Naranjo, 38, 1996).

Teniendo en consideración lo anterior, si observamos la Figura I., veremos que tres de las pasiones (los puntos Nueve, Seis y Tres) ocupan una posición más central que el resto. El hecho de que estos tres estados mentales estén representados en los vértices del triángulo del eneagrama de las pasiones, evidencia que son piedras angulares de todo el constructo emocional y de que los estados situados entre éstos pueden ser explicados como interacciones de los mismos en diferentes proporciones. En cuanto a la relación entre pasiones que a lo largo del círculo aparecen como adyacentes, es posible ver cada una de éstas representa un híbrido entre las de ambos lados, por ejemplo en el caso de la envidia, puede entenderse como una combinación entre la vanidad y el sentirse con menos recursos que otro, en relación con la avaricia, lo que tiene como resultado un sentimiento de no ser capaz de cumplir con las exigencias que se tienen de la vanidad (Naranjo, 37-38. 1996).

2.2.2.- El triángulo Interior.

Tal y como se aprecia en la Figura I, está compuesta por un triángulo interior que une los puntos Nueve, Seis y Tres, y una forma externa constituida por la unión de los puntos Uno, Cuatro, Dos, Ocho, Cinco y Siete. El triángulo interno representa los factores responsables y los estadios de los procesos, en los cuales se pierde el contacto con la naturaleza esencial; experiencia libre del pasado, naturaleza innata y un estado de conciencia sin condicionamientos y que los que simultáneamente se produce el desarrollo de una estructura del ego. Cada uno de estos puntos está centrado en las tres fases correspondientes del proceso de desarrollo del ego. Contrariamente, los otros puntos del eneagrama, son elaboraciones posteriores de este proceso (Maitri, 23-24, 2004).

El punto Nueve, representa el principio básico que inicia el desarrollo el ego: la pérdida del contacto con nuestra naturaleza esencial. En el trabajo espiritual se hace referencia a ésta pérdida como el quedarse dormido, entrando en un estado de ignorancia y oscuridad. Este proceso, de perder el contacto con lo innato y no condicionado, se produce de forma gradual durante los primeros años de vida, y al llegar a los cuatro años, la percepción de la esencia se ha perdido casi por completo. Esta pérdida de conciencia de la naturaleza esencial inicia el desarrollo de la estructura del ego (Maitri, 25-26, 2004).

El punto Nueve y los puntos a su lado, el Ocho y Uno, forman la esquina de la “Indolencia” del eneagrama, teniendo una conexión subyacente en el “quedarse dormidos”, es decir la pérdida de contacto con la esencia y la orientación subsiguiente hacia el exterior. La idea es que estar dormido a nuestra naturaleza verdadera y no hacer nada para despertarse del sueño de la inconsciencia, es pereza, de acuerdo con esto no hacemos lo que es necesario hacer (Maitri, 31, 2004). Siguiendo la dirección del movimiento dentro del triángulo, la siguiente etapa en el desarrollo de la personalidad está representada por el punto Seis. Este punto y los contiguos, Siete y Cinco, representan el miedo que se produce dentro del alma como resultado de las fracturas en el entorno de apoyo que provocan el alejamiento de la esencia y de forma circular, el miedo que surge debido a la pérdida de este contacto (Maitri, 32, 2004). El vacío que queda como secuela de la formación de agujeros es demasiado dolorosos como para que lo pueda tolerar la conciencia del niño y desencadena el miedo de si podrá sobrevivir a esta pérdida.

En el caso del punto Tres, y los puntos aledaños, Dos y Cuatro sucede que para enfrentarse con lo que experimenta como un miedo de algo que amenaza su vida, el niño tapó los agujeros perdiendo la conciencia de ellos y del miedo que los acompaña. Por esto, es que intenta llenarlos buscando algo del exterior que se parezca a lo que falta, un proceso que se vuelve más elaborado a medida que se avanza hacia la adultez. A estos tres puntos, les preocupa la imagen, tanto en cuanto a lo que se presenta externamente como a la imagen que se forma internamente. Esta es una manifestación superficial de un proceso más profundo de identificación con imágenes internas de nosotros mismos: nuestra autoimagen (Maitri, 33, 2004).

Estas estructuras mentales del yo y las imágenes-objeto que nos definen en relación con el mundo que nos rodea, actúan como filtros que mantienen nuestra conciencia centrada en la superficie de quienes somos e identificada con ella, en vez de hacerlo con nuestra profundidad. Por lo mismo, es que la comprensión del proceso representado por el triángulo interno no solo nos ayuda a entender el eneagrama de la personalidad, sino también a ser conscientes, de que debe producirse una confrontación consigo mismo para reconectarnos con nuestra naturaleza esencial (Maitri, 39-40, 2004).

2.2.3.- Distorsión Cognitiva y Fijación.

Por una perturbación cognitiva, se genera una “fijación”, entendida por Naranjo (39, 1996) como una racionalización de la pasión correspondiente, es decir defectos cognitivos específicos ilusorios del ego. Siguiendo esta idea, son las pasiones el núcleo primario con el que comienza la fijación, pero en el presente es ésta última la que estructuralmente funciona como base de la pasión.



Figura II. Eneagrama de las fijaciones (Naranjo, 39, 1996).

El eneagrama de las fijaciones (Figura II), tiene su correlato con el de las pasiones (Figura I). Desde un ámbito cognitivo, cada eneatipo, posee una idealización de forma de vida, supuestos y creencias, lo que por supuesto trae consecuencias tanto a nivel intrapersonal como interpersonal, en que se derivan en distorsiones perceptivas y falsos juicios en la cotidianidad (Naranjo, 40-41, 1996).

2.2.4.- Las Ideas Santas.

Para Naranjo las ideas santas son, “aspectos de la realidad que poseen la virtud de disolver la fijación individual o error cognitivo implícito.” (Naranjo, 1, 1998). El alcanzar la plenitud de nuestro potencial implica proseguir con nuestro desarrollo, que conduce más allá de lo psicológico convencional, orientado a alcanzar el ámbito del Ser o espíritu. La perspectiva de las ideas santas, planteadas por A.H. Almaas guía el trabajo del Eneagrama hacia una visión transpersonal del desarrollo del alma humana. Esta perspectiva contemplan las fases de transición entre lo personal y la realización infinita del

Ser (Visión transpersonal). El nivel personal implica la realización del ser como la esencia del alma individual; el segundo nivel implica reconocer al ser como la verdadera naturaleza del cosmos en su totalidad. Dicha transición, por lo tanto, constituye el cambio de identidad desde lo personal a lo universal (Almaas, 9, 2002).

Una idea santa correspondería a "...puntos de vista objetivos de la realidad; su realización libera los puntos de vista ilusorios de la experiencia egoica y, por lo tanto, del ámbito de las fijaciones" (Almaas, 8, 2002).

Las ideas santas representan una percepción directa y concreta de la realidad como una característica específica o faceta de la clara percepción de lo que existe, indica un camino certero hacia el darse cuenta, el autodescubrimiento y la autorrealización. Desde la perspectiva de una idea santa, la realidad se experimenta como unidad no dual del ser, y la pérdida o ausencia de esta idea santa conduce a la ilusión de la dualidad, que se manifiesta en la convicción de que estamos separados de los demás (Almaas, 21, 2002)

El eneagrama se basa en la idea de que cada fijación del eneatipo constituye la expresión de una perspectiva mental limitada sobre la realidad, y de que cada una de las nueve perspectivas egoicas es el resultado directo de la pérdida o ausencia de percepción iluminada de una de las Ideas Santas. El Eneagrama de las Fijaciones (Figura II) refleja el punto de vista ilusorio, o punto de vista egoico, sobre la realidad, que expresa la pérdida de la visión iluminada, representada por el Eneagrama de las Ideas Santas (Figura III) (Almaas, 368, 2002).

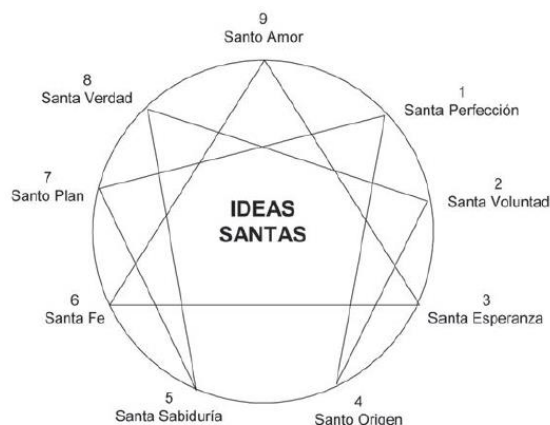


Figura III. Eneagrama de las Ideas Santas (Almaas, 368, 2002)

Las ideas Santas según el desarrollo de H.A Almaas corresponden a:

- Ocho la Santa Verdad que nos ayuda entender lo que subyace la apariencia de las cosas, “Comprobamos que el universo en su totalidad –todos sus niveles incluido el físico- existe de un modo fundamental y que dicha existencia es la verdadera realidad. Comprobamos que toda la existencia constituye la manifestación de Dios, el Ser Divino, la Verdadera Naturaleza... la Verdad Santa es la percepción de que Dios existe como la totalidad de la existencia –que es lo que existe y la existencia de lo que existe- y de que Dios no es algo separado del universo”. (Almaas, 85, 2002)
- Nueve el Santo Amor, la cualidad de amor a la realidad cuando se ve sin distorsión, “Se trata de la percepción y de la comprensión de que esta verdadera realidad constituye la existencia del amor, es amor y su acción es amorosa... Visto desde la perspectiva del Amor Santo, todo el universo se ve impregnado, sostenido, creado y constituido por una consciencia amorosa” (Almaas, 85, 2002)
- Uno Santa Perfección, reconocer que la realidad es perfecta y somos parte de esta realidad, “percibimos la existencia fundamental del universo como una presencia cuya naturaleza es inherentemente amorosa, sino que también vemos que es perfecta... No sólo se contempla su existencia como perfecta, no sólo se ven en ella todas las cosas como adecuadas, sino que todo lo que sucede también está bien” (Almaas, 86, 2002).
- Dos Santa Voluntad, el tomar conciencia que la realidad fluye con cierta fuerza y la mejor manera es moverse con ella, “constituye la percepción de que suceda lo que suceda, ello es el funcionamiento de esta consciencia verdadera. A partir de esta percepción sigue una aceptación de lo que sucede, una aceptación de la voluntad del universo” (Almaas, 86, 2002).
- Tres Santa Esperanza, armonía y ley el ver que toda la experiencia es parte de un orden armónico del universo. “La Santa Esperanza está constituida por la percepción de que debido a que lo que pasa constituye el funcionamiento de una realidad benévola, las cosas van de un modo natural en la dirección correcta. Existe confianza en que el despliegue natural del universo funciona según leyes inherentemente optimizadoras, y por

lo tanto las cosas evolucionan correctamente; en consecuencia, no tenemos que ocuparnos directamente de las cosas para que estas ocurran” (Almaas, 86, 2002).

- Cuatro Santo Origen, que está dentro de cada uno y conectado con el ser superior. “Se trata de la percepción de que nosotros como almas individuales, así como todo lo que existe, provenimos de y formamos parte de la amorosa presencia del Ser. El Ser es nuestro origen, nuestra substancia, nuestra naturaleza. Desde esta perspectiva, vemos que en la confianza básica hay implícito un sentido de conexión con nuestra Fuente” (Almaas, 87, 2002).

- Cinco Santa Omnisciencia, y transparencia que incluye todo lo que existe en sus diferentes manifestaciones. “La omnisciencia significa conocerlo todo, por lo tanto la perspectiva es la de que en presencia de la confianza básica, el alma conoce la realidad, pero la conoce específicamente como una unidad. Se trata de la percepción, la realización y la comprensión de que todo lo que existe está intercomunicado y crea una sola cosa” (Almaas, 87, 2002).

- Seis la Santa Fe, llegar al convencimiento que el ser es la realidad y verdad interior de cada ser humano, “Nos dice que la fe o la confianza en que la realidad y Dios aparecerán, nos apoyaran, y estarán ahí básicamente para nosotros, está implícita en la confianza básica” (Almaas, 87, 2002).

- Siete el Santo Plan y Santa Sabiduría, darnos cuenta de que hay un plan específico y transformación que no tenemos que alterar, “El Santo Plan, por consiguiente, es el plan de Dios –la percepción de la dirección del despliegue del alma cuando está en contacto con el Ser- el sello de aquello en lo que va a convertirse un ser humano. Desde la perspectiva del Santo Plan, vemos que el universo funciona de tal modo que los seres humanos pueden volverse completos. Un ser humano se vuelve completo cuando Dios se replica totalmente en dicha vida humana, cuando el macrocosmos se replica en el microcosmos” (Almaas, 88, 2002).

La noción de que cada fijación es el resultado de la pérdida de una percepción incondicionada concreta del ser implica que la liberación definitiva de esta fijación, solo es posible mediante la experimentación vivencial de la correspondiente idea santa. Ichazo

considera el trabajo del Eneagrama de las Ideas Santas como algo necesario para liberarse de las fijaciones. Considera que el ego se desarrolla a causa de la pérdida de contacto con el Ser, “Cuando nos alejamos de nuestra perfección primordial, nuestra plenitud, o unidad con el mundo y Dios, creamos la ilusión de que necesitamos algo exterior a nosotros para nuestra plenitud. Esta dependencia de lo que es exterior, es lo que crea el ego del hombre (Naranjo, 22-23, 1996).

La perspectiva del Eneagrama entregada por Naranjo no examina, desde la perspectiva de las ideas santas, el punto de vista de que los eneatis tipos reflejen la pérdida de contacto con el ser. Su tratamiento de la relación entre los eneatis tipos y la pérdida de contacto con el ser, se centra en el Eneagrama de las Pasiones, explicando cómo la pasión concreta que gobierna cada eneatis tipo refleja y perpetua la pérdida de contacto con el ser. Naranjo utiliza el concepto de Ser o Esencia de un modo muy general, sin hacer referencias a las diferentes formas objetivas de experimentarlos, a diferencia como hace el Eneagrama de las Ideas Santas (Almaas, 20, 2002). En este sentido, según el autor, plantea que las fijaciones son un reflejo de la pérdida de las Ideas Santas, las cuales conduce al desarrollo de la correspondiente fijación. Cada pérdida se manifiesta en forma del desarrollo de una ilusión particular, una visión incorrecta de la realidad, el núcleo de lo que Naranjo denomina un “error cognitivo implícito.” Las nueve ilusiones específicas reflejan la pérdida o ausencia de las nueve Ideas Santas. Dichas ilusiones funcionan como los principios primarios de la existencia egóica. Cada ilusión o error forma el núcleo de un complejo psicológico, que consideramos como el centro de esta fijación concreta (Almaas, 17, 2002).

Las Ideas Santas constituyen un mapa de la visión de la realidad como unidad. Cada Idea Santa es una visión de la realidad que refleja una comprensión de la totalidad y unidad del mundo o universo, de los seres humanos, y del funcionamiento de la realidad (Almaas, 20, 2002).

La comprensión de la No dualidad corresponde a un ámbito fundamental dentro de las Ideas Santas, la cual contempla la noción de no-separabilidad, en donde se pone en la consciencia de que todo está hecho de un algo, una substancia, y de que la discriminación de los distintos aspectos de la manifestación no forman parte de la experiencia (unidad). La siguiente noción involucra al ámbito No-conceptual, el cual

corresponde a la consciencia directa de la realidad más fundamental o anterior al pensamiento conceptual. Finalmente la noción de Unicidad contempla la consciencia de la no-separabilidad con el todo, en la cual se incluye a su vez, la capacidad de discriminar detalles y aspectos específicos (Almaas, 21, 2002).

En este sentido, las Ideas Santas permiten desarrollar una comprensión del cómo se relacionan con las fijaciones, explorando en el caso de cada eneatipo los efectos específicos de la pérdida de contacto con la consciencia de la unidad. En este sentido el perder contacto con la unidad es perder el sentido de que uno forma parte del ser, parte de la manifestación y del fluir del todo de la manifestación. Dicho de otro modo, la ilusión de separación del todo adopta nueve formas, que representan la pérdida de las nueve ideas santas (Almaas, 21, 2002).

2.2.5.- El Eneagrama y los Nueve Tipos de Egos.

Según la visión del eneagrama y teniendo en cuenta la caracterización de los eneatisos realizada por Naranjo (45-182), a continuación se describirán las descripciones principales de los nueve eneatisos, en los que se muestra el número de eneatipo, con su particular pasión y fijación correspondiente:

Eneatipo I. Ira. Perfeccionismo.

Son individuos en que su ira se encuentra controlada en cualquiera de sus formas explícitas, ya sea verbal o en acción. Es un tipo civilizado racional, crítico y exigente, sin caer en lo violento o agresivo. Lo caracteriza su nivel de perfeccionismo, lo que trae consecuencias tanto en su vida como la de los demás. Por lo mismo es que compara toda experiencia o evento con códigos de valores, normas, modelos, ideas y gustos.

La ira contenida se manifiesta mediante el resentimiento, que generalmente se experimenta con un sentido de injusticia ante las responsabilidades y esfuerzos que el individuo realiza en mayor medida que los otros. La ira está presente en forma de irritación, reproche y odio, que no son expresados, porque la destructividad que se percibe de éstos, entra en conflicto con la intachable imagen que caracteriza a este

eneatipo. La pasión de la ira impregna todo el carácter del eneatipo I y es la raíz dinámica de impulsos y actitudes que se relacionan con la crítica, exigencia, perfeccionismo, hipercontrol, autocrítica y disciplina.

Eneatipo II. Orgullo. Falso amor.

Para el eneatipo II, es fundamental la estrategia de dar, al servicio tanto de la seducción como de la autoelevación. En este caso el orgullo es una pasión por el engrandecimiento de la propia imagen. Sin embargo, se trata de una personalidad en que se encuentra la polaridad halago-desprecio. En este sentido, adula a aquellos que satisfacen su orgullo y menosprecia a la mayoría con mirada altiva. Para el eneatipo II, sus patrones mentales gravitan en torno a la autoimagen, de la cual surge la acción y sobre la cual se sustenta el sentido de valor de la persona. Podemos catalogar este tipo de personas como amables, cálidas, impulsivas, seductoras y narcisistas, en el sentido general de deleitarse consigo mismas. Por lo mismo, es que este eneatipo se basa en un autoenamoramiento ingenuo, un proceso emocional de identificación con la autoimagen glorificada y de la represión de la imagen desaprobada.

El eneatipo II se estructura con rasgos como el orgullo y la necesidad de amor, por lo mismo es que desean ser reconocidos frente a los demás, y para ello generalmente se muestran de forma histriónica. Utilizan la seducción en las relaciones interpersonales y se sienten sumamente frustrados cuando no son complacidos. También resulta importante mencionar la represión de la necesidad, por lo que sustentan el orgullo en el sentido de tener mucho amor que ofrecer, satisfaciendo asimismo de una forma encubierta su necesidad de amor.

Eneatipo III. Vanidad. Engaño.

La vanidad es una preocupación apasionada por la propia imagen o una pasión de vivir para los ojos de los demás. En este sentido, vivir para las apariencias implica que el foco de interés no está en la experiencia propia, sino en la anticipación o fantasía de la experiencia de otro. Más que una falta de veracidad en relación a los hechos (el eneatipo III puede ser un informador objetivo y fidedigno), existe en la vanidad, una falta de veracidad en relación a los sentimientos y una simulación. Dicho esto, existe una clara

valoración extrínseca, por lo que se esfuerza por el logro y el éxito, lo cual implica una lucha por la riqueza y el estatus social, debido a esto son competitivos y capaces de usar la manipulación de la imagen por medio del engaño, la fanfarronería y/o la calumnia, con tal de alcanzar sus objetivos. También pueden ser sujetos preocupados del atractivo sexual y el autoembellecimiento.

El estado de ánimo característico del eneatipo III es el de la neutralidad o el control de los sentimientos, en el que sólo se reconocen y expresan los sentimientos aceptados socialmente.

Eneatipo IV. Envidia. Insatisfacción.

El estado emocional de la envidia implica un doloroso sentimiento de carencia y un ansia por aquello cuya falta se percibe. Está a la base una autoimagen pobre, figurando sentimientos de inadecuación, inclinación a la vergüenza y sentido del ridículo. La situación supone un sentido de la bondad como algo exterior a uno mismo, que debe ser incorporado. Mediante una comprensible reacción a la privación y frustración tempranas, la envidia constituye un factor de auto-frustración en la psique, porque la excesiva ansia de amor que conlleva nunca sacia el sentimiento crónico de escasez interna y de maldad, sino que, por el contrario, estimula mayor frustración y dolor. El punto 4 representa una intensa demanda de aquello que falta, el individuo se identifica con esa parte que no consigue ajustarse a la imagen idealizada y está siempre procurando lograr lo inalcanzable.

Se trata de un eneatipo emocional, de intereses intelectuales e introvertidos, una persona animada por una vanidad que no llegó a alcanzar su objetivo por la mezcla de sentimientos de escasez y de carencia de valor. Por lo que la disposición emocional básica, es que son sensibles, intensos, apasionados y románticos, tienden a sufrir de soledad y pueden albergar un sentimiento trágico de su vida o de la vida en general. Por lo mismo no solo son adictos al amor y dedicados a los demás, sino que también tienen manifestaciones de ira. Dominados por la nostalgia, íntimamente melancólicos y autocompasivos. El principal autoengaño del eneatipo IV consiste en exagerar una postura de victimización que va de la mano con una actitud exigente.

Las personas del eneatipo IV tienen disposición a expresiones artísticas, generalmente atentas, comprensivas, muy dispuestas a pedir perdón, tiernas, amables, cordiales, sacrificadas, humildes y empáticas. Son refinados, disciplinados y poseen un fuerte súper ego, que sin embargo es más estético que ético.

Eneatipo V. Avaricia. Desapego.

La avaricia es contenerse y dominarse. La ira expresa la codicia de un modo asertivo (aunque no reconocido), la codicia de la avaricia se manifiesta sólo mediante la retención, contenerse y dominarse. Se trata de una avaricia temerosa que implica la fantasía de que dejar escapar algo causaría un catastrófico quedarse sin nada, por lo que tienen falta de generosidad en cuestiones de dinero, energía y tiempo, así como no implicarse o mostrarse poco empáticos, por lo que evitan el compromiso, para mantenerse libres y en posesión de la totalidad de sí mismos. Podemos decir que tras ese impulso de atesoramiento se esconde una experiencia de empobrecimiento inminente. La retención constituye sólo la mitad de la psique del eneatipo V, la otra mitad es abandonar con demasiada facilidad.

El avaricioso es internamente perfeccionista, más que crítico con el mundo externo. El eneatipo V se caracteriza por un fuerte super-ego y por su orientación predominantemente cognitiva, en que existe interés por el conocimiento y procura minimizar sus propias necesidades y demandas, siendo propenso a dejarse llevar de acá para allá por una obediencia compulsiva. También es propenso a la culpa, por un distanciamiento general de los sentimientos, que se manifiestan en una vaga sensación de inferioridad, inadecuación o timidez. El eneatipo V se siente impulsado a exigir mucho, tanto a sí mismo como a los demás.

Eneatipo VI. Miedo. Acusación.

En muchos individuos del eneatipo VI, más característica que el miedo y la cobardía, es la presencia de la ansiedad, que finalmente es derivado del miedo, que puede caracterizarse como miedo sin la percepción de peligro externo o interno, es decir se encuentra en la fantasía. Por ejemplo se encuentran el miedo al cambio, a cometer errores, a lo desconocido, a la hostilidad y al engaño, miedo a no ser capaz de sobrellevar

las situaciones, a no sobrevivir, a la soledad en un mundo amenazante, a la traición y miedo a amar. El eneatispo VI no es sólo un eneatispo intelectual, sino el más lógico de los eneatispos, devoto de la razón. En su necesidad de respuestas para resolver sus problemas, el eneatispo VI es, más que cualquier otro, un cuestionador. Incluso acude al intelecto en busca de problemas como un modo de sentirse seguro. Cotidianamente en el eneatispo VI está la necesidad de asociación con un compañero más fuerte que les dé seguridad, pero que típicamente frustra sus inclinaciones competitivas.

El temor a la autoridad y el miedo a cometer errores hacen que necesiten directrices bien definidas sobre lo que es correcto e incorrecto, por lo que son muy intolerantes con la ambigüedad. El eneatispo VI manifiesta agresión hacia quienes están por debajo y sumisión hacia quienes están por encima, en la jerarquía de autoridad. De esta forma es el explícitamente más ambivalente de todos los eneatispos. Por lo cual se persigue a sí mismo y se siente perseguido, siendo un perseguidor crítico. De esta manera, duda de sí mismo y duda de su duda; recela de los demás, pero teme poder estar equivocado. El resultado de esta doble perspectiva es una incertidumbre crónica para escoger un curso de acción y la consiguiente ansiedad, necesidad de apoyo y guía.

Eneatispo VII. Gula. Indulgencia.

Los individuos del eneatispo VII tienen atracción por lo futuro y potencial. Manifiestan falta de disciplina, inestabilidad y falta de compromiso, ya que buscan refugio en el placer. La insaciabilidad del glotón, está velada por ésta aparente satisfacción, es decir la frustración se esconde tras el entusiasmo, que parece compensar la insatisfacción y, al mismo tiempo, mantener la experiencia de frustración fuera de la conciencia. Un par de rasgos inseparables de la tendencia al placer es la evitación del sufrimiento y por consiguiente la orientación hedonista, característica de la personalidad del eneatispo VII.

Este rasgo tiene un exagerado sentido de que todo está bien, por lo que el individuo desarrolla como una protección del hedonismo contra el dolor y la frustración: una visión del mundo en la que no hay culpa, obligaciones, deberes ni necesidad de hacer ningún esfuerzo, porque basta con disfrutar. Es típico del eneatispo VII no estar orientado hacia las autoridades. En este sentido, se presenta como rebelde, anti convencional, pero

siendo igualitario en su enfoque de la gente, no se toma la autoridad demasiado en serio, pues esto iría en contra de su autoindulgencia, permisividad, falta de culpa y superioridad.

El eneatipo VII es eminentemente seductor y persuasivo, creyendo en su propia sabiduría y tiene una tendencia a complacer. En la medida en que la generosidad forma parte de la seducción constituye una manera de comprar amor más que una verdadera entrega.

Eneatipo VIII. Lujuria. Castigo.

Las personas del eneatipo VIII son entretenidas, ingeniosas y a menudo encantadoras. Su seducción, fanfarronería y demandas arrogantes son conscientemente manipuladoras, y constituyen un engranaje dispuesto para ganar influencia y altura en la jerarquía de poder y dominio. En este eneatipo se idealiza la autonomía y rechaza la dependencia, existe una pasión por el exceso, que busca la intensidad, no sólo a través del sexo, sino en todo tipo de estímulos, la actividad, ansiedad, alta velocidad, el gusto por la música fuerte. Puede entenderse el aspecto indolente del lujurioso como una evitación de la interioridad. En la lujuria no sólo hay placer, sino también placer en reafirmar la satisfacción de los impulsos, lo prohibido y, particularmente, placer de luchar por el placer. Existe aquí una dosis de cierto dolor que se ha transformado en placer: o el dolor de aquéllos que han sido “víctimas” de la satisfacción de uno, o el dolor implícito en el esfuerzo de superar los obstáculos del camino hacia la satisfacción.

En este caso la lujuria se relaciona con la impulsividad y hedonismo, pero dentro de un carácter fuerte. El eneatipo VIII es insensible, realista, directo, brusco, irónico, sarcástico, intimidador, humillante y categórico, existiendo un correspondiente desprecio por las cualidades opuestas como debilidad, sensibilidad y, particularmente, miedo. Por lo mismo, no es de extrañar la típica orientación del eneatipo VIII hacia un aquí y ahora tangible y concreto. La esfera de los sentidos y de las sensaciones corporales en particular, consiste en un aferramiento lujurioso al presente y una impaciencia excitada ante el recuerdo, las abstracciones o anticipaciones, así como ante la sutileza de la experiencia estética y espiritual.

En este carácter no sólo existe una fuerte oposición a la autoridad, sino un menosprecio de los valores impuestos por la educación tradicional. La venganza que está más presente en el eneatispo VIII es una venganza a largo plazo, en la que el individuo se toma la justicia por su mano en respuesta al dolor, la humillación y la impotencia que sintió en su primera infancia.

Eneatispo IX. Indolencia. Olvido.

El eneatispo IX es alguien que no ha aprendido a amarse a sí mismo como consecuencia de la falta de amor, sino alguien que olvida su frustración amorosa por medio de una especie de paquidermismo psicológico, una sobre-simplificación, que hace de éste el menos sensible y el más estoico de los caracteres. La pereza espiritual es la pasión del eneatispo IX, la estrategia vital interpersonal y la correspondiente visión de la vida pueden considerarse dentro de un grupo que tiene que ver con la sobreadaptación, autonegación, el autoabandono, desatención de las necesidades personales y una actitud de control excesivo. La propensión de este carácter se vincula por el alcohol, así como su pasión por comer.

Es una persona fiable y generosa, siempre dispuesta a llevar una carga pesada sobre sus hombros. Pospone su propio bien y la satisfacción de sus necesidades, en una condescendencia excesiva hacia las demandas y necesidades de los demás. Tanto la autoalienación como la sobreadaptación abnegada implican resignación, una renuncia a sí mismo, una abdicación de sí mismo y de la vida. El sentido de la propia valía, así como el sentido de la existencia del eneatispo IX se satisfacen mediante una participación sustitutiva, un vivir a través de los demás, la identidad perdida se transforma en una identidad por simbiosis con la familia, la nación, el partido, el club, el equipo, u otra. Podríamos hablar de interioridad mediante participación, sea en lo sentimental, lo familiar o en grupos mayores.

Los individuos del eneatispo IX son frecuentemente descritos como modestos. Su interés por sobresalir y brillar es también bajo y puede que descuiden su aspecto personal. Finalmente, cabe señalar que los sobreadaptados son individuos de hábitos. Tienden a la costumbre y la regularidad. Están excesivamente preocupados por la

preservación de su equilibrio. Como resultado, tienden a ser conservadores y tradicionalistas hasta el punto de la rigidez.

2.2.6.- El Eneagrama y la Psicoterapia Transpersonal.

Tal y como plantea Naranjo (22-26, 1996) en todas las personas ocurre un proceso de degradación u oscurecimiento de la conciencia, lo que en psicología se denomina la neurosis o estructuración del carácter y que en tradiciones espirituales viene hacer la expulsión del paraíso. Este proceso se caracteriza por una identificación con una personalidad, un “YO” que es una falsa identidad, basada en representaciones mentales de sí mismo, en sistemas de creencias respecto del mundo y los otros, en modos condicionados de emocionar y de reaccionar, es decir esto es “carácter”, una estrategia temprana de adaptación para enfrentar las amenazas externas e internas, es un aprendizaje por coacción, que se transforma en una forma automatizada, rigidizada de funcionar y que lo que denominamos “Ego”.

El eneagrama desde la visión de la psicología transpersonal entrega herramientas para continuar el trabajo terapéutico a través de una visión trascendente del sufrimiento, en donde mediante el paradigma existencial, enfrenta desde su lugar o eneatipo en el “eneagrama de las pasiones” (Ver Figura I) un proceso de autoconocimiento en que se enfrenta a cuestiones básicas del significado y propósito de la vida y empieza a distanciarse de roles, posesiones, actividades y relaciones. Se vivencia el sí mismo como una entidad independiente que se enfrenta a un mundo vacío de significado (Walsh & Vaughan, 288, 1982). Este proceso de vacío de significado corresponde al proceso de liberación o desidentificación del ego, mediante el cual el modelo o mapa del eneagrama, muestra un camino específico de abordaje.

En los primeros años de vida sabemos que el entorno de apoyo es fundamental, y si bien la figura materna es básica para este entorno, no se limita a ella. Un buen entorno de apoyo, es el entorno necesario para que crezca el alma humana, y ésta evolucione hacia aquello en lo que puede convertirse. Es preciso que se proporcione una sensación de seguridad, la sensación de sentirse protegido y de poder contar con ello. Nuestra alma necesita un entorno consistente del que podamos depender, que sintonice con nuestras

necesidades, y que también nos sustente de un modo empático con dichas necesidades. Con “el cuidado que recibe de su madre” cada niño es capaz de tener una existencia personal y de este modo empezar a construir lo que podríamos denominar *continuidad del ser*. Las dificultades expresadas en dicha continuidad, se asumen dentro de un proceso psicoterapéutico con el enfoque transpersonal, al trabajar las condiciones suficientes y necesarias en la terapia tales como; la Empatía, Consideración Positiva Incondicional y la Congruencia (Lafarga & Gómez del Campo, 78-87, 1980).

Por otro lado, cabe señalar que la presencia o ausencia relativa de la confianza básica en nuestra consciencia individual, tiene un efecto importante en nuestra orientación hacia el ser o nuestro alejamiento de él. Cuando dicho estado está presente, el desarrollo del alma se desplaza hacia el ser; cuando está relativamente ausente, el alma se desarrolla más hacia el ego. El alma siempre desarrolla un ego y una identificación con él, debido a la naturaleza de la indefensión propia de la infancia, la encarnación física y el desarrollo conceptual.

El desarrollo de la confianza básica resulta fundamental, como un modo de propiciar cambios psicoterapéuticos. La confianza básica se constituye en lo no-conceptual, en la bondad del universo, una confianza implícita y clara de que hay algo acerca del universo, de la naturaleza humana y de la vida que es inherentemente y fundamentalmente bueno, amoroso, y que nos desea lo mejor. Esta confianza innata y no formulada sobre la vida y la realidad se manifiesta como una disposición a saltar al abismo. La confianza básica es distinta de nuestro sentido psicológico habitual de la confianza, la que nos proporciona la capacidad de entregarnos, la capacidad de soltar, la capacidad de saltar a lo desconocido. Con ella, no necesitamos garantías de que las cosas irán bien puesto que implícitamente sabemos que las cosas van a ir bien. No se trata de confiar en algo en particular, puesto que es pre conceptual; es anterior a nuestras ideas diferenciadas sobre aquello en lo que confiamos (Almaas, 37, 2002). De esta manera la confianza básica es fundamental para ir soltando la estructura particular a la que nos hemos estado aferrando. En este paso inicial está implícito el segundo: si somos capaces de entregarnos, entonces somos capaces de ser. Precisamos de la confianza básica para permitir que el ego muera, y también para ser capaces de simplemente ser, sin reaccionar. El tercer paso es permitir que las cosas se desarrollen espontánea y naturalmente del modo en que quieran

hacerlo, sin intentar canalizarlas en la forma en que creamos que deben ir (Almaas, 38, 2002).

Si la confianza básica está presente, el alma soltará con mayor facilidad las antiguas estructuras, tendrá una mayor capacidad para dedicarse a simplemente ser, y tenderá a dejar que su proceso se despliegue sin interferencias, lo que conducirá de un modo natural hacia un desarrollo esencial, nuestras vidas se ven acompañadas de una sensación de libertad. Luego, nace el deseo de saber a dónde van las cosas, no por el ansia de controlar el despliegue, sino simplemente por curiosidad. Existe una autenticidad y nos comprometemos totalmente con nuestra vida, haciendo lo que consideramos apropiado, con la confianza de que funcionará, por ende todo esto conlleva a que el proceso psicoterapéutico sea exitoso (Almaas, 42, 2002).

Contrariamente, una falta de confianza básica es evidente en todas las inseguridades del ego. Imponiéndose sensaciones y pensamientos entorno al miedo al fracaso y al rechazo, por lo que podríamos decir que al existir una falta de confianza básica en el ser humano, es cuando existe mayor identificación con el ego, mientras que al haber mayor confianza básica una desidentificación con el ego.

3. Reflexión.

El alma abierta y relajada es la condición esencial que representa el estado originario del ser humano. La pérdida de claridad y transparencia corresponde a un adormecimiento del alma producto de la distorsión expresada a través de reacciones específicas. En este sentido, a partir de las fijaciones y patrones de comportamientos aprendidos y mecanizados que tenemos, se limitan las percepciones y experiencias posibles, por lo que solo vislumbramos parcialmente nuestras posibilidades y enriquecimientos de la vida. En este sentido, la pérdida de percibir la realidad cual es producida por fallas en el entorno de apoyo en el individuo o por una distorsión ambiental respecto de la percepción de la realidad, aleja al individuo de la percepción de las Ideas Santas. Por lo tanto, si se quiere despertar, y dejar de percibir la realidad solo de forma parcial, se deben hacer conscientes todas estas reacciones y aprender a desidentificarse de ellas.

Teniendo en cuenta lo anterior es que el eneagrama se posiciona como una herramienta sumamente valiosa para la psicoterapia, primeramente porque permite en la relación con el otro, crear conciencia sobre los patrones emocionales y mentales que explican patrones repetitivos de comportamiento y de hecho va más allá, ya que evidencia la forma en que llegó a estructurarse un determinado tipo de personalidad de un individuo en particular. Por lo mismo, ésta es considerada la primera etapa de la psicoterapia, en la que luego de haber creado un vínculo de estrecha confianza con su terapeuta, el cliente requiere llevar al consciente partes de sí mismo, anteriormente rechazadas y alojadas en el inconsciente y asumir en el presente la responsabilidad propiamente tal de ser quien es y de las consecuencias que eso ha traído para su vida. Sin embargo, este proceso no supone nada sencillo, ya que el cliente continuamente debe enfrentar a sus miedos más profundos y también a la sensación de vulnerabilidad que pudiese sentir durante este proceso, ya que de por sí es un proceso doloroso reconocer los condicionamientos, enfrentarse a las figuras de apego y experiencias del ciclo vital más relevantes. Junto con esto, también es el propio ego que busca fortalecerse cada vez más, ya sea con fantasías mentales, métodos de manipulación o con sus respectivos mecanismos neuróticos de proyección o introyección. Considerando esta primera etapa y a modo de síntesis, podemos decir que el eneagrama formula una caracterización de diferentes patrones de comportamiento, reacciones emocionales y fijaciones tanto emocionales como cognitivas, que se establecen y que forman parte del carácter. Está caracterización permite tener claridad de cuáles son los aspectos que se debieran abordar para un proceso psicoterapéutico, considerando el eneatispo correspondiente, por lo que entrega directrices claras al terapeuta y si éste las logra transmitir correctamente, propiciar un proceso exitoso.

El eneagrama entonces corresponde una herramienta de trabajo en la psicoterapia transpersonal, ya que entrega un mapeo al cliente sobre vías o caminos que permitirían que el alma corrija las distorsiones de las percepciones que se encuentran dominadas por la visión egóica del sí mismo y del mundo, esclareciendo y explorando los esquemas cognitivos que se han ido rigidizando cada vez más con el paso de los años y que se han ido manifestando por medio de comportamientos reactivos en la relación con uno mismo y con el otro, lo que ha distanciado cada vez más la interacción con el alma y generando que la primera conexión que tenga el ser humano sea con la mente, siendo un total esclavo de ésta.

En muchos casos probablemente la relación psicoterapéutica concluya en la primera etapa, teniendo conciencia del eneatipo correspondiente, de los momentos en que se encuentra más presente el ego y de todos aquellos patrones repetitivos que surgen en su propia vida y en la relación con otros. Lo cual puede ser perfectamente válido, sin embargo, tanto la visión transpersonal como el mismo eneagrama propone una expansión de conciencia más allá y que traspasa los límites del ego y de la personalidad y que tenga por resultado una conexión con la esencia y autentico ser con el alma, este es el proceso de liberación o desidentificación del ego, donde se aborda a un nivel existencial, en que el cliente se enfrenta a cuestiones básicas de significado, propósito de la vida y de esta manera se distancia de roles, posesiones, actividades e incluso relaciones. En este caso se vivencia el sí mismo como una entidad independiente, vacío de significado, que no busca encontrar valores mentales conceptuales, sino que existe una integralidad entre mente-cuerpo-alma, a diferencia de la etapa anterior en que aún existe identificación y la mente comúnmente gobierna al individuo (a pesar de ser más consciente), en este caso la percepción de la realidad y las propias experiencias son completas, se vivencian del presente y por lo tanto son mucho más enriquecedoras.

Creemos que ya en la segunda etapa la psicoterapia propiamente tal debiera finalizar, teniendo en cuenta que de resultar exitosa se libraría el cliente de las prisiones del ego y que si bien en más de una ocasión pudiese aparecer, ya sea en el consciente o subconsciente, sería en ciertos momentos, no apoderándose de una experiencia completa como si ocurría de forma previa, es decir el individuo en este caso ya goza con más herramientas al respecto, una experiencia presente, que se traduce en una expansión de conciencia, por lo cual no requiere continuar en psicoterapia. Sin embargo, posteriormente se puede hablar de una tercera etapa, en la cual es un trabajo individual y de cada día, en que se requiere tener en cuenta a los autores Riso y Hudson (Riso, R. & Hudson R. 269, 2012) que consideran que la combinación de la práctica del Eneagrama con una práctica espiritual, consiste en estar presente y consciente lo más posible durante todo el día; observar nuestra personalidad en acción y no expresar en actos los impulsos. Esto permitiría, continuar con una actitud de auto observación sobre el sí mismo de manera permanente en el día a día, ampliando la concepción sobre el conocimiento de sí mismo reflejándose en el actuar de las personas a través de la confianza básica en la vida.

Como podemos darnos cuenta el eneagrama es un gran aporte no solo a la psicoterapia transpersonal, sino que a la psicoterapia en general, ya que en la primera etapa, que es en la cual fundamentalmente se estructuran la gran mayoría de orientaciones psicológicas, entrega las caracterizaciones de los eneatispos, con las que se determina la personalidad del cliente y sus respectivas fijaciones y distorsiones (primera etapa). Posteriormente, y ya siendo parte de la psicoterapia transpersonal, evidencia la importancia de liberarse del ego y el eneatispo en particular, y en esta etapa ya podemos considerar la concepción de las Ideas Santas (segunda etapa). Finalmente, en la última etapa, hace referencia a la importancia de llevar a la cotidianidad y vida mundana, las Ideas Santas. Sabemos que desde un punto de vista teórico y conceptual, se pierde y contamina muchas veces la simpleza a la que finalmente apunta el eneagrama y la psicoterapia transpersonal, ya que es en esa simpleza, donde se encuentra el presente, ese momento que es un regalo, libre de concepciones teóricas y vacías de significado, que se conecta con nuestra esencia. Sin embargo, a la vez creemos que es totalmente necesario entregar estas concepciones teóricas, para que los terapeutas logren entender la importancia del eneagrama dentro de un proceso psicoterapéutico.

Además de los aspectos que ya se han detallado, se debe considerar que el eneagrama permite que el terapeuta explore su propio mundo interno, identificando sus propias fijaciones y características particulares como ser humano, lo que tiene relación con la responsabilidad ética que incluye la salud mental de la persona que es el terapeuta y que por tanto beneficiará no solo así mismo, sino que también a la relación que establezca con los clientes, debido a que sería posible reconocer aquellos rasgos en las personalidades que remecen el propio mundo interno y que por tanto merecen un mayor cuidado, para evitar la sobrecarga emocional y que esto no influya en definitiva el proceso psicoterapéutico de forma negativa. Siguiendo con este punto, el eneagrama resulta una invitación al terapeuta a realizar una introspección profunda, en que no solo se reconozca su eneatispo, sino que se motive a avanzar en un proceso de desidentificación y liberación de su propia ser.

Para finalizar, creemos que la utilización correcta del eneagrama en psicoterapia puede aumentar bastante la probabilidad de egresos exitosos de clientes, a la vez que beneficie en la propia persona del terapeuta, incluso en lo que concierne a la psicoterapia propiamente tal, ya que puede ser una guía clave en los pasos a seguir y los objetivos

que se esperan lograr. Sin embargo, su utilización debe ser cuidadosa, es un camino que incluye profundizar en el infierno interno de cada individuo, por lo cual un uso inadecuado, podría generar mayores dificultades, estrés o problemas de carácter emocional. Y en este sentido cuando hablamos de hacer un uso adecuado, hacemos referencia a que por ejemplo es fundamental generar un vínculo positivo con el cliente, de manera que se pueda ir monitoreando el proceso y así determinar si la psicoterapia concluye en la primera etapa, o es posible progresar hasta la segunda, ya que esta decisión no puede ser determinada solo por el terapeuta, sino que decidida en conjunto con el cliente, considerando su propio proceso.

4. Conclusiones

La psicoterapia transpersonal no es lineal, pero podríamos decir que una de sus primeras etapas, es el ego, en el que probablemente el cliente requiere desprenderse de anclas negativas, y reconocer emociones de sí mismo rechazadas, lo que implica asumir la responsabilidad de ser quien es y de las consecuencias de las decisiones que ha tomado a lo largo de la vida (Walsh & Vaughan, 287, 1982). En relación a esto, tanto el desarrollo como el quiebre de la confianza básica se ven afectadas por el entorno en las primeras etapas del ciclo vital, estructurando de esta manera el ego, que se basa en experiencias de la temprana infancia que dejan en el alma la impresión de una falta de apoyo, lo que conduce a la pérdida de contacto con las dimensiones amorosas y sustentadoras del Ser. Las continuas experiencias de dolor físico o emocional, así como los fallos o abandonos del entorno, conducen al alma a reaccionar, en un intento de conseguir el sostén. El alma se siente separada, aislada, y tiene la sensación de que debe luchar y ayudarse a sí misma con el fin de sobrevivir. Este es el modo en que se desarrollan las fijaciones.

El eneagrama, supone una visión en que describen las fijaciones psíquicas y emocionales que se encuentran en cada eneatispo, conlleva reconocer el ego y sus carencias, por ende resulta una profundización dolorosa, ya que es recordar traumas en el ciclo vital, en el cual su reconocimiento, es fundamental para la liberación del ser (Naranjo, 22-25, 1996). Posteriormente, en el proceso de liberación o desidentificación del ego, se requiere un trabajo existencial en la psicoterapia transpersonal, es decir librarse de los pensamientos conceptuales y significados. En esta etapa se vivencia el sí mismo

como una entidad independiente que se enfrenta a un mundo despojado de las identificaciones propias del ego (Walsh & Vaughan, 288, 1982). Por lo mismo, es que cobran relevancia las ideas santas del eneagrama, en que una de sus premisas constituye la idea de que los principios o leyes que gobiernan la manifestación pueden comprenderse, y de que dicha comprensión puede conducirnos a la unidad del Ser. De ahí la importancia de conocer las ideas santas, ya que permiten la comprensión objetiva de las relaciones del individuo con el todo, reforzando la coherencia que existe con el enfoque psicoterapéutico transpersonal.

En definitiva, cuando se pueden observar los pensamientos y emociones como contenidos de la conciencia, sin identificarse en ellos, se alcanza la autotrascendencia, en la que todo el drama personal pierde importancia. De esta forma, en el momento en que se produce una desidentificación con el ego y a identificar con el sí mismo transpersonal o con el observador desapegado de sus propios procesos psicológicos, se pone en movimiento el proceso de la liberación interior (Walsh & Vaughan, 289, 1982).

El eneagrama está presente durante todo el proceso que se ha detallado anteriormente, desde cuando se conocen las fijaciones propias de cada personalidad, más conocido como eneatis. Luego, en la liberación del ego, y finalmente en la autotrascendencia. Por eso mismo, es que representa una guía completa para un terapeuta, logrando visualizar pasos a seguir y objetivos de acuerdo a lo que presente el cliente como motivo de consulta. Sin embargo, resulta fundamental resguardar la propia demanda, queja o motivo de consulta del cliente, debido a que debemos siempre considerar que la construcción del proceso bajo esta mirada se realiza en conjunto y no de forma unilateral. Sumado a esto, el planteamiento de objetivos, así como la visión del mismo eneagrama debe ser paulatina y pensada en función del momento en que se encuentra la psicoterapia en particular, por ejemplo, si es la primera sesión y se le explica al cliente que se busca lograr la autotrascendencia, no solo se está haciendo un mal uso del eneagrama, sino que se pasa por encima de la situación en particular que aqueja al cliente, también de sus propias necesidades, y va a tener como consecuencia una deserción de la terapia. Contrariamente, si esto se aborda de forma progresiva y considerando las propias necesidades que el cliente traiga consigo a cada sesión, perfectamente se pueden plantear los objetivos en concordancia con la visión del eneagrama y la psicoterapia transpersonal. En el mismo sentido, el terapeuta puede

realizar el acompañamiento terapéutico sin especificar el eneatispo y los temas a trabajar para la desidentificación de sus fijaciones.

En síntesis, el eneagrama evidencia la particular percepción o referencia de la realidad, un punto de vista desde la cual es contemplada, experimentada y comprendida, por lo cual nuestra verdadera esencia se encuentra en lo más profundo de cada uno/a, esperando a ser liberada (Maitri, 10, 2004). En este sentido, la psicoterapia transpersonal, es una invitación al camino de esa liberación del ser, ya que en esta terapia el cliente aprende a ser testigo de su vivencia, estados emocionales y contenidos mentales, aceptando que es parte de un proceso y vivencia (Walsh & Vaughan, 289, 1982). La psicología transpersonal así como el eneagrama, comparten la forma de incorporar la comprensión de los conflictos que propone el ego, y más que buscar sanarlos, profundiza en ellos hasta que devela paulatinamente la verdadera esencia del alma, que se encuentra escondida tras las diferentes capas que muestra la identificación del eneatispo. Una vez hecho esto, es cuando existe una liberación de la mente y de la parcialidad que nos mostraba ésta, generando una conexión con el momento presente e integrando todo el ser en el ciclo vital y la totalidad de la experiencia que puede percibir el ser humano.

5. Bibliografía.

- Almaas, A.H. *Facetas de la Unidad*, Editorial La Liebre de Marzo, S.L. (2002).
- Lafarga, J. & Gómez del Campo, J. Editorial Trillas, Vol. 1 (1980).
- Maitri, S. *La dimensión Espiritual del Eneagrama*, Editorial La Liebre de Marzo, 2004.
- Naranjo, C. *Carácter y Neurosis*, Editorial Cuatro Vientos, 1996.
- Naranjo, C. *Autoconocimiento transformador: los eneatispos en la vida, la literatura y la clínica*, Ediciones La Llave, 1998
- Riso, R. & Hudson R. *La sabiduría del eneagrama*, Editorial Urano, 2012.
- Tolle, E. *Una nueva Tierra*. (2005). Recuperado el 14 de febrero 2019, 18:33. https://www.caminosalser.com/contenidos/libros/Eckhart_Tolle-Una_nueva_Tierra.pdf
- Trungpa, C. *El mito de la libertad*, Editorial Kairos, 2006.
- Trungpa, C. *Nuestra salud innata*, Editorial Kairos, 2007.
- Walsh, R & Vaughan, F. *Más allá del Ego*, Editorial Kairos, 1982.
- Wellwood, J. *Psicología del despertar*, Editorial Kairos, 2002.