

## El Eneagrama ¿Mito o realidad?

El Eneagrama es una poderosa herramienta que nos permite comprender de forma profunda las razones de la conducta propia y ajena, tomando conciencia tanto de los aspectos positivos, como de aquellos que producen malestar y estancan nuestro desarrollo.

Pero este valioso mapa, no sólo puede ayudarnos a saber dónde estamos sino también y fundamentalmente, cuáles son los caminos y las rutas más recomendables para mejorar nuestra salud mental y avanzar así en nuestro desarrollo personal. He aquí donde radica su principal virtud: en mostrar un camino realista de sanación y mejora, teniendo en cuenta la estructura y dinámicas de personalidad propias e idiosincrásicas de cada individuo.

El origen de su simbología tiene un cierto carácter místico y esotérico y se pierde en la lejanía de los tiempos. Parece ser que el Eneagrama proviene de alguna zona de Oriente Medio, hay quien asegura que los filósofos griegos conocían su existencia. Por ejemplo, en la Odisea de Homero, Ulises visita regiones habitadas por personalidades que representan arquetipos pertenecientes a cada uno de los nueve tipos. Asimismo, parece ser que fue conservado, transmitido y quizá desarrollado por los sufíes durante siglos, quizá alimentándose y recogiendo saberes de otras religiones y culturas hebreas y cristianas.

El espiritualista Gurdjieff recoge esta tradición y la da a conocer en Occidente, tanto él personalmente como a través de algunos de sus más brillantes discípulos como Ouspensky. Gurdjieff explica la simbología del Eneagrama y lo utiliza como un medio de sanación y desarrollo personal.

Pero será el boliviano Óscar Ichazo quien comienza con el desarrollo de lo que podemos considerar el “Eneagrama de la personalidad”. En los años 60 del siglo pasado, estudió y desarrolló la conexión entre el símbolo y los pecados capitales, interpretando a éstos como “pasiones” que impiden el desarrollo y en el peor de los casos, producen una deriva de la persona hacia un extremo patológico. Sus enseñanzas son recogidas por prestigiosos alumnos como, S.J. Ochs, profesor en la Universidad jesuita “Loyola” de Chicago, quien introdujo el Eneagrama en sus cursos sobre experiencia religiosa, al comprobar el encaje que tenía el modelo con su propia experiencia espiritual.

Un discípulo de Ichazo, el psiquiatra Claudio Naranjo, quien a su vez había recibido formación del padre de la Gestalt, Fritz Perls, será quien realice una serie de desarrollos y divulgaciones de mayor impacto, dándole un cariz científico al poner en relación los eneatis tipos con las categorías psicopatológicas, constituyendo actualmente una de sus escuelas principales.

La segunda gran escuela es la de los norteamericanos Don Riso y Russ Hudson, quienes incorporan los conocimientos y teorías de autores como Freud, Horney o Jung. Una aportación destacable de Riso son “los niveles de desarrollo”, los cuales permiten entender mejor cómo puede cada persona desarrollarse y alcanzar mayores cotas de felicidad.

Finalmente, cabe destacar la escuela narrativa de Helen Palmer, discípula a su vez de Claudio Naranjo, quien comenzó a aplicar las aportaciones del Eneagrama en los ámbitos familiar y social.

El Eneagrama de la personalidad propone una categoría de nueve tipos básicos de personalidad, aunque con diferentes subdivisiones en función de la predominancia de determinados instintos (autoconsecución, social y sexual) y la influencia de las categorías vecinas (alas). Además, cada personalidad tiene tendencia a desarrollar actitudes y

comportamientos de otros eneatis con los que está conectado a través de las flechas representadas en el símbolo del Eneagrama.

La explicación de la configuración de estos tipos de personalidad se basa en las vivencias y estrategias básicas que hemos ido desarrollando en las edades más tempranas con el objeto de vincularnos de la forma mejor posible con nuestras figuras de apego. De forma muy resumida, las describimos en la siguiente tabla, junto con las características más positivas y negativas que pueden encontrarse en cada eneatis:

Eneatis	Estrategias básicas	Aspectos positivos	Aspectos negativos
Eneatis 1.	Represión e introyección de la <u>ira</u> , asumiendo la estricta observancia de las normas y expectativas de los adultos, lo que dará pie a un carácter autoexigente y perfeccionista.	Sensato, Moral, ético, perfeccionista, reformador.	Obsesivo, juzgador, intolerante.
Eneatis 2.	Asunción del rol de cuidador como forma de obtener el cuidado y el amor de los otros.	Empático, ayudador.	<u>Orgullosa</u> : los demás me necesitan, yo no necesito que los otros me cuiden... ¡pero lo espero! (manipulador).
Eneatis 3.	Consecución de logros y cumplimiento eficaz de los objetivos y propósitos como medio de tener una imagen positiva de sí mismos, a través del reconocimiento de los demás.	Eficaz, determinado.	<u>Vanidosa</u> , falsa imagen.
Eneatis 4.	Búsqueda interior de la autenticidad y de la identidad personal como compensación de un sentimiento de no pertenencia o de haberse sentido rechazado o no querido por alguna de las figuras de apego.	Creativo, original.	<u>Envidiosa</u> (especialmente del grado de felicidad que percibe en los demás), melancólico.
Eneatis 5.	Refugio en el conocimiento, en los datos y en la parte más racional, como refugio frente a un mundo emocional y experiencial vivenciado como amenazador.	Observador, capta la realidad tal y cual es.	<u>Avaricia</u> en cuanto a restricción de experiencias vitales y emocionales por temor a no ser capaz de resolverlas adecuadamente.
Eneatis 6.	Necesidad de estar constantemente en alerta por la sensación de <u>miedo</u> como reacción a una experiencia real o subjetiva de pérdida.	Cumplidor, comprometido, adaptable a las normas y leal.	Indeciso ante la toma de decisiones, Necesitan autoridad, pero también la cuestionan.
Eneatis 7	Cobertura de una sensación de vacío a través de la experimentación constante	Innovadores, sentido lúdico, entusiastas, buenos para iniciar proyectos.	<u>Gula</u> en cuanto a la necesidad de llenarse constantemente de

	de experiencias y actividades.		experiencias altamente estimulantes: no tolera la rutina.
Eneatipo 8	Endurecimiento emocional al percibir falta de apoyo y protección frente a un mundo hostil.	Honesto, luchador, protege a las personas débiles o víctimas de situaciones injustas.	<u>Lujuria</u> , en cuanto a necesidad de intensidad tanto en las satisfacciones y placeres como en las "batallas". Prepotente, antisocial.
Eneatipo 9	Adormecimiento para no tomar contacto con las heridas sufridas, quietud y renuncia a llamar la atención, aún de las propias necesidades por evitación del conflicto y de una posible separación.	Conciliador, pacificador.	<u>Pereza</u> en el sentido de indolencia psíquica, falta de asertividad.

Estas estrategias defensivas tal vez hayan sido las más adecuadas para aquellos momentos, pero corren el peligro de que inconscientemente y mecánicamente se conviertan en corazas y barreras que nos encierren y nos limiten, desconectándonos de nuestro verdadero ser y en consecuencia, limitando nuestro crecimiento y haciéndonos sufrir. (Pasiones dominantes). Y si no se realiza un trabajo de autoconsciencia, terminen por confundirlas con nuestra verdadera "esencia".

Por lo tanto, vemos como si bien los planteamientos evolutivos no resultan muy diferentes de otras explicaciones de otros enfoques y escuelas de Psicología (psicoanálisis, psicología humanista, teoría del apego, etc.), determinados conceptos como la "esencia" nos conectan con el ámbito de la Psicología transpersonal, es decir de aquella que pretende integrar los aspectos "espirituales y trascendentes de la experiencia humana en el marco de trabajo e investigación de la psicología moderna".

Como podemos comprobar, en las estanterías de librerías y bibliotecas, en las secciones de psicología, desarrollo personal o incluso espiritualismo, van teniendo una presencia creciente los libros y manuales que hacen referencia al Eneagrama. Asimismo, cursos y formación específica en esta materia, la encontramos en Universidades o en Escuelas de Negocios, así como en el seno de importantes instituciones públicas y corporaciones privadas.

Esta proyección del Eneagrama "hacia el mundo exterior" puede presentar una serie de beneficios, basados fundamentalmente en la aportación que pueden ir realizando diferentes estudiosos, autores, escuelas y corrientes que contribuyan al desarrollo del modelo.

Sin embargo, este mismo hecho también acarrea el riesgo al que se ven expuestas otras herramientas y modelos cuando entran en un circuito comercial en el que prima ante todo la necesidad de vender, lo cual lleva muchas veces asociados una serie de riesgos que pueden llevar a desvirtuar su esencia. Entre otros:

- Esfuerzos de diferenciación frente a lo ya existente, que puede llevar a aportaciones "originales" o aventuradas.
- Simplificación excesiva, con la finalidad de llegar a un público masivo. Como ya señalamos, el modelo contiene muchas variables que intervienen tanto en la configuración de los eneatis como en sus subdivisiones. La simplificación se justifica

únicamente en términos de facilitar un primer acercamiento comprensivo, pero en ningún momento podemos quedarnos ahí, ya que corremos el riesgo de desvirtuar el modelo.

- Excesiva orientación al atractivo del producto a su rigor, ofreciendo habitualmente remedios fáciles y cambios rápidos, y realizando conexiones con otras materias y tópicos en función de los “productos que consume” habitualmente el público objetivo, sin estar dichas relaciones suficientemente justificadas.

Asimismo, a la hora de calibrar la validez y fiabilidad de los postulados y afirmaciones emanados del Eneagrama, tenemos que tener en cuenta:

- El “efecto Forer” (o “efecto Barnum”) es la tendencia a encontrar como adecuadas y precisas determinadas afirmaciones sobre uno mismo, afirmaciones que sin embargo, son lo suficientemente vagas y generales como para poder ser aplicadas a un conjunto muy amplio de la población.
- Otro fenómeno relacionado con el anterior es la validación subjetiva, la cual consiste en la percepción de que dos acontecimientos están relacionados porque una creencia, teoría, expectativa o hipótesis, así lo afirma. Debemos ser conscientes de que en este caso, nos basamos en correlaciones avaladas por un determinado consenso, generado a través de evidencias comunes y con un tratamiento estadístico de mayor o menor rigor. Pero las relaciones de causa-efecto resultan más difícil de demostrar.
- También hay que tener en cuenta la posible incidencia de los procesos de filtraje selectivo que nos pueden llevar a considerar o a fijarnos más en los aspectos que compartimos con las determinadas categorías con las que supuestamente nos identificamos frente a los hechos diferenciadores.
- Falta de un cuerpo de datos sólido y referencias estadísticas, así como instituciones sólidas de prestigio que avalen el cuerpo de investigaciones y conclusiones.

Queremos subrayar el hecho de que estos problemas no son exclusivos del Eneagrama y de que tampoco es nuestra intención descalificar el modelo, sino más bien al contrario: cuidar de su correcta aplicación y asegurar su mayor validez y utilidad. Desde nuestra óptica y experiencia, consideramos que el Eneagrama es una herramienta muy poderosa. Pero no olvidemos que a pesar de su potencialidad, no es la única y que ésta tiene que estar en función de cada persona y situación concreta, pudiendo ser complementada con otras, para evitar caer así en el error de reducir la persona a un determinado instrumento o modelo. Como advertía A. Maslow, “si la única herramienta que conocemos es un martillo, tenderemos a tratar todo como si fuera un clavo”.

En consecuencia, entendemos que en este como en tantos otros casos, la clave está, en la forma de uso y en la capacidad de la persona que utiliza los diferentes instrumentos de evaluación y desarrollo, por lo que nuestra recomendación es que sea empleada siempre por profesionales acreditados, con sólidos conocimientos de los principios de psicología y epistemología, los cuales puedan y sepan traducir el empleo de la misma siempre en beneficio de la persona a la que se pretende ayudar.