

EL ENEAGRAMA

Nueve tipos de EGO
Nueve rostros del ALMA

Manuel García Hernández



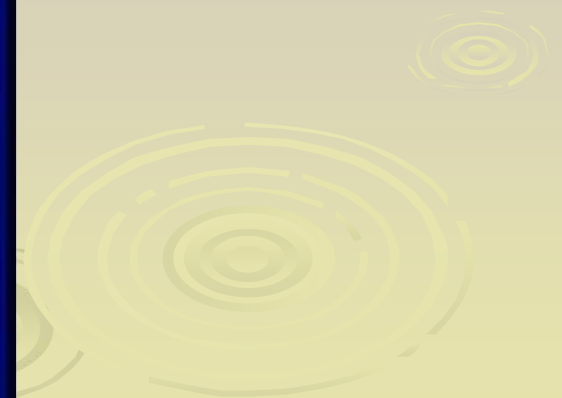
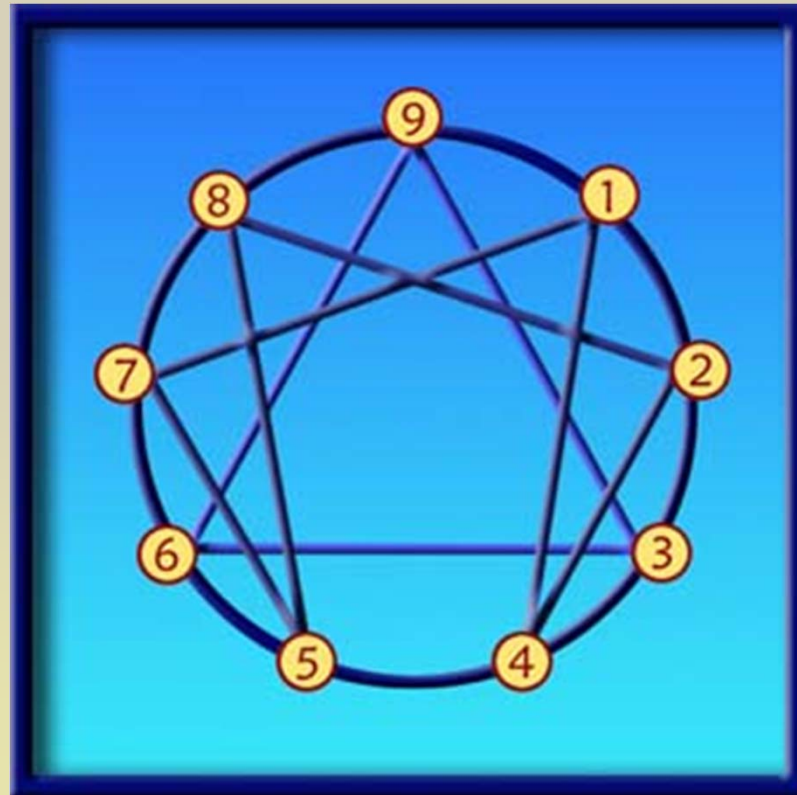
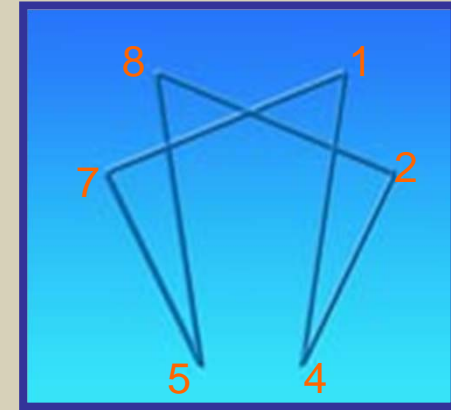
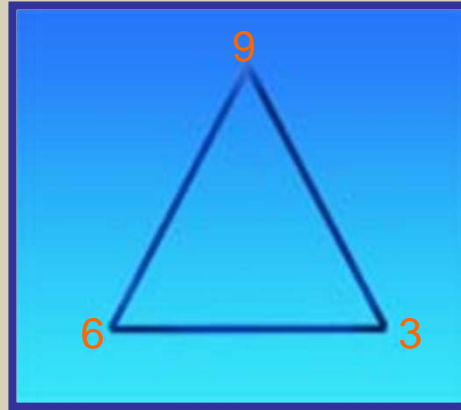
QUÉ ES EL ENEAGRAMA

- Un conocimiento del EGO
- Un reconocimiento del ALMA. Por tanto, un instrumento en el crecimiento psicológico y espiritual
- Una forma de comprender mejor a los demás y mejorar las relaciones personales
- Un recurso en el acompañamiento personal

CARECTERÍSTICAS DEL ENEAGRAMA

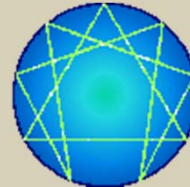
- Nueve tipos de EGO
- Todos los Tipos están conectados
- Pertenece a un Tipo Básico. Pero cada persona es mucho más que el Tipo
- El Tipo responde a la HERIDA BÁSICA que ha dado lugar al EGO de cada persona
- Cada Tipo es diferente, ni mejor ni peor
- En nuestro Tipo se puede estar “SANO”(domina el ALMA) o “INSANO”(domina el EGO)
- Para cada Tipo se conoce el camino de crecimiento y el de retroceso
- Difícilmente superamos en nuestra vida el Tipo

EL GRÁFICO DEL ENEAGRAMA

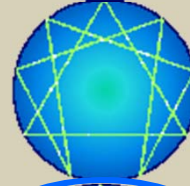


Los Centros Intelectual, Emocional e Instintivo en EL EGO y en EL ALMA

**DOMINIO
DEL
ALMA**



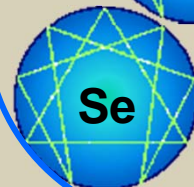
Centro Intelectual Superior
IDEAS SANTAS



Centro Emocional Superior
VIRTUDES



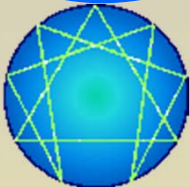
Centro Instintivo



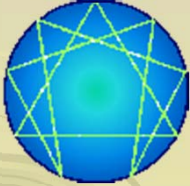
Centro Emocional Inferior
PASIONES



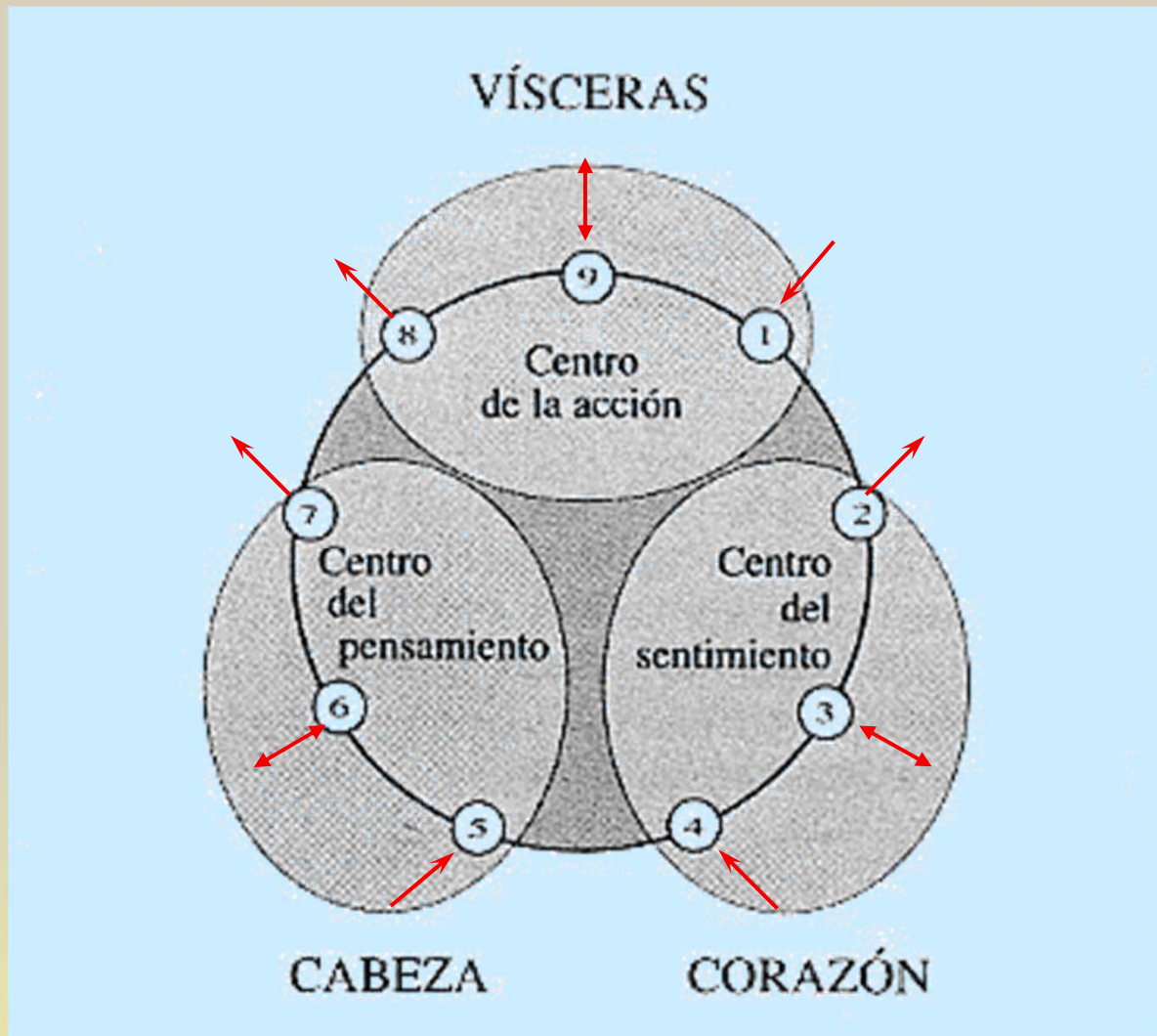
Centro Intelectual Inferior
FIJACIÓN Y TRAMPA



**DOMINIO
DEL
EGO**



LOS TRES CENTROS Y EL YO TRIÁDICO



ANALIZAREMOS EN CADA TIPO

- **LA TRAMPA.** Cualidad con la que El EGO se JUSTIFICA
- **LA PASIÓN.** Emoción dañina y compulsiva del EGO que bloquea el crecimiento
- **LA FIJACIÓN.** Errores cognitivos fruto de la Trampa y la Pasión. *“Mi manera de ver el mundo es la mejor, e incluso la única correcta”*
- **MECANISMO DE DEFENSA.** Cómo evita la Angustia Básica
- **VIRTUD.** Antídoto a las Pasiones
- **IDEA SANTA.** Antídoto a las Fijaciones

LA TRÍADA DEL CORAZÓN: SIENTEN (CARACTERÍSTICAS DEL EGO)

INTERÉS: apego a la imagen para atraer amor

TRAMPA: La Vanidad

PROBLEMAS DE: falta de Autoestima

BUSCAN: aprobación de los demás. Son seductores

EN LA INFANCIA: fueron heridos en los sentimientos.
Son carentes, desvalidos y necesitados.

TIENDEN: a La Tristeza

PIENSAN DESDE: La Síntesis

INTUYEN DESDE: El Sentimiento

El Tipo 2 necesita “ser necesitado”. EL AYUDADOR

El Tipo 3 necesita “ser admirado”. EL TRIUNFADOR

El Tipo 4 necesita “ser comprendido”. EL ESPECIAL

TIPO 2. EGO - ADULACIÓN



OTROS NOMBRES

- El Ayudador
- El Complaciente
- El Amante

“Amar a alguien significa desear que viva y que sea él mismo”

Confucio



FIJÉMONOS EN EL EGO 2

- Trampa: EL SERVICIO A LOS DEMÁS
- Fijación: PRIVILEGIO (Abundancia)
- Pasión: EL ORGULLO
- Mecanismo de Defensa: LA REPRESIÓN
- Angustia Básica: LA NECESIDAD DE AMOR (Niega sus necesidades y la interiorización)
- Virtud a conseguir: LA HUMILDAD
- Idea Santa: VOLUNDAD/LIBERTAD
- Mensaje recibido en la Infancia: “NO ESTÁ BIEN TENER NECESIDADES” y “VALES POR LO QUE DAS”
- Mensaje olvidado en la Infancia: “ERES AMADO POR TI MISMO”
- Miedo Básico: NO SER AMADO
- Tiende a: CEDER SU VALÍA A OTROS

EL TIPO 2 INSANO

- Cree que sólo ayudando se conquista a los demás
- Descubre las necesidades de los demás para crear dependencias y manipulaciones
- Temiendo no ser amado hace sentirse a los demás indignos de su amor
- Invade a los demás con su ayuda hasta espantarlos
- Se vuelve agresivo y dominante como un “Tipo 8 INSANO””

EL TIPO 2 SANO

- Se siente bien y valioso al margen del amor de los demás
- Toma conciencia de sus necesidades
- Se cuida a sí mismo
- Deja que otros hagan cosas por sí solos
- Gana en Libertad (reconoce sus necesidades y carencias y se deja ayudar)
- Deja de ser soberbio y autoengañado y se vuelven profundo y auténtico como un “Tipo 4 SANO”

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 2

1. Me involucro profundamente en las necesidades de los demás
2. ¡Qué alegre soy y con qué facilidad expreso mis sentimientos!
3. Me siento bien por ser generoso y atento con los demás
4. Me da mucha alegría y me siento muy satisfecho cuando los demás reaccionan atentamente a mis ayudas
5. ¡Cuánto he hecho por la gente! Y ellos por mí mucho menos y además, que poco agradecidos son
6. Quizás doy demasiado y no me cuido a mí mismo lo suficiente
7. Me sorprendo conquistando a las personas con mis halagos.
8. ¡Qué alegría me da que vengan a mi casa mi familia y mis amigos!
9. Me intereso mucho por saber qué le pasa a las personas que quiero
10. Soy amable y “sanador de corazones rotos” pero también soy más duro y orgulloso de lo que parezco

TIPO 3. EGO - VANIDAD



OTROS NOMBRES

- El Triunfador
- El Organizador
- El Eficiente

“Conténtate con parecer lo que realmente eres”

Marcial



FIJÉMONOS EN EL EGO 3

- Trampa: LA EFICACIA
- Fijación: PRESTIGIO y SUPERIORIDAD (VANIDAD)
- Pasión: EL ENGAÑO (LA MENTIRA)
- Mecanismo de Defensa: IDENTIFICACIÓN CON LA IMAGEN
- Angustia Básica : EL FRACASO
- Virtud a conseguir: LA AUTENTICIDAD
- Idea Santa: ESPERANZA
- Mensaje de la Infancia: “NO ESTÁ BIEN TENER SENTIMIENTOS PROPIOS” y “VALES POR LO QUE RINDES”
- Mensaje Perdido: “ERES AMADO POR TI MISMO”
- Miedo Básico: CARECER DE VALÍA
- Tiende a: ENGAÑARSE A SÍ MISMO Y A LOS DEMÁS

TIPO 3 INSANO

- Actúa engañando a los demás para sacar provecho propio
- Sólo está bien si hacen algo valioso o productivo
- Se muestra encantador cuando algo le interesa
- Adopta una imagen que funcione
- Hace sentirse inútiles a los demás cuando no rinden, tratándolos con desprecio
- No soporta el fracaso ni la crítica pues él es “divino”
- Poco a poco se vuelve apático como el “Tipo 9 INSANO”

TIPO 3 SANO

- Se siente bien al margen del fracaso o del éxito.
- Se permite dudar y parar, aceptando ser corregido
- No vive sólo para el trabajo
- No da tanta importancia a lo que piensen de él
- Se toma tiempo para profundizar, pues vale por lo que es no por su imagen
- Gana en Autenticidad (deja de competir y colabora con amor)
- Deja de ser engreído y falso y colabora y se compromete con los demás con un “Tipo 6 SANO”

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 3

1. Me considero muy competente y me molesta mucho no rendir
2. Cuando todo me va “sobre ruedas” brillo con luz propia en mi interior por ser quien soy y por la vida que llevo
3. Me presento ante los demás con el mayor encanto y arreglo posible. Pero bueno, eso lo hacen todos ¿verdad?
4. Los sentimientos me suelen ser ajenos. Mejor voy a lo mío
5. No hay mejor palabra que “éxito” y peor que “fracaso”
6. Disimulo de maravilla. Nadie sabe cómo soy por dentro
7. Suelo esforzarme y trabajar todo lo que puedo para ser el mejor
8. Eso de “el fin justifica los medios” está bien inventado. Total, el éxito lo justifica todo
9. Me molesta muchísimo que me saquen algún defecto, por pequeño que sea, y no me aplaudan por lo excelente que soy
10. ¡Cómo puede estar la gente parada. El tiempo es oro! Tengo muchos proyectos y sé cómo cumplirlos

TIPO 4. EGO - MELANCOLÍA

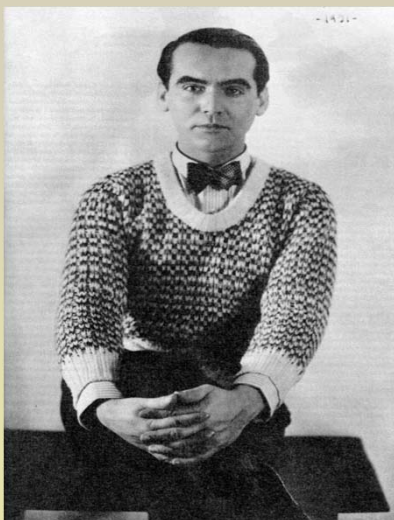


OTROS NOMBRES

- El Artista
- El Romántico
- El Especial

“Hay que ser un genio para gemir de modo atractivo”

Scott F.



FIJÉMONOS EN EL EGO 4

- Trampa: LA AUTENTICIDAD y SINGULARIDAD
- Fijación: LA MELANCOLÍA
- Pasión: LA ENVIDIA
- Mecanismo de Defensa: LA INTROSPECCIÓN
- Angustia Básica: LA VULGARIDAD
- Virtud a conseguir: LA ECUANIMIDAD
- Idea Santa: EL ORIGEN COMÚN
- Mensaje recibido: “NO ESTÁ BIEN SER MUY PRÁCTICO NI MUY FELIZ”
- Mensaje olvidado: “SE TE VE POR LO QUE ERES”
- Miedo Básico: NO SER UNO MISMO
- Tiende a: HACER COMPARACIONES NEGATIVAS

TIPO 4 INSANO

- Vive aferrado a sentimientos y al pasado intensificándolos con su imaginación
- Pasa por estados de ánimo muy variables y repentinos
- Vive depresivo y con apatía para cumplir con su deber
- No se valora a sí mismo y envidia los valores de los demás.
- Machaca a los demás con sus altibajos y tristezas
- Pasa del aislamiento a apegarse afectivamente a los demás, como un **“Tipo 2 INSANO”**

TIPO 4 SANO

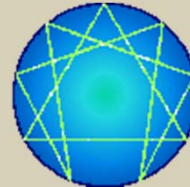
- Sabe que cada persona es única y especial
- No es elitista ni engreído
- Deja de estar obsesionado por su autenticidad y singularidad
- No se siente malo ni indigno
- Vive sin altibajos, con ecuanimidad y en el presente
- Es activo y cumplidor, valorándose a sí mismo y aprovechando el tiempo
- Deja de ser envidioso y atormentado y se vuelve objetivo y voluntarioso, con los pies en la tierra, como un **“Tipo 1 SANO”**

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 4

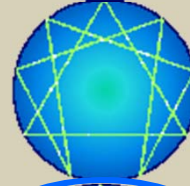
1. Algunos me consideran una persona enigmática y especial. !Y eso, en el fondo, me gusta !
2. Tiendo a sentirme solo, incluso cuando estoy con amigos
3. Qué raro soy: ¿pues no que la tristeza me hace sentirme vivo?
4. Si me critican o me abandonan puedo sentir que me matan, pues soy más temperamental y sensible que la mayoría
5. Soy capaz de perdonarme cualquier cosa menos el mal gusto
6. Conocerme a mi mismo y profundizar en el corazón humano es de las cosas principales y más apasionantes de mi vida
7. Puedo pasar en poco tiempo de estar en el Paraíso a estar en el Infierno
8. Tiendo a pasar ratos imaginando situaciones que nunca han existido
9. Entiendo muy bien lo que pasa en el corazón de los otros y conecto mucho con sus sufrimientos, pues los vivo como si fueran míos
10. !Qué cansina es la rutina diaria y qué apasionante es la creatividad y el arte!

Los Centros Intelectual, Emocional e Instintivo en EL EGO y en EL ALMA

**DOMINIO
DEL
ALMA**



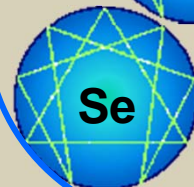
Centro Intelectual Superior
IDEAS SANTAS



Centro Emocional Superior
VIRTUDES



Centro Instintivo

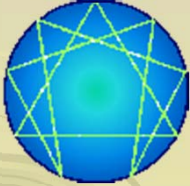
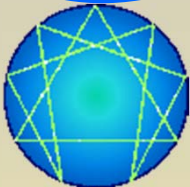


Centro Emocional Inferior
PASIONES



Centro Intelectual Inferior
FIJACIÓN Y TRAMPA

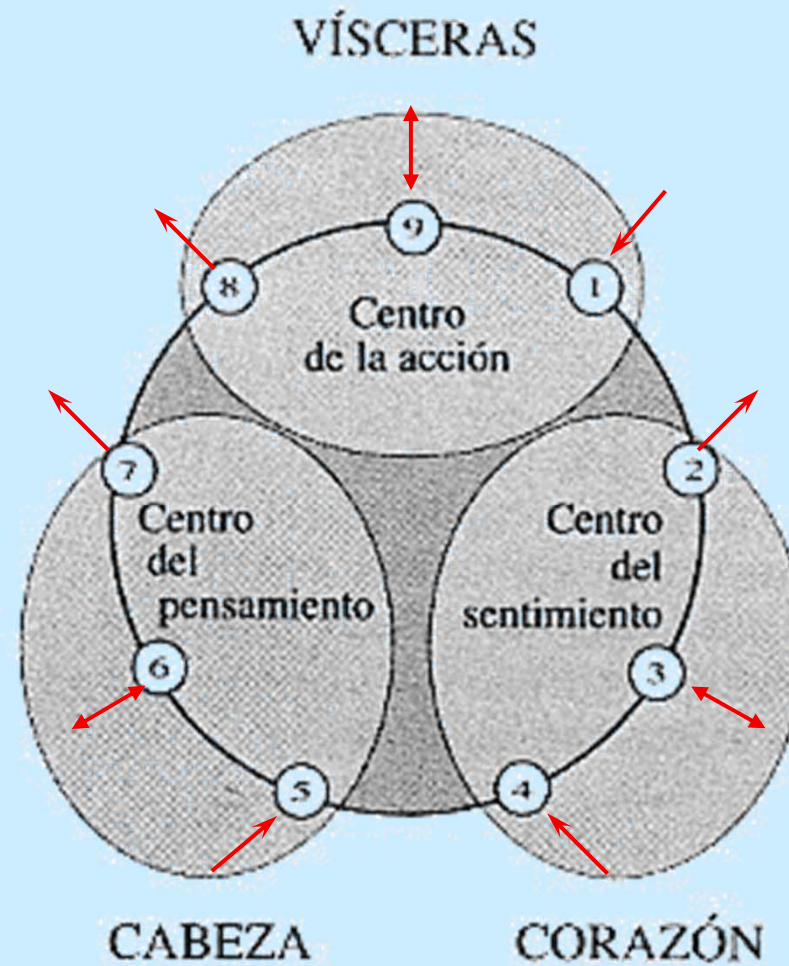
**DOMINIO
DEL
EGO**



ANALIZAREMOS EN CADA TIPO

- **LA TRAMPA.** “Virtud” con la que El EGO se JUSTIFICA
- **LA PASIÓN.** Emoción dañina y compulsiva del EGO que bloquea el crecimiento
- **LA FIJACIÓN.** Errores cognitivos fruto de la Trampa y la Pasión. *“Mi manera de ver el mundo es la mejor, e incluso la única correcta”*
- **MECANISMO DE DEFENSA.** Cómo evita la angustia. Angustia Básica.
- **VIRTUD.** Antídoto a las Pasiones
- **IDEA SANTA.** Antídoto a las Fijaciones

LOS TRES CENTROS Y EL YO TRIÁDICO



LA TRÍADA DE LA CABEZA: PIENSAN (CARACTERÍSTICAS DEL EGO)

INTERÉS: conseguir orientación interior

TRAMPA: La Ansiedad

PROBLEMAS DE: Tranquilidad Mental

BUSCAN: Seguridad y Conocimiento

EN LA INFANCIA: sintieron inseguridad interior

TIENDEN: al Miedo

PIENSAN DESDE: El Análisis

INTUYEN DESDE: La Racionalidad

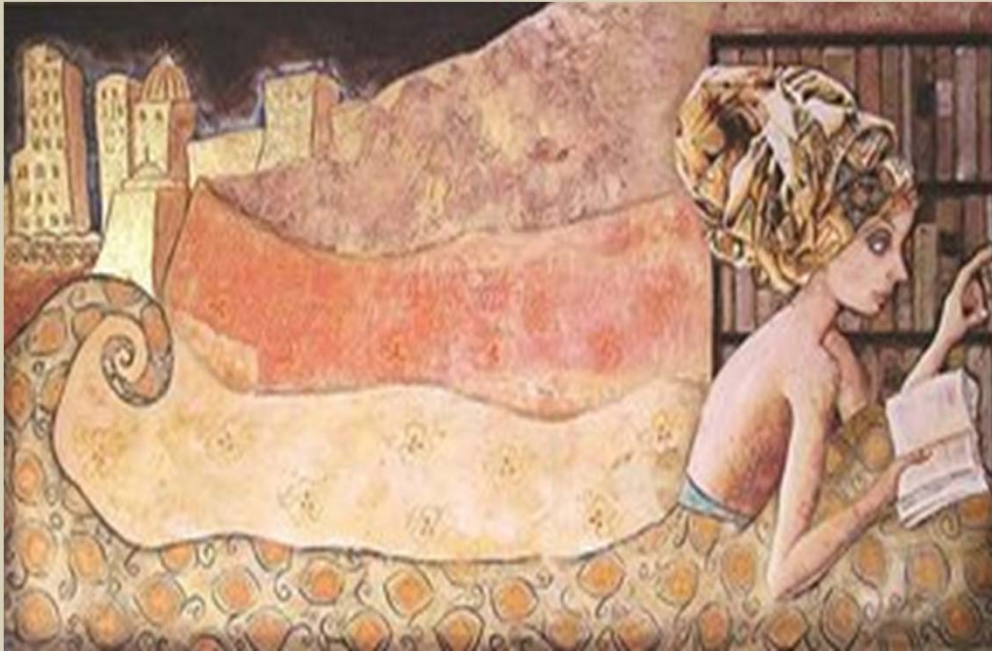
El tipo 5 se refugia en su mente. EL INVESTIGADOR

El tipo 6 se refugia en el orden establecido. EL LEAL

El tipo 7 se refugia en la aventura vital

EL ENTUSIASTA

TIPO 5. EGO - TACAÑERÍA



OTROS NOMBRES

- El Observador
- El Científico
- El Experto

“Puesto que no podemos saber todo lo que hay que saber de todo, deberíamos saber un poco de cada cosa”

Pascal



FIJÉMONOS EN EL EGO 5

- Trampa: EL CONOCIMIENTO
- Fijación: EL AHORRO
- Pasión: LA AVARICIA
- Mecanismo de Defensa: EL AISLAMIENTO
- Angustia Básica: EL VACIO INTERIOR
- Virtud a conseguir: LA GENEROSIDAD
- Idea Santa: OMNISCENCIA
- Mensaje Infantil Perdido: “NO ES BUENO ESTAR A GUSTO EN EL MUNDO”
- Mensaje Infantil Perdido: “TUS NECESIDADES NO SON PROBLEMA”
- Miedo Básico: SER IGNORANTE
- Tiende a: VALORAR EN EXCESO LO INTELECTUAL O MENTAL

TIPO 5 INSANO

- Cree que sólo vale si es experto en algo
- Se siente inseguro en lo que es y en lo que sabe
- Se aparta de la realidad y vive sólo en su mundo mental.
- Vive separado emocionalmente de los demás
- No encuentra un lugar en las realidades sociales y personales
- Temiendo no saber hacen sentir a los demás torpes e incompetentes
- Se puede volver hiperactivo y disperso como el Tipo 7 INSANO

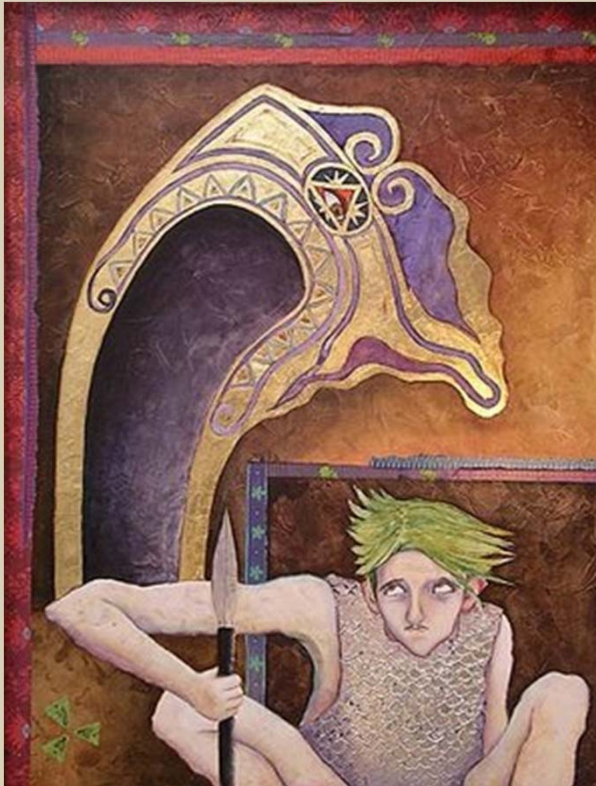
TIPO 5 SANO

- Confía en las personas y se siente bien con los demás
- Se desapega de sí mismo. Comparte lo que es y lo que tiene, volviéndose generoso
- Acepta sentimientos propios y ajenos integrándolos en su vida
- Integra el cuerpo y la sensualidad con la mente
- Tiene expectativas positivas y felices respecto al futuro
- Dejando atrás la Avaricia y la Indiferencia confía en sí mismo y pasa a la acción como el Tipo 8 SANO

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 5

1. Me gusta profundizar en las cosas y en los detalles hasta que lo he comprendido todo. Sé mucho sobre muchas cosas
2. Soy muy reservado. No dejo entrar a casi nadie en mi mundo
3. No me veo muy importante ni poderoso, más bien paso desapercibido. !Sería un buen espía!
4. Si hay que resolver un problema, que me dejen trabajando solo y encontraré la respuesta
5. Mi familia me considera un poco raro. Me dicen que tengo que salir más y ser más expresivo
6. Si los demás supieran lo que estoy pensando creerían que estoy loco
7. La mayoría de las personas son bastante ignorantes. No sé cómo el mundo puede funcionar así.
8. No se puede ser más raro que aquellos que se llaman "normales"
9. No es precisamente la generosidad mi principal virtud
10. Mi mente es tan activa que a veces me parece que está ardiendo

TIPO 6. EGO - COBARDÍA



OTROS NOMBRES

- El Leal
- El Tradicionalista
- El Responsable

“Sólo en el crecimiento, la reforma y el cambio se encuentra, con sorpresa, la verdadera seguridad”

A. M. Lindbergh



PARTICULARIDADES DEL TIPO 6

- Parece ser el más frecuente
- Se confunde fácilmente con otros Tipos
- La clave está en su INSEGURIDAD
- Existen del Tipo 6 dos Subtipos
 - FÓBICO (Cobarde)
 - CONTRAFÓBICO (Arriesgado)
- La dinámica 6 – 3 INSANA es frecuente y peligrosa

FIJÉMONOS EN EL EGO 6

- Trampa: LA RESPONSABILIDAD
- Fijación: LA DESCONFIANZA
- Pasión: EL MIEDO
- Mecanismo de Defensa: PROYECCIÓN
- ANGUSTIA Básica: LA TRANSGRESIÓN o INCUMPLIMIENTO
- Virtud a conseguir: EL VALOR
- Idea Santa: LA FE (Confianza)
- Mensaje Infantil: “NO ESTÁ BIEN CONFIAR EN UNO MISMO”
- Mensaje Infantil Perdido: “ESTÁS SEGURO. NO PASA NADA”
- Miedo Básico: “NO TENER APOYO O SEGURIDAD”
- Tiende a: “APOYARSE EN LAS NORMAS Y GRUPOS”

TIPO 6 INSANO

- Depende de lo exterior para orientarse
- Desconfía de lo nuevo y de las intenciones de los demás
- Se aferra incondicionalmente a lo conocido
- Se queja y pone a prueba la lealtad de los demás
- Temiendo no estar seguro hace sentir inseguros a los demás (Proyección)
- Se vuelve arrogante, competitivo y mentiroso como el Tipo 3 INSANO

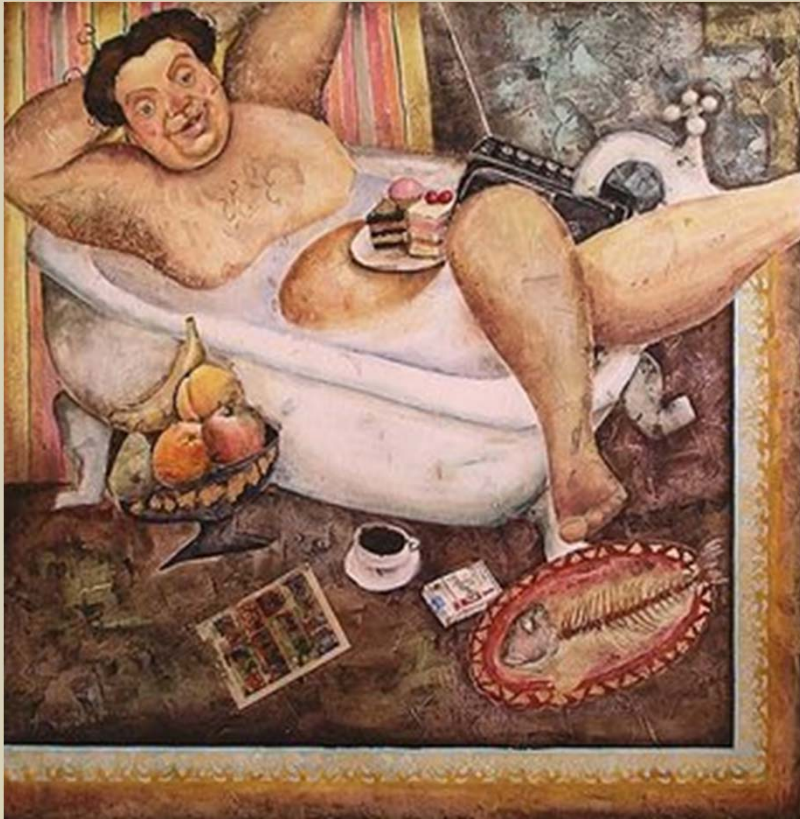
TIPO 6 SANO

- Se hace sereno y valeroso
- Confía en si mismo y actúa sin necesidad de que todo esté claro y seguro
- Relativiza su sentido de la Responsabilidad y la constante actividad previsora
- Conectado con si mismo abandona la actitud paranoide
- Aparece la virtud de la Confianza
- Deja atrás la inseguridad y el pesimismo y se vuelve relajado y positivo como el Tipo 9 SANO

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 6

1. Me atrae la autoridad, pero a la vez desconfío de ella
2. Si cometo algún error temo que todos me van a criticar de inmediato
3. Me siento más seguro haciendo lo que se espera de mí que obrando por mi cuenta
4. Es posible que no siempre esté de acuerdo con las reglas, y a veces no las cumpla, pero siempre quiero conocerlas
5. Tiendo a tener primeras impresiones fuertes sobre las personas y me cuesta cambiarlas
6. Hay algunas personas a las que admiro de veras. Son héroes para mí
7. Deseo fiarme de las personas pero me sorprende desconfiando de sus motivos
8. Soy muy trabajador, no paro hasta terminar mi deber pues mi sentido de la responsabilidad es muy grande
9. ¡Qué raro! Soy escéptico y desconfiado, y de pronto me dejo engañar como un niño
10. ANSIEDAD podría ser mi apellido

TIPO 7. EGO - PLANIFICACIÓN



OTROS NOMBRES

- El Optimista
- El Emprendedor
- El Epicúreo

“Ningún placer es malo, pero los medios para llegar a ciertos placeres producen sufrimientos que superan con creces al placer”

Epicuro



FIJÉMONOS EN EL EGO 7

- Trampa: ESTAR A GUSTO (IDEALISMO)
- Fijación: LA PLANIFICACIÓN
- Pasión: LA GULA
- Mecanismo de Defensa: LA RACIONALIZACIÓN
- Angustia Básica: EL SUFRIMIENTO
- Virtud a conseguir: LA SOBRIEDAD
- Idea Santa: EL TRABAJO
- Mensaje Infantil: “NO ESTÁ BIEN DEPENDER DE ALGUIEN PARA NADA”
- Mensaje Infantil Perdido: “ESTÁS ATENDIDO”
- Miedo Básico: A SER DESVALIDO Y SUFRIR
- Tienden a: ADELANTARSE A LO QUE VIENE

TIPO 7 INSANO

- Su mente no para de Planificar
- Piensa que siempre hay algo mejor en otra parte
- Confunde y acelera a los demás exigiendo que cumplan sus planes
- Huye compulsivamente del Sufrimiento e Infelicidad
- Teme cualquier tipo de dolor y privación y los ocasiona a los demás
- Hace lo que le apetece
- Se hace adicto al Alcohol
- Su dispersión se transforma en perfeccionismo y exigencia como el Tipo 1 INSANO

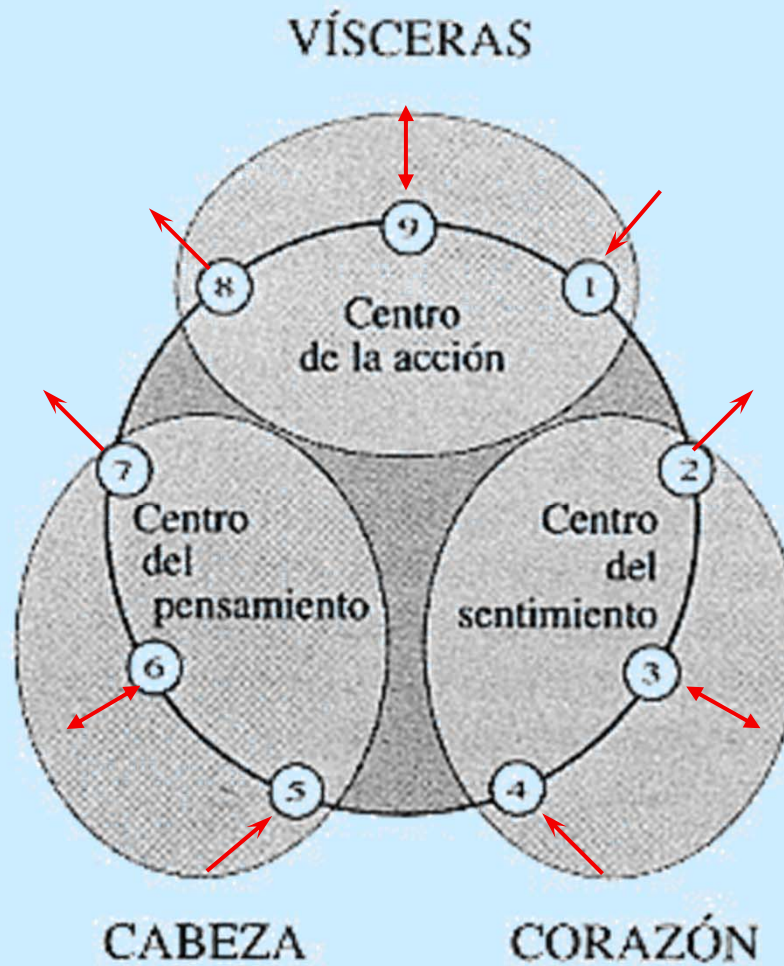
TIPO 7 SANO

- Se siente satisfecho con lo que tiene
- Entra en las dificultades sin huir de ellas
- Su mente está aquietada y no dispersa en planes
- Es austero en necesidades y deseos
- Entra en la profundidad del Ser aunque encuentre sufrimiento
- Deja a un lado la glotonería y dispersión para vivir en la profundidad y austeridad como el Tipo 5 SANO

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 7

1. !Qué apasionante es el torbellino de la vida!, viajar, conocer personas, comidas, experiencias. !Fabuloso!
2. Mi agenda, y sobretodo mi cabeza, siempre está llena de planes y proyectos
3. Mi mente no para de parlotear, pienso en mil cosas a la vez
4. No hay peor palabra que “Aburrimiento”
5. Mientras dura algo interesante, bien. Cuando se acaba, paso página
6. Disfruto planificando mil cosas aunque luego me cuesta llevarlas a la práctica
7. Cuando me apetece algo encuentro la manera de obtenerlo
8. Me pongo triste de vez en cuando, pero pronto levanto cabeza
9. Me distraigo con facilidad y me disperso demasiado
10. Me encanta estar con gente divertida, siempre que la batuta la lleve yo

LOS TRES CENTROS Y EL YO TRIÁDICO



LA TRIADA DE LAS VÍSCERAS: HACEN (CARACTERÍSTICAS DEL EGO)

INTERÉS: resistencia y delimitación del entorno

TRAMPA: influir sin ser influidos. Poner barreras

PROBLEMAS DE: resistencia a la realidad

BUSCAN: Autonomía

EN LA INFANCIA: no tuvieron espacio vital suficiente

TIENDEN: a La Ira

PIENSAN DESDE: La Analogía

INTUYEN DESDE: La Sensación

El tipo 8 lucha contra el entorno. EL LIDER

El tipo 9 se cansa de luchar. EL PACIFICADOR

El tipo 1 lucha contra sí. EL MORALISTA

TIPO 8. EGO - VENGANZA

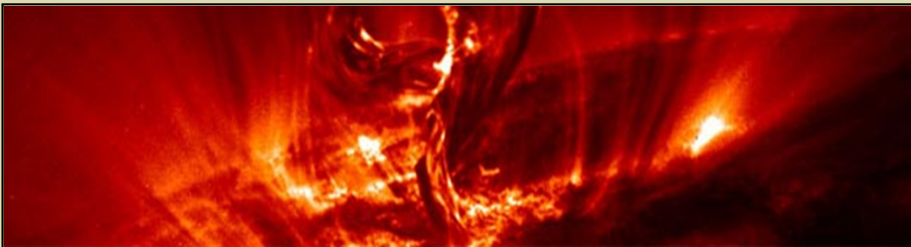


OTROS NOMBRES

- El Líder
- El Protector
- El Inconformista

“Para todos los conflictos humanos hay que desarrollar un método que rechace la venganza, la agresión y las represalias. El cimiento de ese método es el amor”

M. LUTHER KING



FIJÉMONOS EN EL EGO 8

- Trampa: LA JUSTICIA
- Fijación: LA VENGANZA
- Pasión :LA LUJURIA (Vehemencia)
- Mecanismo de Defensa: LA FORTALEZA
- Angustia Básica: LA DEBILIDAD
- Virtud a conseguir: LA INOCENCIA
- Idea Santa: EL SER
- Mensaje Infantil: “NO ESTÁ BIEN SER DÉBIL NI CONFIAR EN ALGUIEN”
- Mensaje Infantil Perdido: “NO SERÁS TRAICIONADO”
- Miedo Básico: A SER DAÑADO O CONTROLADO
- Tiende a: FORZAR Y CONTROLAR A LOS OTROS

TIPO 8 INSANO

- Cree que todo lo puede con su lucha y esfuerzo
- Domina a los demás exigiendo que cumplan su voluntad
- Temiendo que otros le hagan daño infunde miedo con amenazas y venganzas
- Ve la realidad en “blanco y negro” sin matizaciones
- No acepta su debilidad rechazándola con violencia
- Exige bajo amenazas que se haga su voluntad
- De pronto se vuelve reservado y temeroso como el Tipo 5 INSANO

TIPO 8 SANO

- Acepta su debilidad y experimenta sus sentimientos
- No desconfía vengativamente
- Baja la guardia y se deja tocar el corazón apareciendo en él la Inocencia
- Pide ayuda pues reconoce su debilidad
- Es capaz de percibir los matices que tiene la realidad
- Vive de forma moderada sin excesos
- Deja la lujuria y el control y aparece la ternura y la debilidad como en el Tipo 2 SANO

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 8

1. Hay que “romper algunos huevos” para hacer una tortilla
2. Cuando quiero a las personas las considero “mi gente” y siento la necesidad de cuidar de sus intereses
3. Sé cómo obtener resultados y cómo estimular a las personas para que hagan cosas
4. “El que me la hace me la paga” y si es con “IVA incluido” mejor
5. La debilidad sólo trae problemas. No siento compasión por las personas blandas e indecisas
6. Tengo una voluntad de hierro y no me echo atrás por nada
7. Digo las cosas a las claras y al que le moleste que se aguante
8. ¡Qué orgulloso me siento cuando salen adelante los que he tomado bajo mi protección!
9. He tenido que luchar mucho por lo que tengo. Eso me endurece y es bueno que sea así
10. A alguien le tiene que tocar perder y ése no quiero ser yo

TIPO 9. EGO - INDOLENCIA

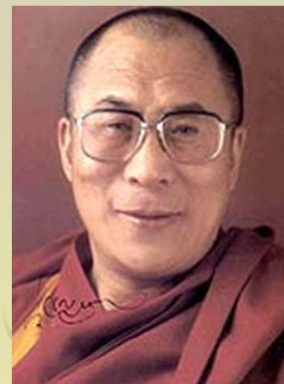


OTROS NOMBRES

- El Pacificador
- El Reconciliador
- El Donnadie

“Hay un precio demasiado elevado para obtener la paz: el precio de la dignidad humana”

SCHOPENHAUER



FIJÉMONOS EN EL EGO 9

- Trampa: LA BONDAD Y LA PAZ
- Fijación: LA INDOLENCIA (Dejadez)
- Pasión: LA PEREZA
- Mecanismo de defensa: LA RENUNCIA
- Angustia Básica: EL CONFLICTO
- Virtud a conseguir: LA ACCIÓN
- Idea Santa: EL AMOR
- Mensaje Infantil: “NO ESTÁ BIEN HACERSE VALER”
- Mensaje Infantil Perdido: “TÚ IMPORTAS”
- Miedo Básico: A LA DESCONEXIÓN Y PÉRDIDA DE LA PAZ
- Tiende a: RESISTIR PASIVAMENTE Y DORMIR

TIPO 9 INSANO

- Se adapta aparentemente a toda situación para evitar el Conflicto
- Se evade y se resiste de forma pasivo-agresiva
- Teme perder el contacto con los demás y se desconecta
- Se evade de los problemas
- Está siempre cansado, haciéndose adicto al sueño, la comida y la dejadez
- Su satisfacción se transforma en angustia e inseguridad como en el Tipo 6 INSANO

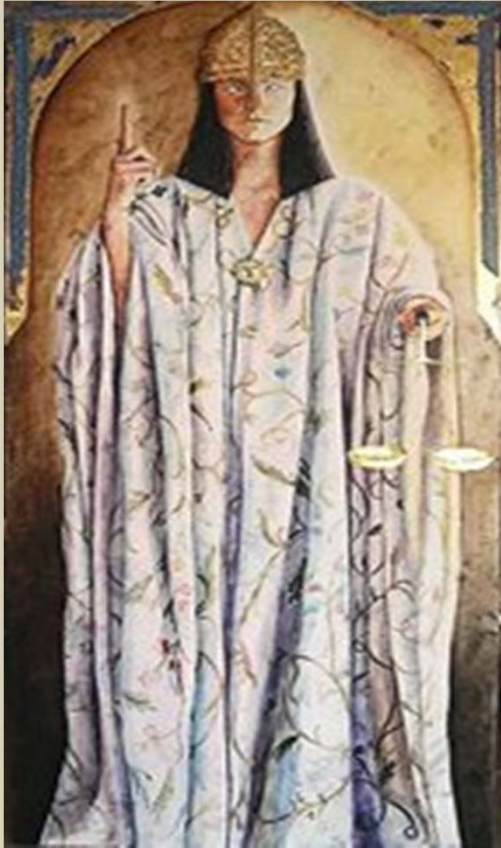
TIPO 9 SANO

- Se siente despierto y activo
- Entra en contacto con su potencial interior y se plantea objetivos que cumple
- Asume y afronta los conflictos
- Se hace asertivo y se valora
- Sabe distinguir lo fundamental de lo secundario y actúa en consecuencia
- No vive condicionado por los demás
- Deja la Pereza y el Descuido y se vuelve activo y enérgico como el Tipo 3 SANO

CUESTIONARIO PARA EL TIPO 9

1. Parece que lo que más les gusta a los demás de mi carácter es que inspiro tranquilidad
2. Me da igual estar sólo que acompañado, siempre que yo tenga paz
3. Estar cómodo en todos los sentidos es importantísimo para mi
4. Prefiero ceder antes que se líe “la marimorena”
5. Sin lugar a duda el mejor invento de la humanidad ha sido la cama
6. Me dicen que “tengo la sangre de horchata” y es verdad que soy más lento que la mayoría y me cuesta reaccionar
7. Soy fácil de complacer pues me conformo con lo que tengo
8. ¿Porqué la gente se pone tan frenética por cualquier cosa?
9. Hay que aceptar lo que trae la vida. Total, casi nada se puede cambiar
10. Comprendo los distintos puntos de vista de unos y otros y tiendo a ver la verdad que hay en cada uno de ellos

TIPO 1. EGO - RESENTIMIENTO



OTROS NOMBRES

- El Perfeccionista
- El Moralista
- El Reformador

“Jamás tendremos amigos si esperamos encontrarlos sin defectos”
J. STUART MILL



FIJÉMONOS EN EL EGO 1

- Trampa: LA PERFECCIÓN
- Fijación: EL ENFADO Y RESENTIMIENTO
- Pasión : LA IRA (reprimida)
- Mecanismo de Defensa: LA IDEALIZACIÓN MORAL
- Angustia Básica: LA CÓLERA
- Virtud a conseguir: LA SERENIDAD
- Idea Santa: LA PERFECCIÓN
- Mensaje Infantil: “NO ESTÁ BIEN COMETER ERRORES”
- Mensaje Infantil Perdido: “PARA SER BUENO NO HAY QUE SER PERFECTO”
- Miedo Básico: A SER MALO E INMORAL
- Tiende a: CORREGIR Y JUZGAR

TIPO 1 INSANO

- Manifiesta constantemente un estado de mal humor que dificulta la convivencia
- Corrige a los demás los defectos más pequeños
- No soporta ser corregido
- Tiene estallidos incontrolados de Ira por cosas insignificantes
- Sermonea para que compartan los demás sus criterios perfeccionistas
- Temiendo ser malo destaca la maldad de los demás.
- Se vuelve triste y aislado como el Tipo 4 INSANO

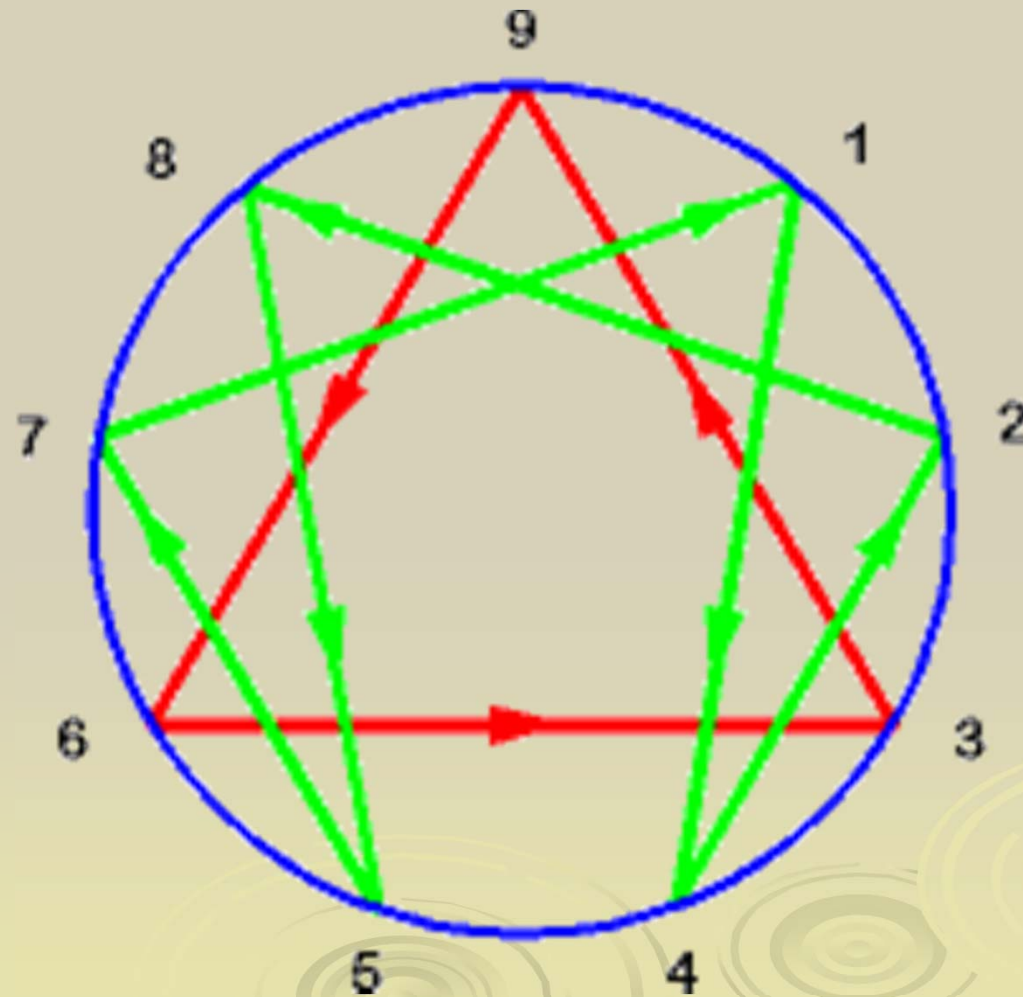
TIPO 1 SANO

- Es sereno, relativizando las imperfecciones a favor de la calidad de vida
- Vive alegre y con sentido del humor
- Sabe que su bondad no está ligada al perfeccionismo
- Reconoce las razones de los demás y se vuelve tolerante, bajando su guardia
- No sobrevalora el sentido del deber y los valores morales
- Deja el mal humor y se vuelve espontáneo y divertido como el Tipo 7 SANO

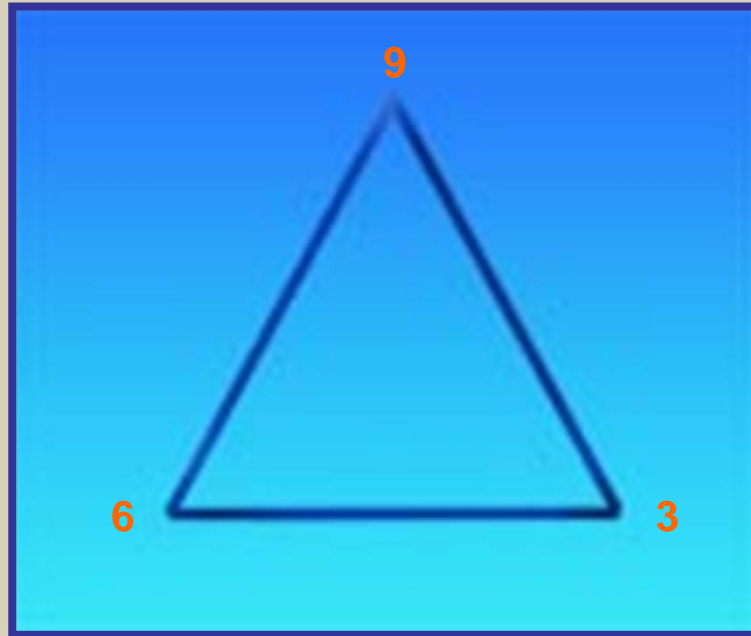
CUESTIONARIO PARA EL TIPO 1

1. Me considero una persona seria y correcta. Soy fiel a mis principios cueste lo que cueste
2. Los demás dicen que soy resentido y no pido perdón. !Si supieran lo que me entra cuando me corrigen, no lo harían nunca!
3. Tengo la impresión de tener un juez dentro de mi. Unas veces ese juez es sabio, otras veces me tortura
4. Creo que tengo que pagar un alto precio por mi perfección. Lo noto en que caigo antipático a más de una persona
5. Mi familia me dice que origino tensiones en la convivencia por mi carácter y que debería tener más sentido del humor
6. No entiendo porqué a tantas personas les da igual 8 que 80. ! Así va el mundo!
7. La mayoría comete tantos errores que tengo que estar constantemente corrigiéndolos. Sólo si hago yo las cosas pueden salir perfectas
8. Soy muy minucioso haciendo mis cosas pues no soporto cometer el más mínimo fallo
9. A veces creo que tengo una misión personal en la vida para algo superior
10. Lo que está bien está bien y lo que está mal está mal !Y punto!

SENTIDO DE LA COMPULSIÓN (FLECHA) Y DEL CRECIMIENTO

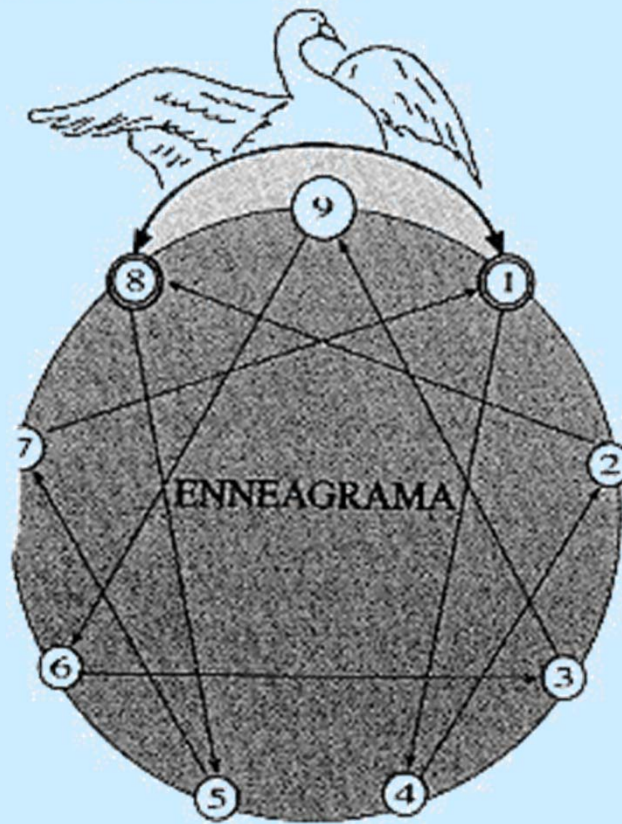


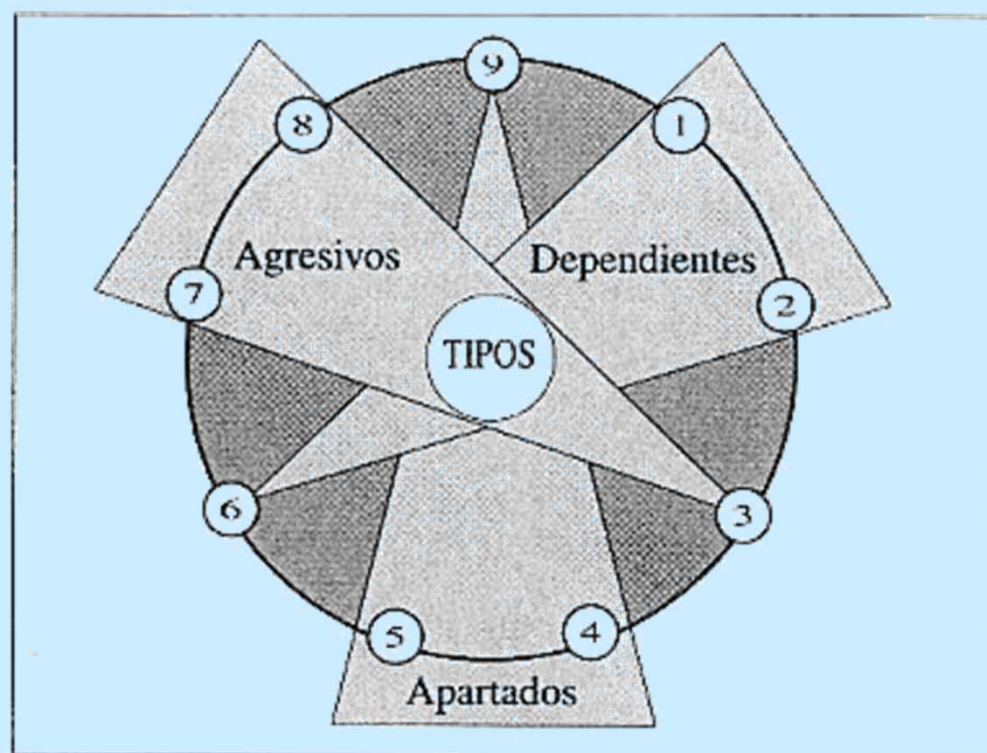
EL TRIÁNGULO CENTRAL Y LAS TRES FASES EN LA FORMACIÓN DEL EGO



- 1ª.- Punto 9: VACIO. IMPOTENCIA. **IRA**
- 2ª.- Punto 6: INDEFENSIÓN: **MIEDO**
- 3ª.- Punto 3: DESVALIMIENTO: **TRISTEZA (IMAGEN)**

LAS DOS “ALAS” DE CADA TIPO





En la práctica, las tres tríadas asumen actitudes que brotan del propio centro reprimido o menos integrado.

- Los *agresivos* («3» «7» y «8») han reprimido el centro emotivo.
- Los *dependientes* («1», «2» y «6») han reprimido el centro intelectual.
- Los *apartados* («4», «5» y «9») han reprimido el centro instintivo.

CONOZCO MI TIPO ¿AHORA QUÉ?

EL OBSERVADOR INTERIOR

“Pillarnos por sorpresa sin culpabilizarnos”

- Mantener el estado de PRESENCIA (Consciencia)
- Observar nuestra Personalidad en acción
- No actuar llevados por impulsos

MIEDOS INCONSCIENTES DE CADA TRÍADA

TRÍADA DEL CORAZÓN

“Si dejo de identificarme con mi imagen se verá que soy horrible y no me amarán. Sólo me pueden amar si permanezco en la IMAGEN de mi EGO”

TRÍADA DE LA CABEZA

“Si dejo de pensar en lo que tengo que hacer desaparecerá el suelo bajo mis pies. No se puede confiar en el mundo. Si mi mente deja de “nadar” me hundiré”

TRÍADA DE LAS VÍSCERAS

“Si bajo la guardia y me relajo, la corriente de la vida me hará desaparecer. Si me abro al mundo, el mundo me aniquilará”

LOS TIPOS FÍSICOS



SELECCIÓN BIBLIOGRÁFICA

- PANGRAZZI, A. “El Eneagrama un camino hacia la Felicidad”. *Edit. Paulinas*
- RISO y HUDSON. “La Sabiduría del Eneagrama”. *Edit. Urano*
- MAITRI, S. “La dimensión espiritual del Eneagrama. Nueve Rostros del Alma”
Edit. Liebre de Marzo