

ENEAGRAMA

Carmen Durán

Antonio Catalán

Los engaños del carácter y sus antídotos



(NOTA DEL PROFESOR):

Esta lectura, extraída del libro a nuestra izquierda contiene el resumen de las pasiones capitales y las fijaciones, ambos, aspectos del carácter, en su aspecto neurótico.

Es importante su lectura y reflexión si queremos comprender los motores que subyacen a nuestra conducta “menos sana” y poder apuntar así hacia los antídotos que nos pueden liberar de ella.

Lo mismo si queremos ayudar terapéuticamente a otros, por no quedarnos únicamente atrapados en lo que “muestran” sino saber lo que les mueve en

muchas ocasiones.

Así mismo me parece importante recordar y recalcar que todos usamos de diferentes maneras todas ellas, aunque nos hayamos especializado más en unas que en otras, pero tendremos que lidiar con esto en numerosos momentos de nuestra vida. Tanto en nosotros como en quienes nos rodean

Recordemos que los seres humanos somos mucho más que nuestro carácter, o nuestra personalidad, defensas, deseos, etc. Podemos elegir y podemos transformarnos. Podemos crecer y tenemos derecho a superar nuestras limitaciones. Para eso son estas herramientas. No nos quedemos “atrapados” en “vernors a través de estos espejos”. Ese es sólo un paso inicial para reconocer aspectos nuestros sin que queden ocultos, pero luego podremos ir más allá.

Por último quiero recomendaros la lectura de este libro. Aúna perfectamente la psicología tradicional con el eneagrama (los autores son psicólogos clínicos). Y explica de manera muy reveladora la creación del carácter como una defensa adaptativa y las consecuencias que ello tiene en generar en nosotros una pelea interna entre nuestro “yo más real” y el “personaje” que hemos fabricado (y todo lo que esto conlleva en nuestro día a día).

PASIONES DOMINANTES (ASPECTO EMOCIONAL QUE NOS HACE PERDER NUESTRO CENTRO)

Ira (eneatipo 1)

Es la pasión dominante del eneatipo 1. La ira podemos definirla como una rabia justiciera. Aunque puede expresarse en forma explosiva, y entonces es muy violenta y atemorizante, en general lo hace en forma fría, como un resentimiento soterrado, donde la violencia está contenida y tiene más carga el aspecto justiciero. Aun en los casos en que la expresión de la ira es sólo verbal, y en ocasiones sólo gestual, los demás perciben muy claramente la violencia que hay detrás, negada por el sujeto, que sólo ve su buena intención y no entiende el rechazo que produce.

Solemos asociar la ira a lo explosivo, pero en el caso de la pasión de la ira, aunque la constitución física, o al menos la carga energética, suele ser fuerte, y es fácil pensar que pueden ser sujetos muy peligrosos en la expresión de la violencia, hay un auténtico tabú respecto a dejarse dominar por ella, de manera que no son las personas que más frecuentemente la manifiestan en forma explosiva. A menudo, incluso, encontramos personas que tienden a fantasear con lo destructiva y peligrosa que podría llegar a ser su ira como una forma de evitar expresarla, y cuyo resultado no es la explosividad supuesta sino la contención. Un objetor de conciencia, encarcelado, sostenía que sabía que podía llegar a matar en la violencia de una pelea, pero no podía permitírselo en una guerra, no podía dejar sin control esa violencia. Si bien en la expresión verbal hay siempre una especial dureza, no es así en las explosiones que son similares a los estallidos de violencia de cualquier otro tipo de carácter.

La ira es una pasión dura, que hace referencia a una constante oposición a la realidad (siempre perfectible), más que a las explosiones concretas. La ira se mantiene inconsciente detrás de las conductas animadas por ella. La actitud iracunda puede entenderse como un estar en contra de la realidad inmediata, sea externa o interna, como una desaprobación, un querer eliminar algo inadecuado o incorrecto, que muchas veces se manifiesta como querer mejorarlo, una actitud autoritaria y directiva que se siente impulsada a intervenir y dirigir las vidas de los demás.

Las cosas que son consideradas malas o incorrectas se constituyen en una especie de ofensa para la forma en que el universo debería ser, y por tanto no deberían existir. En esta forma de enjuiciar hay una falta de medida, como si cualquier error fuera considerado garrafal. Y, por otra parte, una implicación personal en eliminarlo, una reacción interna de mucha rabia ante los errores y una

exigencia de corregirlo. Rabia que está totalmente justificada en el tener razón. Tiene un punto de implacabilidad, de frialdad, teñido por el resentimiento hacia los demás que se permiten hacer cosas que para mí son absolutamente prohibidas. De manera que cuando alguien se salta las normas consideradas como buenas, cuando tiene una conducta inadecuada, hay una tendencia interna a «eliminarlo» desde la fantasía; uno se convierte en un «asesino» que liquida internamente a esa persona, aunque externamente la manifestación de su rabia sea tan sólo la distancia o una justa indignación verbal.

Según el punto de vista de Horney, la persona cuya pasión dominante es la ira ha elegido la solución de «dominio» frente al conflicto básico. Se acerca mucho al tipo que ella describe como perfeccionista. También podemos encontrar excelentes descripciones de la estructura de carácter, que se sostiene sobre la ira, a nivel social. Max Weber lo describe en *La ética protestante y el espíritu del capitalismo*, y David Riessman en *La muchedumbre solitaria* cuando habla del «hombre internamente dirigido».

Orgullo (eneatipo 2)

Es la pasión dominante del eneatipo 2. El orgullo contiene ira. Ira narcisista que explota con más facilidad que en el 1, en el momento en que se siente atacado en su posición de superioridad. En el orgullo hay un cierto tono agresivo, poco consciente, que se manifiesta en la dificultad para ver al otro y en la facilidad para invadirlo y manipularlo, encubierto por el matiz que le da la ternura, a menudo envuelto en bromas «inocentes» que ponen en evidencia a los demás. La superioridad se ejerce tratando de ayudar, convencido de lo generoso de esa actitud y sin ver lo invasivo ni la tendencia a ningunear al otro.

El orgullo conlleva un alto aprecio por sí mismo, que oculta una profunda inseguridad, un temor a no ser querido y a no poder querer a nadie. El orgullo se sostiene en ser el elegido, en ser querido, por el hecho de ser especiales. Por definición, hace referencia a tener una estima excesiva de nuestra propia importancia, entraña una inflación de la imagen, un hacerse más grande y mejor de lo que uno es (porque en el fondo necesita engañar a los peligrosos y profundos sentimientos de inseguridad que nos pondrían a merced de los demás). Con el fin de poder sostener esta posición, esta pasión, hay que hacer un poco de teatro, hay que apoyarse en la imaginación, intensificar ciertos rasgos, ocultar otros e interpretar algunos de la manera que mejor convenga al orgullo. Y frente a las dudas internas, a los momentos en que esta imagen se resquebraja, tiene que poder acudir a la validación

social. Hace grandes esfuerzos por complacer a los demás, cree adivinar lo que el otro necesita y se lo ofrece, con una especie de naturalidad que oculta la conciencia del sacrificio para conseguir el aplauso.

De esta manera, desde el orgullo hay que cultivar la imagen con una combinación de fantasía y apoyo de las personas conocidas, previamente contagiadas de ese sentimiento de exaltación personal, que se transmite sin grandes esfuerzos, como si se inoculara en el prójimo la propia grandiosidad, como si todos necesitáramos creer en que es posible que exista alguien que se sienta tan seguro y contento de sí mismo, y si puede sentirse así, debe ser porque es realmente alguien muy valioso. Habitualmente, su deseo de ser el centro se cumple y esto confirma lo especial que es y sostiene el orgullo. Hay un autoengaño que los demás suelen confirmar. La pasión de gustar y la actitud seductora, que la acompaña, se transforman en ira o en depresión cuando no tiene eco.

Desde el orgullo se vuelve necesario disminuir al otro para mantener la propia grandeza. En el orgullo hay una necesidad de dar, una generosidad que tiene ese matiz, apuntalar el orgullo, demostrar que tengo mucho que ofrecer, como si con ese hecho se negara la carencia. El otro no cuenta más que como espejo que refleja la propia abundancia, por eso no suele dar lo que el otro necesita, sino lo que quiere dar. Por otra parte, es imprescindible que el otro lo crea, puesto que eso evita tener que darse cuenta de la inseguridad y la carencia.

Detrás del orgullo está la envidia negada. También implica una cierta represión del temor y la culpa y una falta de conciencia de los límites.

Desde el punto de vista de Horney, ésta sería asimismo una «solución de dominio» frente al conflicto básico, pero se diferenciaría del iracundo en que en este tipo hay mucha más autocomplacencia, es más cercano a lo que ella llama narcisista.

Vanidad (eneatipo 3)

Es la pasión dominante del eneatipo 3. Es una pasión por parecer bien, por tener una buena imagen. Hay —como en el orgullo— esclavitud a la imagen, pero la grandiosidad de esa imagen se constituye en función de los demás: sólo se cree valioso si los demás lo ven así. No está tan marcado

el sentimiento de ser especial que sustenta el orgullo. Por eso hacen grandes esfuerzos para dar esa apariencia que los demás valoran y que les llevan a convertirse en un «producto». Por eso, a menudo, los demás ven en las personas vanidosas una cierta calidad plástica, como una perfección sin raíces.

Como los valores sociales, en alguna medida, han de ser internalizados, el 3 centra su vida en la consecución de un «proyecto», proyecto que si se cumple, le daría el anhelado reconocimiento y el derecho a ser. En este proyecto tienen cabida el tipo de vivienda, de vehículo, trabajo o familia que uno debería conseguir. Una paciente hablaba de su primera hija, que ya tenía nombre, cuando aún no tenía pareja.

En realidad, podríamos decir que lo nuclear en la constitución del carácter, que es la sustitución del verdadero yo por el falso *self* protector y adecuado al ambiente, es lo que se evidencia de manera exacerbada en la pasión de la vanidad. En la vanidad, la interiorización de las demandas ambientales no se hace de una vez por todas, sino que la elección sigue dependiendo de lo externo, volviéndose muy versátil, mostrando una gran capacidad adaptativa pero también un sentimiento muy profundo de superficialidad y vacuidad. Específico de esta pasión es el hecho de confundir lo que uno es con lo que los otros ven.

La imagen se modela a través de cualquier valor que sea potenciado en su ambiente. Hay un cierto realismo, uno no engañarse con respecto a sí mismo, por eso no hay final, porque, por positiva que sea la imagen que el espejo devuelve, no llega a ser internalizada. Los esfuerzos que realiza para conseguir una imagen satisfactoria vienen motivados por el deseo de que el otro vea quién realmente uno es y uno pueda llegar a creérselo. Por eso es tan importante para la vanidad el logro, el tener éxito como una forma de reconocimiento que afiance lo que uno es. Tener, en este contexto, como símbolo de estatus, es muy importante.

La vanidad es aparentemente no emocional, porque la vanidad tiene que ver con la sustitución de las verdaderas emociones por las emociones que uno muestra. Así, nos encontramos con la paradoja, que se repite en las otras dos puntas del triángulo central, de que el que, supuestamente, habría de ser el más emocional de los caracteres, resulte bastante frío. La vanidad requiere un gran control sobre las acciones, incluso una conducta refinada por el aprendizaje, sofisticada. La imagen

se hace cargo de la acción, de manera que se pierde el contacto con el sí mismo, con las sensaciones y los sentimientos, incluso con los pensamientos genuinos.

A veces, la identificación con la imagen sirve para negar ese mundo emocional invisible, no permitido, oscuro, para evitar que los otros puedan siquiera vislumbrar lo que aparece en los momentos de soledad, en los que no hay nadie que dirija la actuación y aparecen todos los fantasmas del desamparo y la carencia, de los sentimientos e instintos prohibidos.

Riessman hace una muy buena descripción de este tipo al que llama dirigido por los otros, por el grupo de pares, por los «contadores de cuentos», que se olvidan de sí mismos para lograr los objetivos que la sociedad les marca.

Envidia (eneatipo 4)

Es la pasión dominante del **eneatipo 4**. La envidia se refiere al deseo de algo que posee otra persona. Es un sentimiento de carencia, de escasez interior, acompañado por un impulso de llenar ese vacío con algo que está fuera. El sentimiento de rencor que acompaña a la envidia es expresión de la carencia. Detrás de la envidia se halla una marcada competitividad que se mezcla con el deseo y el apego, porque lo que se quiere es lo del otro, incluso ser el otro, admirado y valorado, envidiado y odiado. La carencia mira hacia afuera y contiene un sentimiento expreso de añoranza.

El sentimiento carencial lleva a estar exigiendo, reclamando o quejándose de lo que falta. La sensación es que los otros tienen más; y la tendencia es a encontrar malo lo que está dentro y bueno lo que está fuera, aunque a veces hay una especie de compensación desde el orgullo en que se produce un sentimiento de superioridad, una cierta arrogancia, pero en una u otra polaridad está la comparación entre lo propio y lo otro. Comparación que siempre resulta dolorosa.

Gurdjieff habla de la consideración interna como un aspecto de la identificación que se manifiesta en una preocupación por cómo nos tratan los demás, qué actitud tienen hacia nosotros, qué piensan de nosotros. Creemos que la consideración interna y su consecuencia, «el libro de cuentas», donde se anotan las ofensas, aunque ocurra en todos, es especialmente característica de la pasión de la envidia. Uno siente que la gente le debe algo, que merece ser tratado mejor, y anota todas las heridas en un libro de cuentas psicológico, que no sólo no olvida, sino que se va engordando con cada nueva ofensa hasta que estalla en un reproche masivo. En una terapia de pareja con dos

personas que llevaban mucho tiempo juntas y que, al poco tiempo de la jubilación del marido, estaban en la tesitura de separarse, el marido planteaba que no lograba saber lo que la mujer quería de él, puesto que estaba cumpliendo todo lo que ella siempre le había reclamado. La respuesta de la mujer fue: «¡Ah! Pero tú no te acuerdas hace treinta y nueve años, cuando en el cumpleaños de tu madre...».

En la envidia hay una especie de adicción al amor, la forma de llenar el vacío encontrada es a través de otro ser, que tiene lo que a uno le falta. En su amor hay algo voraz, como si no sólo quisiera tener lo del otro o llenarse con él, sino también ser el otro, lo que explica el tono competitivo de su amor, a menudo inconsciente. El deseo de amor y aprobación da un aspecto muy dependiente que puede llevar a someterse y hasta humillarse. Y el aspecto competitivo lleva al deseo de venganza, de cortarle el cuello al amado. Hay un fuerte sufrimiento por estar o sentirse siempre en segundo lugar, por no haber alcanzado las propias exigencias, y de ahí también deriva la envidia a las personas que se supone que lo han logrado. Aunque el deseo de llenar la carencia no siempre está en las personas, siempre es algo de fuera, algo que se busca en lo externo.

Es la misma intensidad del deseo lo que condiciona la frustración. De la frustración deriva la tristeza. Es muy difícil la salida de la frustración a causa del peso del pasado, de un pasado insatisfactorio cuyo recuerdo es tan poderoso que impide ver los logros del presente y que lleva a mirar con pesimismo el futuro, como si nada pudiera arreglarse si no se arregla el pasado, y como esto no es posible, nada vale. Oculta una fuerte ambición y una dificultad de renuncia, que se esconde tras la imagen de no merecer, de ser inferior. La propia intensidad del deseo y la fuerza de la frustración, con el sufrimiento que la acompaña, es la parte en la que uno se siente orgulloso, mejor que los demás.

La envidia se vive como algo malo, como una fealdad moral que, a veces, no llega a la conciencia y se manifiesta indirectamente en los sentimientos de culpa, en una crítica interna muy exagerada y en una exigencia igualmente exagerada de sacrificio y aceptación del sufrimiento. El sufrimiento y el sacrificio sí son conscientes.

La envidia es una vanidad insatisfecha, una vanidad que nunca llega a sentirse colmada, porque está siempre midiendo la distancia, midiendo todo lo que le falta para llegar a cumplir con los requerimientos de su vanidad. Naranjo dice que es una combinación de cobardía con vanidad, que tiene más de vanidad que de cobardía, como si la vanidad estuviera muy impedida por la inhibición

que da la cobardía. Según la descripción de Horney, la envidia encajaría en la que lo llama «solución de la modestia o recurso del amor», pero, en este caso, no queda clara la diferencia con la pereza, que se movería en esta misma solución.

Avaricia (eneatipo 5)

Es la pasión dominante del **eneatipo 5**. En la avaricia hay un sentimiento de carencia resignado. La carencia se oculta con la imagen de un mundo interno muy rico, lo bastante rico como para poder sobrevivir sin necesitar nada de fuera, como para sentirse libre de ataduras y dependencia. El aspecto resignado deriva de la profunda desconfianza en recibir nada desde fuera.

La imagen de ese mundo interno especial, distinto, rico y distante compensa los sentimientos de torpeza, de ineptitud social. Para ello necesita un cierto engrandecimiento, un cierto orgullo que convierte a las personas en las que predomina esta pasión en distantes, altivas y retiradas. Se retiran del mundo porque el mundo no es bueno, partiendo de una actitud de suspicacia, esquizoide, muy introvertida y volcada hacia uno mismo. Implica una gran sensibilidad a la invasión, a sentirse importunados, quieren tener un territorio libre y privado en el que nadie pueda interferir. Detrás encontramos un anhelo de fusión y un profundo miedo a que este anhelo le lleve a perderse en el otro. Ante cualquier cosa que perciban como invasión reaccionan con una pasividad agresiva, se olvidan de hacer lo que la otra persona espera. El significado del olvido es claramente agresivo, pero se siente inocente.

El avaro tiene una disposición psicológica acumulativa, ahorrativa en un sentido que va más allá del dinero: no se da. Ésta es su manera de agredir, defenderse y aislarse y también de protegerse de su miedo a lo fusional con la pérdida de identidad que se le atribuye.

Entraña una posición desconfiada ante la vida, una suspicacia implícita.

Hay pereza, una pereza de acción, como una economía de esfuerzo. Así mismo hay un esconderse de sí mismo y de los demás. Son personas muy despiertas a su mundo interno, muy sensibles, muy vulnerables, que no olvidan las heridas del pasado ni las del momento. La fantasía de una vulnerabilidad extrema, que no siempre responde a la realidad del presente, permite justificar y mantener el aislamiento y la frialdad, renunciando a las relaciones, a los compromisos.

Para Horney, la avaricia sería la solución de la renuncia: el recurso de la libertad.

Miedo (eneatipo 6)

Es la pasión dominante del eneatipo 6. Proyecta en el mundo más peligrosidad de la que hay. Implica una creación de fantasmas. Y podemos interpretar esa creación de fantasmas que a uno lo pueden agredir, como una transformación de la propia agresión rechazada, como una proyección. No sólo se trata de miedo a cosas concretas, sino también del miedo a sentir miedo, a la reproducción de la angustia básica.

El miedo está muy ligado a la alta agresividad, tiene matices de ira, pero también de avaricia. La experiencia de la rabia es muy fuerte; el miedo es, en parte, miedo a la rabia. Se pueden comportar como un perro que ladra para ahuyentar su miedo y amedrentar al otro.

Hay en el miedo una desconfianza básica que puede estar vertida hacia sí en forma de inseguridad, o hacia el mundo, mostrando una gran suspicacia. La desconfianza en los propios impulsos, en las propias capacidades, el no fiarse de los propios recursos, puede llevar a la necesidad de apoyarse en otros, en una ideología y caer en el fanatismo. A veces, el miedo a sentir el miedo conduce a actitudes temerarias, incluso heroicas.

El miedo nos hace necesitar demasiadas seguridades, para no equivocarnos, y también conlleva una tendencia a quererlo todo como una manera de no errar, una grave dificultad a la hora de tomar decisiones. Por otra parte, el miedo a equivocarse y la desconfianza en los propios impulsos llevan a una intensa búsqueda de la verdad que tiene un elemento de mucha honestidad intelectual, y mucha honestidad asimismo en la percepción de sí.

El miedo nos convierte en enemigos de nosotros mismos, contrae la mente y paraliza la acción, dificulta el sentir y el hacer. Cuando el miedo nos atrapa perdemos contacto con el corazón, nos vamos a la cabeza y nos paralizamos con las fantasías destructivas y negativas.

Hay un miedo específico a la culpa, un gran temor a dañar a los otros y a que su consecuencia, la culpa, no nos deje vivir en paz. Desde aquí, el miedo conlleva una actitud sobreprotectora hacia los demás, que se llega a convertir en una carga, sobre todo cuando el temor a hacer daño alimenta nuestras renuncias y nos lleva a sentirnos faltos de libertad. No vemos nuestras dificultades para comprometernos con nuestros deseos y atribuimos al otro la culpa por lo que no hacemos.

Gula (eneatipo 7)

Es la pasión dominante del eneatipo 7. Se entiende la gula como hedonismo, como una excesiva esclavitud al placer, a lo agradable.

Se puede ver como una manifestación del miedo, de la angustia. El refugiarse en el placer es un huir de la angustia a través de aferrarse a algo grato, un sentirse seguro a través de la gratificación. Esta apetencia excesiva de placer tiene un fondo angustioso, pero tiene también un componente de impulsividad, una dificultad para la contención.

La gula es permisiva consigo misma y con los demás. Esta actitud externa a menudo conlleva una exigencia interior de perfección angustiosa e inalcanzable de la que hay que huir y que se transforma en autoindulgencia, algo que contiene un punto de resignación, de saber que nunca se va a llegar a la meta exigida. Los caprichos suponen una compensación a esa resignación, pero son utilizados como recompensa cuando uno logra cumplir alguna tarea.

En la gula no sólo hay un apetito de placer sino de algo más, una insaciabilidad. Nunca se satisface con una única experiencia, siempre se desea más; parece que pudiera tragarse el mundo. La insatisfacción no se expresa directamente, sino simbólicamente en el deseo de más.

Esta pasión por lo placentero tiene un fondo avaro, un fondo carencial negado.

Implica una actitud de mucha seducción, simpatía y rebeldía, un deseo de destacar, sobresalir, una necesidad de brillar, de complacer a todos para obtener el aprecio, pero sin creerse demasiado la imagen que proyecta para ser apreciado.

Hay una gran dificultad con la disciplina, aunque sea autoimpuesta. La tendencia es a romperla, como si, al contrario de lo que ocurre en el 1, en la batalla entre el deber y el placer ganara siempre este último.

Como parte de la gula, hay un deseo de expandir los límites de lo conocido, de que sean ciertas las cosas misteriosas y, complementariamente, un cierto desdén hacia el mundo, un cierto aburrimiento de lo común y corriente. Gula de lo desconocido, de lo extraordinario, porque un camino para ser extraordinario es conocer cosas extraordinarias, en las que apoyarse para impresionar a los demás. Saber qué es lo «realmente» verdadero da un poder muy grande que permite satisfacer las

necesidades desde una posición no abiertamente dominante, sino aparentemente benévola.

La gula es más fácil de llenar con la fantasía porque es menos costosa que la realidad: en proyecto se puede tener todo, no hay que renunciar a nada.

Lujuria (eneatipo 8)

Es la pasión dominante del eneatipo 8. En la lujuria, el riesgo se torna en una forma de vida. Implica una negación de la impotencia, una búsqueda de poder, en la que se hace necesario reprimir el miedo, arriesgarse y desensibilizarse.

La experiencia de dolor, de impotencia es negada y sólo podemos ver la magnitud de la herida en proporción con la dureza manifiesta.

Literalmente lujuria conecta con el sexo, con los placeres carnales, pero aquí la entendemos como una pasión por la intensidad, una pasión de exceso, una búsqueda de lo excesivo. Y lo sexual se presta muy bien a llenar esa pasión de intensidad, que puede expresarse de otras maneras, en lo emocional y también en lo sensorial: alimentos fuertes, velocidad, etcétera. Hay un hambre de estímulos y un deseo de traspasar los límites. Se refiere a todo aquello que exceda los límites de la moderación. La tendencia a excederse implica un sistema de supervivencia en el que primero se produce el acto y después el pensamiento. Así, los impulsos no son controlables.

La lujuria es, pues, la pasión por lo intenso, lo excesivo y fuerte, es un sentirse vivo a través de estar al borde de la muerte, de situaciones extremas. Pero el que necesita tantos extremos para sentirse vivo tiene que tener una cierta anestesia, tiene que carecer de la evidencia de su vitalidad. Como es arrasadora, pasional, salvaje y rebelde parece espontánea, pero no lo es verdaderamente, es reactiva.

Para mantener una posición de poder y seguridad, la lujuria ha de demostrar su fuerza, con un orgullo implícito y una tendencia al desdén, a menospreciar a los otros.

La lujuria se da la libertad de tomar lo que quiere. Su hedonismo es más duro que el de la gula, no necesita racionalizaciones ni justificaciones, se da gusto aunque a otros no les plazca y se puede complicar, en los niveles más fuertes, con una actitud sádica, con la que goza no sólo por tener el poder sino por poner al otro en una situación de inferioridad, de humillación.

Pueden dar mucho, una verdadera lujuria de generosidad, pero, como compensación, pide una aceptación sin límites.

Para Horney estaría incluida en la «solución de dominio: el recurso del poder», correspondiendo al tipo que llama «vindicativo arrogante».

Pereza (eneatipo 9)

Es la pasión dominante del eneatipo 9. Cuando hablamos de la pereza no nos referimos a la pereza del hacer, a una pereza exterior, sino a una pereza del alma: acedia. Este término se utilizaba para referirse a quienes entraban en una vida retirada, a fin de dejar el mundo atrás y dedicarse a Dios y luego tenían dificultades a la hora de meditar, orar, se distraían fácilmente. También tiene el sentido de no hacer lo que uno quisiera o pudiera hacer de verdad, como una actitud de omisión, de olvido.

Es una pereza con relación a la interioridad en general, con respecto a mirar hacia adentro. Y lleva al oscurecimiento de la conciencia. La inconsciencia que genera el no verse tiene dos formas de expresión, una es la expresión propiamente psicológica: uno no se conoce, no conoce sus emociones, no sabe, no ve claro lo interior, actúa mecánicamente, aunque, a veces, podríamos decir que sí sabe, sí conoce sus emociones y ve con claridad sus sentimientos, pero no quiere saber, se oculta ante los demás y ante sí mismo, no dándole legitimidad a su mundo interno, restándole importancia.

También el oscurecimiento de la mente tiene una dimensión espiritual: junto con el no conocerse psicológicamente, hay un olvido de sí mismo, de la experiencia de ser y una trivialización de las vivencias de profundidad espiritual.

Hay un tabú a sentir lo que uno siente, a conocer sus emociones y sentimientos. La acedia implica una especie de política del avestruz, a veces encubierta por una búsqueda activa y siempre insatisfecha.

Desde la pereza se puede actuar mucho, olvidándose de sí mismo en el hacer, para narcotizarse. Aunque por otra parte, el mundo interno siga funcionando en paralelo, desvinculado de lo que uno hace o cómo se presenta, tapado pero no totalmente olvidado, como si, no haciendo caso, se le restara importancia sin conseguir hacerlo desaparecer.

Hay poca vanidad, poco interés en ser visto, por eso no hay mucho interés en brillar, sino más bien en ser una persona común y corriente. Hay, en el trasfondo, un sentimiento masivo de no tener un lugar en la vida, de no tener derecho a vivir. Se parece al miedo en la dificultad de decidir, en cierta timidez.

La pereza es la emoción de no incomodarse, de evitar los conflictos, de mantener la tranquilidad que, en el aspecto cognitivo, lleva a cerrar los ojos psicológicamente, a desconectar, pero que, a nivel relacional, tiene mucho que ver con no incomodar a los demás.

En la pérdida de la interioridad, provocada para no sufrir, se produce una pérdida de sutileza: no hay más que lo concreto. El rechazo a la interioridad se manifiesta en el sentimiento de que en el mundo hay muchas cosas importantes que hacer, que uno no puede estar todo el tiempo mirándose el ombligo, que es una pérdida de tiempo. El hacer sostiene el sentimiento de ser, pero es un hacer desconectado del verdadero impulso. El mundo interno, al que no se presta atención, es complejo y oculto a la mirada de los demás.

Para Horney, la pereza encajaría en la «solución de la modestia: el recurso del amor», pero con muchos matices de «la solución de la resignación».

LAS FIJACIONES (ASPECTOS COGNITIVOS QUE TIENDEN A PERPETUAR LAS PASIONES)

Las fijaciones son los errores cognitivos que van asociados a las pasiones y que llevan a interpretar el mundo y las relaciones desde una óptica peculiar. Son ideas establecidas en el momento de la constitución del carácter, o sea, en la infancia, bajo la presión de la pasión y sin las herramientas intelectuales de la edad adulta y que se mantienen luego como verdades incontrovertibles en lo profundo de nuestro ser, determinando nuestro sistema de valores y nuestra conducta. Naranjo habla de ellas como «ideas locas». Para él, la pasión contamina el mundo intelectual, de forma que se produce una lectura emocional que se aleja de la razón y que se constituye en verdad.

Nosotros pensamos que la fijación está relacionada también con la reestructuración del narcisismo primario, cuando el yo ideal roto se reorganiza como ideal del yo (narcisismo secundario). El ideal del yo genera una aspiración inconsciente a recuperar el yo ideal perdido: que alguien haya renunciado a creer que es el yo ideal no significa que haya renunciado a la creencia de que puede llegar a serlo. Creemos que este ideal del yo se encuentra detrás de la fijación, entendida como la

forma «correcta» de ver el mundo que nos va a devolver algo de la omnipotencia del yo ideal. Por eso resulta tan difícil romper la fijación, porque, a nivel inconsciente, es la llave que nos va a permitir que «un día llegemos»: un día seremos el yo ideal.

El de «fijación» es un concepto cercano a lo que Bleichmar denomina «creencias matrices pasionales», que se constituyen cuando un suceso concreto de la historia personal se formula en términos genéricos, codificando situaciones diversas con el mismo sentido que tuvo la original. Al establecerse una generalización sin las herramientas del pensamiento adulto cometemos el error lógico de tomar la parte por el todo. A veces son convicciones que se establecen por inoculación de los otros significativos (padres primordialmente) que transmiten al niño sus propias creencias, que se matizan en función de las experiencias y el psiquismo individual. En la vida adulta, esas creencias matrices pasionales, mientras no sean cuestionadas, siguen dirigiendo y limitando lo que se puede pensar o sentir.

Scheller nos alerta para que no caigamos en la idea de que todo lo que percibimos de nuestro mundo interno sea correcto, también aquí hay engaños, de la misma manera que hay engaños perceptivos en la percepción externa, de los que podemos encontrar múltiples referencias. Sólo a título de curiosidad mencionaremos aquí la anécdota contada por John E. Nelson relativa a cómo hay constancia escrita de que, en uno de los viajes de Magallanes al extremo sur de Sudamérica, los indios no podían «ver» los barcos en los que llegaron los conquistadores, aunque vieran perfectamente sus propias embarcaciones, porque «era imposible» que existieran y sólo el chamán podía percibirlos y hablar de ello; de esa misma manera, hay engaños en la percepción interna. Desde el punto de vista de Scheller, lo que enferma no son los procesos psíquicos ni las vivencias, sino la manera en que estas vivencias son interpretadas y juzgadas y los errores y engaños perceptivos. La terapia para él tiene como intención última liberarnos de los autoengaños, poder mirar nuestra vida de la forma más clara posible.

Volviendo a los errores cognitivos que se constituyen como «fijación», desde la óptica de Naranjo podríamos decir que la anécdota (o la serie de ellas) sobre la que se constituyen las generalizaciones a las que se refiere Bleichmar provoca determinadas emociones que tienden a reproducirse en situaciones que presentan cierta similitud con la original, siguiendo el funcionamiento habitual del inconsciente, carente de lógica racional.

H. Almaas ve la fijación desde otra perspectiva que no enfoca tanto hacia la invasión del mundo intelectual por parte de las pasiones y los errores de pensamiento que las acompañan, sino hacia el

hecho mismo de la pérdida de contacto con el centro intelectual superior que se produce en paralelo a la pérdida de contacto con el centro emocional superior. Para él, es la falta del entorno de apoyo adecuado, del ambiente facilitador, lo que produce una desconexión que se experimenta como una pérdida, una caída (mito del paraíso).

Lo que se pierde, en su criterio, es la percepción directa de la realidad como unidad y, entonces, desde la creencia en la dualidad (yo-mundo) surge una idea distorsionada, errónea, que denomina «ilusión». Aceptando que esto sea así, no deja de ser un planteamiento complementario del anterior, pues es la pasión la que va a determinar la forma concreta que adquiere esa ilusión, la «ilusión específica». No podemos perder de vista que la forma en que se constituyen las ilusiones viene determinada por la carencia infantil de herramientas de pensamiento.

Sostiene, siguiendo el planteamiento de Winnicott sobre «falso *self*», que la falla en el entorno de apoyo conduce a la falta de confianza que provoca que el niño «reaccione» en lugar de continuar el despliegue espontáneo de su ser, que queda interrumpido. En cada eneatis se produce una «reacción específica» de desconfianza que sostiene la ilusión y que tiene que ver con la manera peculiar de elaborar las circunstancias de realidad que a cada uno le ha tocado vivir.

Por otra parte, la pérdida del apoyo conduce a una sensación de deficiencia que se experimenta como un estado doloroso y difícil que constituye la «dificultad específica» que ha de afrontar cada rasgo. Su hipótesis es que a partir de la reacción específica y de la dificultad específica se forma el núcleo de cada eneatis, del que nacen patrones emocionales y de comportamiento asociados con dicho tipo.

Vamos a combinar estos dos planteamientos. Partimos siempre del término utilizado por Naranjo para la fijación, intentaremos encontrar, en algunos casos, términos alternativos que reflejen más específicamente la relación de la fijación con la manera de percibir el mundo y veremos luego los tres aspectos «ilusión», «reacción» y «dificultad», de los que habla Almaas, dándoles una lectura más psicológica que la espiritual de la que él habla.

Creemos que la fijación posee un matiz en cuanto a la creencia implícita que está en función de los rasgos emocionales, instintivos o intelectuales. En los emocionales, la creencia tiene que ver con uno mismo, con el propio ser, aunque tiña luego la visión del mundo; en los intelectuales tiene que ver con cómo tengo que actuar en el mundo, y en los instintivos, con cómo es el mundo.



Corrección (perfeccionismo) (eneatipo 1)

La fijación del 1 es el «perfeccionismo». Este término se refiere a la actitud de querer cambiar para mejor. En el perfeccionismo hay una cierta oposición a la naturaleza, que es percibida como caótica e imprevisible, como una amenaza frente a la que se recurre al control, el orden y la ley.

Proponemos la palabra «corrección» como referencia más directa a lo mental que subyace a la actitud perfeccionista. La mirada sobre el mundo del eneatipo 1 destaca su imperfección, la distancia entre cómo son las cosas y cómo deberían ser, que lleva implícita la idea de que el mundo puede mejorar gracias a su intervención. El mundo es mirado bajo el prisma de lo correcto o incorrecto, de lo bueno y lo malo.

La creencia implícita, dado que es un rasgo instintivo-motor, un rasgo de acción, tiene una incidencia directa en su hacer: hay una manera correcta de hacer las cosas, «la» manera, y todo lo que no se ajuste a ella es censurable, no es válido. Si gracias a la fuerza de la voluntad, al control y a

la disciplina uno consigue hacer las cosas de esa manera, está a salvo, tiene derecho a la vida. Aunque se cometan errores no se puede perder de vista «como deberían ser las cosas». El ego se alimenta de la idea de que yo al menos sé cómo deberían ser las cosas. Saberlo e intentarlo otorga legitimidad.

La *ilusión específica* que sostiene esta creencia es que algunas cosas son buenas, y otras no, que existe algo objetivamente bueno y algo objetivamente malo, que ha de servir de guía a nuestra conducta. Yo lo sé, a diferencia de otras personas, y por eso puedo establecer juicios comparativos sobre lo que está bien y lo que no. Son valores objetivos e intemporales y, por tanto, incuestionables por lo que resultan difíciles de modificar, pues poseen cierto carácter definitivo. Los juicios se establecen de una vez por todas y la rigidez se transforma en la herramienta que mantiene la ilusión.

La *reacción específica* en la que se apoya esta creencia tiene que ver con la experiencia vital de un amor muy condicionado a la conducta. Si tal como soy no sirvo, no soy aceptado, tengo que cambiarme, pero, al menos, yo sé cómo debería ser y lo voy a conseguir. Desemboca en una actitud obsesiva de cambiarnos, juzgarnos y criticarnos en un afán de intentar mejorarnos. Esta actitud también se produce con respecto a los demás. Es como si rastreáramos cualquier imperfección para corregirla. En el intento de mejorarnos hay un resentimiento implícito, pues asumir que no valgo tal como soy es doloroso y produce rabia. Nos solemos encontrar con niños muy impulsivos, espontáneos y que han sido recriminados por ello, así como también con progenitores rígidos y exigentes que han transmitido el patrón ideológico y conductual, o con lo polar, padres tan poco normativos que el niño ha tenido que hacerse sus propias reglas.

La *dificultad específica* tiene que ver con ese convencimiento de que hay algo mal en nosotros, puesto que mientras creamos que es así, nos odiamos. Y para convencernos de que es así, no tenemos más que echar mano de nuestra cara oculta, lo agresivos, vagos o sexuales que nos podemos volver si dejamos de mantener el control. Es frecuente encontrar la idea de que si uno se descuida, si no se controla, puede terminar abandonado, como un mendigo o una puta. Buscamos argumentos que justifiquen esa sensación, pero lo que la sostiene no son esos argumentos sino una convicción muy profunda, basada en situaciones en las que hemos sido rechazados. Nos sentimos imperfectos en relación con una imagen de perfección con la que nos comparamos, y ese ideal de perfección es elaborado por el superyó que internaliza aspectos concretos de las exigencias del entorno, como si nos hubiéramos hecho a la idea de que hay una determinada manera de ser con la que inevitablemente conseguiríamos la aprobación. Si no consigo el amor es porque no lo estoy haciendo lo bastante bien.

Privilegio (pseudoabundancia) (eneatipo 2)

La fijación del 2 la llama, Naranjo, «pseudoabundancia». Preferimos el término «privilegio». La idea es que somos especiales y que eso nos da derecho a una posición de privilegio. Aunque no siempre se tenga conciencia del porqué, siempre hay una búsqueda y un sentimiento de derecho a ese privilegio. En el fondo se sustenta en la convicción de que poseemos algún don que nos convierte en especiales, que consigue que todo el mundo nos quiera y podamos lograr todo lo que deseemos sin despertar envidia. Hay una imagen interna sobrevalorada, pero, y aquí está la debilidad, necesitamos que los demás nos lo confirmen, otorgándonos esa posición privilegiada y reconociéndonos como especiales. Todo esto implica una inflación de la imagen, que se sostiene en no reconocer las necesidades propias y sentirnos capaces de cubrir las ajenas. Esto nos otorga mucho poder y alimenta la fantasía de lograr todo lo que se desee. Parece conservar algo de la omnipotencia mágica de la infancia, y también de la intolerancia infantil a la frustración.

La *ilusión específica* es la de la ausencia de límites, la idea de que podemos tenerlo todo. Una especie de pensamiento mágico relativo a que mis deseos y mis proyectos se van a cumplir, por el hecho de que yo lo deseo. La creencia es que podemos conseguir todo lo que nos proponamos, que podemos controlar las cosas que no nos gustan y cambiarlas, que podemos hacer que las cosas vayan como nosotros queremos, y que esto no tiene necesariamente que implicar esfuerzo, basta con que de verdad lo deseemos. Para mantener la ilusión es necesaria la represión de todo lo que no encaje

en este esquema, así como la negación de los esfuerzos y sacrificios reales que se llevan a cabo para conseguir las metas.

La *reacción específica* es una obstinación en conseguir que las cosas sean como queremos. Se produce como una negación de la verdadera necesidad (afecto, ternura, libertad...) que se sustituye por el privilegio. A menudo son niños que han satisfecho el narcisismo de los padres y que han recibido un amor muy matizado por ese narcisismo parental. El halago narcisista de los padres provoca que se sientan llenos, aunque en el fondo esté lo carencial, por ser un halago vacío que está más relacionado con el narcisismo parental que con el ser real del niño. Por eso quedan dependientes del halago, confirmador de su valía. Por otra parte, sienten que tienen tanta capacidad para satisfacer al otro como la tuvieron para satisfacer a sus padres. El niño aprende muy temprano lo que de él le gusta a sus padres y no le resulta demasiado difícil convencerse de que él es sólo eso que gusta. Renunciar a otros aspectos de sí mismo no es demasiado costoso si lo que se logra a cambio es la aprobación. La seducción está al servicio de mantener la seguridad, y la manipulación, al de conseguir lo deseado sin perder la aprobación. El afecto, que no hemos obtenido por el hecho de ser, lo conseguimos a través de conductas seductoras con las que logramos agradar a los demás, ya que existe una desconfianza muy profunda en alcanzar, sin más, la aceptación vitalmente tan necesaria.

La *dificultad específica* estriba en la frustración, en que el hecho de no conseguir lo que se necesita del entorno se experimenta como que no hemos conseguido imponer lo que queremos, y esto pone en duda nuestra categoría de ser especial que nos da derecho a la vida. Implica una gran dificultad de aceptar la realidad con sus limitaciones y los propios límites y una actitud de tozudez que se afana en conseguir que las cosas sean como nosotros deseamos. El estado emocional que acompaña a la vivencia de frustración es de humillación. Puesto que partimos de la creencia de que podemos imponer nuestra voluntad y hacer que las cosas vayan como nosotros queremos, la pérdida del apoyo ambiental, incluso una simple crítica, se experimenta como un gran golpe a nuestro orgullo, con la sensación de que el mundo está contra nosotros, en una especie de «delirio autorreferencial». No es posible aceptar que los demás tengan algo contra nosotros, nos envidien o no les gustemos, puesto que es tan fuerte el empeño puesto en la seducción. Pero es el mismo deseo de agradar, con su mezcla de reclamo y generosidad, lo que termina produciendo un olvido del otro y de uno mismo.

Prestigio(apariencia) (eneatipo 3)

La fijación del 3 es la «apariencia». Preferimos utilizar el término «prestigio», pues es a través de la imagen de prestigio o de éxito como se valora uno mismo y valora a los demás. El vacío interior de la vanidad lleva a identificarse con la apariencia, otorgándole a ésta toda la entidad. Pero es la apariencia que los demás aprueban, de ahí el término «prestigio» que tiene la connotación de reconocimiento social de la apariencia o imagen elegida. Implica todo un esfuerzo puesto en aparentar, en adaptarse a los patrones o cánones de actuación, bondad, belleza... imperantes porque no se ha llegado a constituir una verdadera identidad, que se construye en los ojos del otro.

En el momento evolutivo de la omnipotencia fusional, madre y bebé son uno, un solo ser con dos polos. La ruptura de la continuidad en el desarrollo del ser, aquí, más claramente que en ningún otro rasgo, se produce al romperse la fusión con la madre, y constituirse la identidad desde el polo materno de esa unidad fusional previa y no desde el polo del infante.

No hay conciencia de falsedad, incluso uno puede considerarse muy auténtico porque llega a creerse que realmente es tal como se muestra, porque hay un automatismo en la imitación del «modelo» que puede llevar a perder de vista incluso que todo se hace para otro. Desde el alejamiento de quién soy yo, de los verdaderos sentimientos, se elige un modelo y se pone todo el esfuerzo en cumplir ese modelo, sin que los auténticos deseos tengan importancia. A menudo, ese modelo cuenta con otro aspecto polar muy temido y rechazado que puede recoger los verdaderos impulsos, que no tienen cabida en el elegido.

La creencia es que yo soy lo que otros ven. Mi belleza, mi adecuación o mi aspecto impecable necesitan de la aprobación, del refrendo constante del espejo que confirme que valgo. Si el otro me ve, me aprueba, le gusto y me reconoce, entonces tengo un lugar en el mundo, no voy a ser excluido. El deseo del otro me constituye. Hay más conciencia del esfuerzo por aparentar, que a su vez es menos natural que la seducción del 2. El tener, el alcanzar logros o éxito, es una manera de confirmar que lo estoy haciendo bien, de conseguir la valoración externa.

En el 3, la *ilusión específica* parte de la creencia de que voy a ser aceptado, no voy a ser excluido si consigo agradar a todo el mundo, y de que puedo hacerlo si estoy suficientemente pendiente de lo que el otro quiere o de cumplir un modelo socialmente valorado. El acento no recae en conseguir lo que uno quiere, sino en complacer al mundo para que me devuelva la imagen de mí que deseo.

La *reacción específica* deviene de habernos sentido abandonados, sin que nadie nos cuide y nos preste atención, y haber reaccionado a fin de conseguirla con una especie de finura para captar el deseo del otro. El esfuerzo en el mantenimiento de esta imagen, gracias a la cual vamos a ser vistos, consigue mantener en la oscuridad los propios sentimientos que han sido rechazados y ocultados en el ámbito familiar. A menudo hay en la historia personal un componente de ocultación de los problemas, una insistencia en aparecer bien a nivel familiar por encima de las dificultades y el sufrimiento, como si los sentimientos fueran algo que a nadie le va a interesar y por lo que vamos a ser rechazados. Genera una necesidad constante de actividad, de esfuerzo, un empeño en conseguir logros, en tener éxito, empeño que nunca se satisface, porque es sólo una tapadera ante la sensación de vacío que implica despojarse de los sentimientos.

La *dificultad específica* es una sensación de soledad y vacío, de no existencia, resultado de la experiencia de un ambiente poco cálido que hace que nos sintamos abandonados, separados porque nadie se ocupa de nosotros de un modo adecuado. Desde ahí dejamos de ocuparnos de nosotros mismos, lo hacemos, igual que el entorno, de nuestra conducta o de nuestros éxitos, de nuestro mundo externo, no de nuestros sentimientos. Nos defendemos de ese sufrimiento del abandono, creyendo que lo importante es «actuar» adecuadamente. Llegamos a creer que la falta de adecuación está en nosotros, no en el entorno, y cuando no somos capaces de hacerlo todo, nos sentimos inadecuados e incompletos y tomamos esto como un fracaso. Nos quedamos con la sensación de que lo que somos no interesa a nadie, ni a nosotros mismos, en cambio lo que hacemos es importante, pero este hacer no viene dictado por el deseo propio como en el 2, ni tampoco por el deber como en el 1, sino por la búsqueda de reconocimiento en la que lo propio, lo que siento, quiero o me gusta puede llegar a anularse, convertido en un obstáculo.

Compensación(victimización) (eneatipo 4)

La fijación del 4 es la victimización. Proponemos el término «compensación», como una búsqueda insatisfecha de igualdad, sostenida por la idea de que el mundo ha sido injusto. Esto nos provoca rabia y nos da derecho a esperar la compensación. Se apoya en una actitud de constante comparación que lleva a ver que los otros siempre tienen más y a valorar mejor lo ajeno que lo propio. Parece como si el sufrimiento fuera lo que nos diera derecho a la vida, al amor... y a la compensación.

La creencia, polar con la del 2, también tiene que ver con ser especial, pero justamente lo que nos hace especiales es que sufrimos más, somos más sensibles, tenemos menos cosas favorables que los demás, más dificultades en conseguir los deseos. «A mí me ha resultado más difícil que a los otros,

pero algún día me llegará la recompensa».

La *ilusión específica* del 4 es que la capacidad de sufrimiento nos da mayor valor como persona. El sufrimiento, vinculado a la comparación, es de otra clase, es más profundo, y mis sentimientos son más intensos y especiales, aunque los demás no logren verlo y eso también me haga sufrir. La idea es que el sufrimiento me da derecho a que los demás me hagan caso, se ocupen de mí, como si el dolor generara una obligación de los demás a darme lo que no tengo y ellos sí. Implica una actitud reivindicativa, unas veces quejumbrosa, y otras, vindicativa, apoyada en el convencimiento de que el mundo me debe algo.

La *reacción específica* proviene de una experiencia de insatisfacción, de un sentimiento de carencia ante el que se aprende a mirar el mundo de forma comparativa y en el que enseñar el propio sufrimiento es una actitud que mezcla venganza y deseo. Es un reclamo doloroso y cargado de rabia. La demanda implícita provoca culpa en el otro, como si el mensaje no dicho, a veces incluso inconsciente, fuera: «tú eres el culpable de mi sufrimiento y de ti depende que yo deje de sufrir».

Si lo que el otro tiene es mejor que lo mío o lo hace feliz, entonces yo quiero eso, el deseo queda puesto fuera de uno mismo, ya que lo bueno siempre está fuera; en realidad lo que quiero es la satisfacción que el otro tiene. Como eso no lo puedo conseguir, nunca voy a ser el otro anhelado, nunca voy a tener el sitio del otro, esta reacción se convierte en una lucha estéril y desesperanzada. Se hipertrofia la necesidad del otro, a través del cual voy a obtener lo deseado, y se acentúa el control sobre sus acciones para evitar que me abandone. Lo excesivo de la demanda suele conseguir que se produzca el abandono y vuelve a generar la sensación de melancolía, desesperación y tristeza.

La *dificultad específica* es la sensación de vacío, de insatisfacción, de sentirse excluido, de que los demás tienen algo de lo que no participo. De aquí surge la obsesión por la originalidad, por la singularidad, una dificultad de sentirse uno más. A esto se une la necesidad y la búsqueda de ser amado de esa forma especial que confirmaría que realmente soy único. Superar esta dificultad implicaría renunciar a lo especial que tiene mi dolor, a la inversión hecha en el sufrimiento y aceptarlo como normal (palabra temible, sinónimo de vulgar), como algo que está en mi mano aliviar, sin necesidad de que nadie me salve.

La historia personal, en el recuerdo, se carga de dramatismo que sirve para confirmar que el sufrimiento fue mayor, que las circunstancias fueron más difíciles.

Autonomía(aislamiento) (eneatipo 5)

La fijación del 5 es el «aislamiento». Podríamos llamarlo «autonomía». Hay una idea que tiene que ver con la creencia de que podemos hacerlo todo solos, que no dependemos ni necesitamos a los demás. Además, no se puede confiar en la gente. Quizás sea el tipo en que más dañada está la confianza básica. Esto entraña una actitud desconfiada, que les lleva a la idea de que más vale distanciarse, estar solos, como forma de protegerse. Hay una hipersensibilidad a la invasión, tanto física (su tiempo, su espacio) como emocional. Su aislamiento no es necesariamente físico, a menudo es una actitud de estar en otro mundo.

La creencia acerca de lo peligroso y dañino que puede ser el mundo le lleva a la protección en el único lugar seguro: su mundo interno que no comparte. Implica una búsqueda de libertad que se traduce en una evitación de los compromisos y cuyo precio es el empobrecimiento afectivo.

En el rasgo 5, la *ilusión específica* es la de que somos un individuo aislado, con límites que nos separan de todo lo demás. Creerse que somos independientes conlleva la idea de que no dependemos de los demás, ni necesitamos nada. La relación con el resto del Universo se establece desde el convencimiento de que estamos separados, creando dos universos, el nuestro y el del resto del Cosmos. Por otra parte, como todo lo que viene del mundo es malo, más vale no necesitarlo, más vale protegerse. El mundo no me va a dar nada y, si lo hace, me lo puede quitar y dejarme peor. La idea es que si no me ven, no pueden atacarme, algo polar con el 3, cuya existencia depende de ser visto.

La *reacción específica* es la retirada, que se produce frente a una situación vivida como rechazo. Retirarse es un intento de ocultarse de la realidad, escapar de ella, cortar el contacto puesto que nos sentimos inadecuados para manejarla. Esta reacción vuelve a confirmar la ilusión de separación: tenemos que creer que somos un individuo aislado para pensar que podemos alejarnos de la realidad. De lo que realmente queremos alejarnos es del estado de deficiencia que no nos permitimos experimentar. Este comportamiento evitativo se generaliza y tratamos de eludir todas las cosas en un intento por escapar de la experiencia de cualquier dolor o daño.

La *dificultad específica* es experimentarse a sí mismo como pequeño, aislado, separado, vacío y empobrecido, solo y abandonado y tratar de evitar esta experiencia precisamente aislándose. Sentirse seguro en soledad y seguir viviendo como demasiado arriesgado el hecho de salir al mundo. Detrás del afán por pasar desapercibido hay un deseo muy grande de ser visto y querido y una

esperanza de que esto ocurrirá, sin que yo tenga que hacer nada para lograrlo.

Certidumbre (duda) (eneatipo 6)

La fijación del 6 es la «duda», que implica ambigüedad, ambivalencia. Preferimos el término «certidumbre», que es la búsqueda constante del 6, la seguridad que da la certidumbre, que se apoyaría en una perfecta claridad, nunca alcanzada. Hay mucho miedo al error, a equivocarse y a lo irreparable de la equivocación, que paraliza. Esta angustiosa incertidumbre, esta falta de claridad, se produce debido a que el propio miedo dificulta la conexión con las sensaciones y emociones. Sin esta referencia se pierde la conciencia de lo que la persona quiere o necesita. El miedo tiñe las emociones, y sin el anclaje de la conexión interna, la actividad mental toma el mando en un intento de descubrir la verdad, de tomar la decisión adecuada. Pero lo mental, sin el arraigo de las sensaciones, se convierte en un mundo de posibilidades sin fin, donde no es fácil decidir. La búsqueda de la verdad y su compañera inseparable, la duda, quedan establecidas. El miedo calla el corazón, y la cabeza se queda sola buscando la buena decisión, la verdad, en un mundo peligroso donde equivocarse se paga caro.

En la búsqueda de la verdad incontrovertible se puede caer en el fanatismo.

En el 6, la *ilusión específica* tiene que ver con esa búsqueda de la verdad y con la desconfianza en la naturaleza humana, que se manifiesta en forma de cuestionamiento de nuestra propia naturaleza, en un dudar de las motivaciones propias y ajenas. Si lo pienso mucho, si le doy vueltas una y otra vez, encontraré la verdad. Presenta un componente cínico porque la duda se basa en una conclusión ya establecida de antemano y no constituye una exploración de la experiencia para descubrir la verdad.

La *reacción específica* que deriva de esta suspicacia defensiva hacia el mundo es la duda. Es la expresión de la desconfianza y contiene miedo y paranoia, agresividad y hostilidad. Sospechamos y dudamos de los demás, ponemos en entredicho sus intenciones, estamos alerta, inquietos, a la defensiva, siempre oteando el peligro. Si los demás pueden hacernos daño, la manera de protegernos es no confiar, poner al otro en entredicho, como forma de mantener el control y evitar el daño. La suspicacia se dirige también hacia el interior, haciéndonos sospechar de nuestras motivaciones y desconfiando de nuestros impulsos.

La *dificultad específica* estriba en un sentirse inseguros y asustados, vulnerables, frágiles y faltos

de apoyo al mismo tiempo. No hay donde sujetarse ni dentro ni fuera, sino una sensación de angustia permanente. Ante esta situación interna se impone la necesidad de tener las cosas «totalmente claras», lo cual lleva a dar vueltas una y otra vez sobre lo mismo parando la decisión, en una especie de inseguridad temerosa. No sólo sentimos que el apoyo nos falta, sino que llegamos a pensar que nunca podremos obtenerlo. El miedo y la inseguridad juntos forman un estado tan vulnerable que, a veces, se afronta de manera reactiva en conductas autoafirmativas y temerarias.

Felicidad (planificación) (eneatipo 7)

La fijación del 7 es la «planificación». A veces, Naranjo habla de «charlatanería» o de «fraudulencia». Los dos elementos están de alguna manera presentes en la planificación, que es fraudulenta en cuanto confunde fantasía con realidad, y es charlatanería en cuanto sabe venderse a sí mismo y a los demás los planes. Los planes son tan importantes que sustituyen a la realidad; las fantasías, las posibilidades entusiasman más que su cumplimiento. En el mundo del hacer hay dificultades; en la fantasía todo es más rápido. Sin embargo, proponemos el término «felicidad» como el asunto principal en torno al que giran sus pensamientos y su vida, negando el dolor, pintando la vida con tonos alegres y superficiales, llenando el vacío con caprichos gratificantes e igualmente superfluos.

La creencia es que la vida puede ser vivida sin dolor, que el dolor es un error que podemos esquivar si nos tomamos la vida de otra manera, si evitamos las situaciones difíciles, si no indagamos en lo que nos duele, incluso si nos construimos alguna teoría explicativa al respecto. El resultado es la tendencia a vivir en un mundo imaginario, donde no hay límites, todo se puede conseguir y los actos no tienen consecuencias. Estas ilusiones se rompen ante la persistencia de la realidad, y entonces se busca una y otra vez una ilusión mejor, que consiga dulcificarla.

La *ilusión específica* del 7 es la creencia de que podemos planificar nuestra vida, y que si la planificamos bien, todo se va a hacer por sí sólo, sin necesidad de grandes esfuerzos por nuestra parte. Es una especie de pensamiento mágico en el que si yo encuentro la fórmula correcta, todas las piezas van a encajar, superando las dificultades y los límites de la realidad. El esfuerzo se pone en imaginar, tarea gratificante por sí misma, y no en la realización, que conlleva inevitables frustraciones.

La *reacción específica* deriva de dos tipos de situaciones infantiles, una con muy pocos límites, donde todo es posible, y otra con demasiada rigidez, que hace necesaria la escapada a la fantasía. La reacción de «planificación» trata de crear una orientación, puesto que la desconfianza se solucionará a través de la ilusión de que uno puede saber qué dirección tomar. Planificar supone que tenemos

una idea en nuestra mente de cómo debemos ser y de cómo debemos vivir, así como de lo que sucederá con nosotros y con nuestras vidas. Nuestra orientación procede de nuestra mente y está determinada por una meta que intentamos alcanzar en el futuro, de modo que no tiene la frescura de lo orgánico.

La *dificultad específica* es la pérdida de la capacidad real de saber qué hacer. Creemos que somos capaces de saber qué hacer basándonos en la ilusión de que podemos dirigir nuestro propio proceso, pero que no sabemos hacerlo porque algo nos falta, o no tenemos suficiente fuerza de voluntad ni disciplina.

La sensación de estar perdidos o desorientados, arraigada en la desconfianza interna y el miedo negado, se perpetúa cuando se combate desde las fantasías. Entonces perdemos contacto con quienes somos, con nuestra interioridad, moviéndonos en un plano superficial en el que necesitamos planificar y dirigir nuestro proceso, desconectados de lo de dentro y desconfiados de lo de fuera. El impulso interno queda mermado y no nos sirve de guía.

Dominio(venganza) (eneatipo 8)

En el 8, la fijación es la «punitividad» o «venganza». Preferimos el término «dominio», más cercano a la conciencia que el de venganza. Es una posición de poder, reivindicativa, desde la que me siento justiciero y puedo vengarme de la impotencia de la infancia. Hay una sensación de tener derecho a hacer lo que uno quiere y a regirse por valores propios, que no coinciden con los establecidos. La actitud vengativa no es consciente, se manifiesta en el impulso, la compulsión de arreglar algo que estuvo mal, de compensarlo o darle la vuelta; algo que tiene que ver con la impotencia de la infancia que se intenta compensar con el poder del presente.

No suele existir conciencia del aspecto vengativo, difícilmente se nombra como tal la actitud de dominio. Hay que explorar bastante para darse cuenta de que ésta es la reacción a un daño recibido que, a menudo, no es registrado como tal. Es, en ese sentido, una auténtica venganza inconsciente.

La creencia es que hemos de defendernos de un mundo que trata de imponernos unas reglas del juego que resultan dañinas. Por otra parte, no se puede creer que nadie las cumpla, hay un fuerte prejuicio acerca de la hipocresía social donde todo el mundo muestra una cara y oculta la real. Los demás no son mejores, sólo son más falsos; yo me atrevo a decir las cosas como son porque soy más

honesto y más fuerte. Uno cree que realmente hay que ser bastante fuerte para poder saltarse las hipócritas normas sociales y establecer las propias.

En el rasgo 8, la *ilusión específica* es la de que «yo puedo», como una negación directa de la impotencia de la infancia. Ser poderoso es lo que te va a dar un lugar en el mundo puesto que las cosas hay que conseguirlas solo, sin esperar que los demás te resuelvan nada. La debilidad no sólo es dañina para uno mismo, sino que facilita a los demás dañarte. Además es despreciable, no merecen compasión los débiles.

La *reacción específica* ante el dolor de la impotencia infantil, ante situaciones opresoras, ante la violencia física o psíquica, es hacerse el fuerte, sobreponerse al dolor, negar la impotencia. A veces se llegan incluso a descargar de significado emocional situaciones de dolor, daño, abandono o sometimiento. La forma de sobreponerse es no sentir el dolor, pero si no sentimos el propio dolor, tampoco podemos sentir el que causamos al otro. Si no es la reacción ante el dolor (que ha sido negado) lo que justifica nuestra agresividad, entonces ésta resulta arbitraria y generadora de culpa. La frialdad y la insensibilidad de la actitud vengativa perpetúan la culpa inconsciente.

La *dificultad específica* es una sensación profunda, dolorosa e indeterminada de maldad inconsciente que se oculta tras la vengatividad justiciera. La fuerte carga energética del impulso agresivo genera ese sentimiento de maldad y culpa inconsciente. Cada vez que la rabia nos domina de forma incontenible y la descargamos contra alguien que se siente muy dañado, del que no nos responsabilizamos y del que no sabemos compadecernos, conectamos con el sentimiento de maldad. La culpa inconsciente actúa; de forma que los actos reparatorios no se ponen en relación con el daño causado, con lo cual no es posible liberarse de la culpa.

Escepticismo (olvido de sí) (eneatipo 9)

La fijación del 9 es el «olvido de sí». Naranjo habla también de «sobreadaptación». Consideramos que la adaptación es una consecuencia del olvido, que se produce en las capas más superficiales de la personalidad. El olvido de sí mismo implica una desconexión con el núcleo íntimo del ser, postergar las propias necesidades y deseos, quitándoles importancia, llegando a olvidarlos.

El olvido se sostiene con la actividad, bien sea con actividades «distractivas», o con actitudes de abnegación que implican estar pendientes de las necesidades de los demás, no de una manera

conscientemente sacrificada, sino de forma casi compulsiva. El olvido de sí mismo hace referencia a una actitud, y la adaptación, a una pauta conductual. Para referirnos al plano del pensamiento erróneo proponemos el término «escepticismo» a fin de definir la actitud mental que subyace bajo el olvido y la adaptación, porque la creencia que sostiene el olvido es la de que nada es tan importante, y sobre todo que nosotros mismos no somos tan importantes. Desde esta perspectiva, no tiene sentido luchar por nada, sino que hay que conformarse con las cosas como son, porque, de todas maneras, no vamos a conseguir cambiarlas. El escepticismo se enraíza en la impotencia vivida y generalizada. Renunciamos a nuestra asertividad, evitamos cualquier conflicto y olvidamos nuestros deseos.

En el rasgo 9, la *ilusión específica* es la de no creernos con derecho a un lugar en el mundo, no creernos dignos de amor. Como una sensación de déficit en la que el alma se siente disminuida. No importa lo que uno posea, lo que haga o pueda hacer: siempre se sentirá inferior. Lo bueno (lo amable) está localizado en un lugar que no es nuestro interior. Eso no nos permite ver nuestras capacidades y atributos y nos desconecta de nuestros logros. Hay una sensación de que Dios nos creó con un fallo. A menudo, la sensación de inferioridad se centra en la imagen física (la belleza y la sensación de ser amados van siempre de la mano) y, en general, buscamos razones para explicar esa sensación de inferioridad que es global y nos desconecta de la posibilidad de ver nuestro propio valor. No sentirse «amable», querible, perpetúa el sentimiento de que algo falla en nosotros, al mismo tiempo que justifica cerrar el corazón, no dejar recibir el amor del otro. Hay un anhelo consciente de ser querido y una dificultad inconsciente para dejarse querer. En un plano más profundo del inconsciente, hay un sentimiento de no ser capaces de amar, de no sentir el amor, que es una secuela del olvido de sí. La abnegación trata de compensar en la acción la ausencia de sentimientos amorosos.

La *reacción específica* al no sentirnos amados es la de olvidar y restar importancia a nuestras necesidades y sentimientos. El hecho de olvidar tiene que ver con el de resignarse. Pero este resignarse contiene un matiz vengativo.

Hay una gran dificultad para enfrentarnos a la verdad íntima, un temor de que si descubrimos o descubren lo que realmente somos, podremos o podrán descubrir que somos más «feos» de lo que imaginábamos, podremos ver que no podemos sentirnos dignos de amor porque somos incapaces de amar. Algo que hemos necesitado mantener muy alejado de nuestra conciencia, proyectando en los demás la incapacidad de amar, son los otros los que no me aman, ni me amarán haga lo que haga, por mucho que me esfuerce.

La *dificultad específica* que refleja la sensación de inseguridad tiene que ver con la inercia: si intuimos que nuestra alma es deficiente y no queremos verlo y tenemos la convicción profunda de que no somos amados, no tiene sentido trabajar con nosotros mismos y nos perdemos en detalles y actividades de la vida cotidiana, nos distraemos con lo exterior, nos adaptamos a la realidad consensuada y nuestra actuación en el mundo se mantiene en los límites de lo convencional.

Y ahora...

¿De qué te das cuenta tras esta lectura?

¿Ha habido alguna que te haya “movido” más que otra?

¿Reconoces estos mecanismos funcionando en ti o en otros?