



Cómo salir del piloto automático

Autoobservación y eneagrama

Encuentro de dudas, comentarios y consolidación.

DOSIER 28

24 de marzo de 2026

ÍNDICE

CON CESCA CINTAS Y MATERIAL DE INVESTIGACIÓN.....	5
¿Y QUÉ SE DIJO EN LA SESIÓN?.....	6
LA AUTOOBSERVACIÓN NO BUSCA “ROMPER” PATRONES.....	6
¿HAY UN PARALELISMO ENTRE EL ENEAGRAMA Y LOS TRES CENTROS?.....	6
HIPERDESARROLLO, DESCONEXIÓN Y DESVIACIÓN EN LAS TRÍADAS.....	6
¿PODEMOS MOSTRAR MATICES DISTINTOS SEGÚN LA SITUACIÓN?.....	7
¿POR QUÉ NO ENCAJAMOS AL 100% EN UN ENEATIPO?.....	7
EL ENEAGRAMA NO DEBERÍA CONVERTIRSE EN UNA ETIQUETA OBSESIVA.....	7
CUANTO MÁS TRABAJO INTERIOR HAY, MÁS DIFÍCIL ES IDENTIFICARSE CON UNA DESCRIPCIÓN “PURA”.....	8
LECTURA, ESTUDIO Y AUTOOBSERVACIÓN: ¿QUÉ VA PRIMERO?.....	8
¿POR QUÉ PERSONAS MUY CERCANAS DESARROLLAN ESTRUCTURAS DISTINTAS?.....	8
¿CÓMO ENTENDER LAS LÍNEAS DEL ENEAGRAMA?.....	8
LA INTERPRETACIÓN DE LAS LÍNEAS HA IDO CAMBIANDO.....	9
HOY SE PLANTEA UNA LECTURA MÁS ABIERTA.....	9
LAS LÍNEAS PODRÍAN ENTENDERSE COMO ESTRATEGIAS DE REFUERZO.....	9
LA AUTOOBSERVACIÓN SIGUE SIENDO LO DECISIVO.....	9
LA TEORÍA DEL “CENTRAMIENTO” QUEDA MÁS CUESTIONADA.....	10
LA TRIANGULACIÓN APARECE COMO UNA VÍA NUEVA.....	10

NO CONVIENE DAR NADA “A MISA”	10
DI MUCHA IMPORTANCIA A CONFIAR EN LA PROPIA EXPERIENCIA.	10
SI ME PASA, ENTONCES ES POSIBLE.....	11
¿PUEDE EL ENEAGRAMA SERVIR COMO ESTÍMULO PARA AUTOOBSERVARME?.....	11
A VECES EL ENEAGRAMA AYUDA JUSTAMENTE PORQUE ME “PICA” LA CURIOSIDAD.....	11
LA VERDAD NO ESTÁ SOLO EN LA TEORÍA: ESTÁ TAMBIÉN EN LO QUE YO OBSERVO.....	11
A VECES TARDAMOS TIEMPO EN UBICARNOS BIEN.....	11
AUNQUE ME EQUIVOQUE DE ENEATIPO, LA EXPLORACIÓN PUEDE SER ÚTIL.....	12
LO IMPORTANTE NO ES ENCONTRAR UN NÚMERO PERFECTO, SINO EL QUE MÁS ME AYUDA A COMPRENDERME.....	12
¿POR QUÉ CESCA DA MÁS IMPORTANCIA A LAS ALAS QUE A LOS SUBTIPOS?.....	12
LAS ALAS MATIZAN NECESARIAMENTE EL ENEATIPO PRINCIPAL....	12
NO CONVIENE VOLVERSE FUNDAMENTALISTA DE UNA ESCUELA. .	13
CONTRASTAR DISTINTAS MIRADAS PUEDE SER ENRIQUECEDOR. .	13
LOS SUBTIPOS PUEDEN APORTAR, AUNQUE NO TODO EL MUNDO LOS ENTIENDA IGUAL.....	13
EL ENEAGRAMA PUEDE ENTENDERSE DE MANERAS DISTINTAS, SIEMPRE QUE ME AYUDE A CRECER.....	13
NO SE TRATA TANTO DE TENER LA TEORÍA PERFECTA COMO DE VER PARA QUÉ ME SIRVE.....	14
QUÉ TIENE MÁS PESO EN LA PERSONALIDAD.....	14
¿EL ENEAGRAMA ES UNA HERRAMIENTA ESTÁTICA O DINÁMICA?.	14

LA PERSONALIDAD TIENE UNA PARTE HEREDADA Y OTRA APRENDIDA.....	14
LA PERSONALIDAD ES DINÁMICA Y PUEDE CAMBIAR.....	15
TAMPOCO EN EL ENEAGRAMA TIENE MUCHO SENTIDO HABLAR DE “BUENO” Y “MALO”	15
NOS VAMOS MOVIENDO CONTINUAMENTE.....	15
POR ESO ES IMPOSIBLE ENCAJAR DEL TODO EN UNA DESCRIPCIÓN FIJA.....	16
LA AUTOOBSERVACIÓN ME DA UN MARGEN REAL DE RESPONSABILIDAD.....	16
EL ENEAGRAMA NO DECIDE POR NOSOTROS.....	16
¿LAS PERSONAS DEL MISMO ENEATIPO SE ATRAEN?.....	16
¿A QUÉ CAMPO PERTENECE EL ENEAGRAMA?.....	16
LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL PUEDE AYUDAR A EXPLORAR MATICES.....	17
CERRAMOS LA SESIÓN COMO UNA INVITACIÓN A SEGUIR PROFUNDIZANDO.....	17

CON CESCA CINTAS Y MATERIAL DE INVESTIGACIÓN

En esta sesión de dudas y comentarios contamos también con la presencia de Cesca Cintas, que ya había impartido una de las sesiones de este tema.

Su presencia nos permitió centrarnos especialmente en el eneagrama y dejar algo más en segundo plano la autoobservación.

El eneagrama es un tema amplio. Para quien desee profundizar, aquí quedan algunos materiales recomendados:

1. Página web recomendada por Cesca

<https://eneaterapia.com>

Especialmente los apartados sobre eneagrama e instintos.

2. Vídeos breves recomendados por Cesca

Alberto Chavarino, en Instagram, sobre la triangulación, que nosotros relacionamos con el equilibrio de los tres centros para equilibrar la personalidad:

<https://www.instagram.com/reel/C0fFUnZvwYo/?igsh=MXZibDZtczZycGRkZQ%3D%3D>

<https://www.instagram.com/reel/C2QLijuvKcT/?igsh=MXg5NWtoNW12TZiag%3D%3D>

<https://www.instagram.com/reel/C2S8pBHvQcN/?igsh=MThsdGM0eHNta296OQ%3D%3D>

3. Una observación sobre los libros de eneagrama

Cesca comentó que muchos libros sobre eneagrama le parecen hoy algo anticuados.

Por mi parte, reconozco que hace años me ayudó mucho *Carácter y neurosis*, de Claudio Naranjo, porque me permitió identificar un eneatispo que reflejaba bastantes de mis dificultades y observarme a partir de ahí.

Para quien quiera una lectura más sencilla, también puede resultar útil *Encantado de conocerme*, de Borja Vilaseca.

4. La idea clave

Que el eneagrama sirva como orientación para la autoobservación, pero sin poner por delante la teoría a la propia experiencia. Lo importante es observar la propia vida. Así no se trata de “creer”, sino de “saber”.

¿Y QUÉ SE DIJO EN LA SESIÓN?

Voy a intentar resumir lo esencial de este primer bloque de dudas y comentarios.

LA AUTOOBSERVACIÓN NO BUSCA “ROMPER” PATRONES

Abrí la sesión recordando que la autoobservación y el eneagrama sirven para detectar patrones automáticos, muchas veces inconscientes, que solemos llamar “ego”.

Maticé también que quizá no conviene hablar de “romper” patrones, sino más bien de superarlos o dejarlos caer. No se trata de eliminarlos para siempre, sino de poder usarlos o no según el contexto, con más conciencia y libertad.

¿HAY UN PARALELISMO ENTRE EL ENEAGRAMA Y LOS TRES CENTROS?

A partir de una pregunta del alumnado, Cesca señaló un paralelismo muy sugerente entre el trabajo con los tres centros y la lógica interna del eneagrama.

Explicó que, dentro de cada tríada, la energía del centro correspondiente puede aparecer de tres maneras: hiperdesarrollada, desconectada o desviada.

HIPERDESARROLLO, DESCONEXIÓN Y DESVIACIÓN EN LAS TRÍADAS

Según explicó Cesca, el primer eneatipo de cada tríada muestra la energía del centro hiperdesarrollada; el del medio, desconectada; y el último, desviada.

En la tríada del sentimiento, el 2 tendría la emocionalidad hiperdesarrollada, el 3 la tendría desconectada y el 4 desviada hacia sí mismo.

En la tríada del pensamiento, el 5 la tendría hiperdesarrollada, el 6 desconectada y el 7 desviada hacia lo placentero y estimulante.

En la tríada del instinto, el 8 tendría la energía visceral hiperdesarrollada, el 9 desconectada y el 1 desviada, sobre todo, contra sí mismo.

Este enfoque resultó especialmente interesante porque amplía la clásica idea de lo sobredesarrollado y lo subdesarrollado que usamos en Aula Interior, añadiendo una

tercera posibilidad: la desviación (hacia mí o hacia el exterior).

Creo que no debemos tomarlas al pie de la letra, pero sí tenerlas presentes por si mejoran nuestra capacidad de autoobservación.

¿PODEMOS MOSTRAR MATICES DISTINTOS SEGÚN LA SITUACIÓN?

A partir de esta explicación, Cesca sugirió que una misma persona puede mostrar matices diferentes según el contexto y apoyarse más en un ala que en otra.

Por ejemplo, alguien puede funcionar de un modo en lo laboral y de otro en lo familiar. No lo planteó como una regla absoluta, pero sí como un paralelismo útil para comprender mejor ciertos desplazamientos dentro de la personalidad.

¿POR QUÉ NO ENCAJAMOS AL 100% EN UN ENEATIPO?

Cesca insistió en que es imposible encajar al cien por cien en la descripción de un eneatiipo.

Entre otras cosas, porque normalmente las descripciones básicas se hacen sin incluir alas (las características de los eneatiipos que están a ambos lados del que predomina en mí), y las alas matizan mucho el tipo principal. Además, esas alas pueden tener más o menos fuerza, y cuando ambas son potentes, distinguir el eneatiipo dominante exige una autoobservación muy seria.

También señaló que las líneas pueden ayudar a salir de ciertas dudas, porque muestran las estrategias de refuerzo que cada personalidad pone en marcha.

EL ENEAGRAMA NO DEBERÍA CONVERTIRSE EN UNA ETIQUETA OBSESIVA

Lo importante no es acertar con una etiqueta perfecta, sino comprender qué exageraciones estoy utilizando y moderarlas.

Esa sería la verdadera utilidad del eneagrama: ayudar a ver con más claridad los automatismos de la personalidad.

CUANTO MÁS TRABAJO INTERIOR HAY, MÁS DIFÍCIL ES IDENTIFICARSE CON UNA DESCRIPCIÓN “PURA”

Cesca explicó también que, cuando una persona lleva años haciendo trabajo interior, suele costarle más reconocerse en una descripción cerrada de eneatispo.

Con el tiempo, la vida, la experiencia y el trabajo personal van equilibrando muchos rasgos. Por eso, el eneagrama suele verse con más claridad en personas jóvenes, en las que la estructura de personalidad aparece de forma más marcada.

LECTURA, ESTUDIO Y AUTOOBSERVACIÓN: ¿QUÉ VA PRIMERO?

Tanto Cesca como yo subrayamos la importancia de dar prioridad a la propia observación.

Estudiar, leer y contrastar puede ayudar, pero no conviene sustituir la experiencia directa por la teoría. Más aún en un campo como el eneagrama, donde existen corrientes distintas y no siempre coinciden en la interpretación de alas, líneas o centramiento.

Por eso, la propuesta fue clara: leer con curiosidad, escuchar distintas miradas y, después, comprobar qué resulta realmente coherente con la propia experiencia.

¿POR QUÉ PERSONAS MUY CERCANAS DESARROLLAN ESTRUCTURAS DISTINTAS?

Ante otra pregunta del alumnado, Cesca recordó que, aunque varias personas crezcan en entornos muy parecidos, no son clones.

Cada una tiene su propia sensibilidad y responde de manera distinta a lo que vive. El eneagrama no explica del todo el origen de esa sensibilidad, pero sí parte de la idea de que cada persona trae una manera particular de sentir y reaccionar.

Desde ahí se entiende que, incluso viviendo situaciones semejantes, dos personas puedan construir estructuras de personalidad muy diferentes.

¿CÓMO ENTENDER LAS LÍNEAS DEL ENEAGRAMA?

A partir de una pregunta, Cesca retomó el tema de las líneas del eneagrama y su relación con determinadas situaciones de estrés o de dificultad.

La cuestión era hasta qué punto conviene mirar esas líneas para comprender mejor el funcionamiento de cada eneatispo.

LA INTERPRETACIÓN DE LAS LÍNEAS HA IDO CAMBIANDO

Cesca explicó que no siempre se han entendido del mismo modo.

Según la corriente más clásica, vinculada a Claudio Naranjo, cada eneatispo tenía una dirección de centramiento y otra de descentramiento. En el caso del 9, acercarse al 3 significaba espabilarse y centrarse; acercarse al 6, en cambio, implicaba entrar más fácilmente en ansiedad y desconectarse.

HOY SE PLANTEA UNA LECTURA MÁS ABIERTA

Cesca señaló que, con el tiempo, otras corrientes empezaron a cuestionar esa visión más rígida.

Según estas interpretaciones más recientes, una persona puede moverse hacia lo “luminoso” o hacia lo “desajustado” de cualquiera de sus dos líneas. Es decir, no habría una línea siempre positiva y otra siempre negativa.

LAS LÍNEAS PODRÍAN ENTENDERSE COMO ESTRATEGIAS DE REFUERZO

Desde esta mirada más actual, las líneas no serían tanto direcciones fijas de centramiento o descentramiento, sino estrategias de refuerzo que utilizamos en situaciones de presión, dificultad o estrés.

Por eso, la propuesta no es dar nada por sentado, sino observar en uno mismo qué recursos activa en determinados momentos y hacia qué rasgos se desplaza.

LA AUTOOBSERVACIÓN SIGUE SIENDO LO DECISIVO

Cesca insistió en que ninguna de estas explicaciones debería tomarse como una verdad absoluta.

Lo sensato es contrastarlas con la propia experiencia. Si creo haber identificado mi eneatispo, puedo observar qué ocurre en mí cuando me acerco a una línea o a otra, y comprobar si tomo rasgos más constructivos o más limitantes de cada una.

LA TEORÍA DEL “CENTRAMIENTO” QUEDA MÁS CUESTIONADA

Si realmente puedo moverme hacia lo más ajustado o lo más desajustado de ambas líneas, entonces la antigua teoría del centramiento y el descentramiento pierde fuerza.

Cesca lo planteó con mucha honestidad: hoy no puede afirmarse con rotundidad una única interpretación, porque el propio estudio del eneagrama sigue evolucionando.

LA TRIANGULACIÓN APARECE COMO UNA VÍA NUEVA

Cesca mencionó también que empieza a abrirse paso otra posibilidad: pensar no tanto en términos de centramiento, sino de equilibrio entre los tres centros.

Es una línea de trabajo todavía muy incipiente, con poca elaboración teórica por ahora, pero que puede abrir una comprensión más amplia y más rica de la personalidad.

NO CONVIENE DAR NADA “A MISA”

Tanto Cesca como yo subrayamos que no conviene convertir ninguna formulación teórica en dogma.

En un campo como este, donde las interpretaciones cambian con los años, lo más valioso sigue siendo comprobar qué encaja de verdad con la propia experiencia y qué no.

DI MUCHA IMPORTANCIA A CONFIAR EN LA PROPIA EXPERIENCIA

Quise llamar la atención sobre un hecho importante: durante años se repitieron ciertas ideas sin que apenas nadie las cuestionara.

Eso me llevó a subrayar algo que considero clave en Aula Interior: no dar un valor excesivo a la autoridad externa y aprender a confiar de verdad en lo que uno observa en sí mismo.

SI ME PASA, ENTONCES ES POSIBLE

Recordé también una idea que repito a menudo en Aula Interior: cuando alguien dice “a mí me pasa esto, ¿es posible?”, la respuesta es muy sencilla: si te pasa, es posible.

Dicho de otro modo: la experiencia propia merece crédito. Y esa confianza en lo que uno vive y observa es fundamental para que la autoobservación sea real y no una simple teoría.

¿PUEDE EL ENEAGRAMA SERVIR COMO ESTÍMULO PARA AUTOOBSERVARME?

Una persona del grupo explicó que el eneagrama le había resultado muy útil precisamente porque le despertaba curiosidad y le empujaba a observarse más.

En su caso, incluso ver con qué eneatispo encajaba mejor le sirvió como estímulo para sostener una observación que, de entrada, le costaba mucho.

A VECES EL ENEAGRAMA AYUDA JUSTAMENTE PORQUE ME “PICA” LA CURIOSIDAD

Se compartió que, en algunos casos, el eneagrama no sirve tanto por dar respuestas cerradas como por activar preguntas.

Esa curiosidad por saber “dónde encajo más” puede convertirse en una excusa muy fecunda para mirarme con más profundidad y contrastar lo que leo con mi propia experiencia.

LA VERDAD NO ESTÁ SOLO EN LA TEORÍA: ESTÁ TAMBIÉN EN LO QUE YO OBSERVO

Apareció con fuerza una idea que ya había salido antes: la observación propia tiene prioridad sobre cualquier explicación externa.

Aunque una teoría pueda orientar, quien tiene que comprobar si algo encaja o no soy yo. Y si no encaja, eso también es una verdad que conviene respetar.

A VECES TARDAMOS TIEMPO EN UBICARNOS BIEN

Se comentó también que hay personas, incluso con experiencia terapéutica o con

mucho recorrido en el eneagrama, que con el tiempo descubren que no estaban bien situadas en el eneatis que creían suyo.

Esto refuerza la idea de que no conviene obsesionarse con acertar rápido, sino mantenerse en una observación honesta y abierta.

AUNQUE ME EQUIVOQUE DE ENEATIPO, LA EXPLORACIÓN PUEDE SER ÚTIL

Se señaló algo muy interesante: incluso cuando una persona se coloca provisionalmente en un eneatis que luego no resulta ser el principal, esa exploración puede haber sido valiosa.

Si algo me resuena, probablemente está tocando algún aspecto real de mí, aunque no sea el núcleo central de mi estructura.

LO IMPORTANTE NO ES ENCONTRAR UN NÚMERO PERFECTO, SINO EL QUE MÁS ME AYUDA A COMPRENDERME

Cesca recordó que, si realmente quiero identificar mi eneatis, lo más sensato es buscar primero la descripción que más se aproxima a mí.

Sabiendo siempre que nunca encajaré al cien por cien, porque la personalidad no se expresa de forma pura y siempre aparece matizada por otros elementos.

¿POR QUÉ CESCA DA MÁS IMPORTANCIA A LAS ALAS QUE A LOS SUBTIPOS?

Cesca explicó con mucha claridad por qué ella trabaja preferentemente con las alas.

Su idea es que, cuando la personalidad se deforma en una dirección concreta, esa deformación no afecta solo al punto principal, sino también a los puntos laterales. Por eso las alas vendrían “incluidas” en la exageración básica de la personalidad.

LAS ALAS MATIZAN NECESARIAMENTE EL ENEATIPO PRINCIPAL

Desde esta perspectiva, es imposible que exista un eneatis “puro”.

Siempre habrá una modulación por los eneatis tipos contiguos, aunque una de las alas tenga más peso que la otra. Por eso, al observarme, no basta con mirar solo el tipo principal.

NO CONVIENE VOLVERSE FUNDAMENTALISTA DE UNA ESCUELA

En la conversación apareció también una crítica muy valiosa: a veces las distintas corrientes del eneagrama se vuelven demasiado rígidas o demasiado identificadas con su propia escuela.

Sin embargo, varias formulaciones que parecen opuestas tal vez no lo sean tanto. Por eso, más que defender una etiqueta teórica, conviene ver qué mirada me ayuda realmente a comprenderme mejor.

CONTRASTAR DISTINTAS MIRADAS PUEDE SER ENRIQUECEDOR

Se subrayó que escuchar escuelas diferentes no tiene por qué confundir, siempre que mantenga como referencia la propia experiencia.

Abrirme a otras interpretaciones puede enriquecer mi observación, afinar matices y evitar que convierta una sola teoría en dogma.

LOS SUBTIPOS PUEDEN APORTAR, AUNQUE NO TODO EL MUNDO LOS ENTIENDA IGUAL

Cesca señaló que algunas corrientes actuales consideran los subtipos más bien como un complemento al eneagrama, no como algo contenido directamente en el símbolo.

Aun así, se reconoció que pueden resultar útiles para comprender por qué personas de un mismo eneatis tipo se expresan de formas muy distintas.

EL ENEAGRAMA PUEDE ENTENDERSE DE MANERAS DISTINTAS, SIEMPRE QUE ME AYUDE A CRECER

Otra participante explicó que ella había trabajado más bien con la teoría clásica de

las dos direcciones y que, en su experiencia, eso también le había resultado útil.

Comentó, por ejemplo, que ciertos movimientos que antes entendía solo como desajuste hoy los reconoce también como intentos de equilibrio o de respuesta ante determinadas situaciones.

NO SE TRATA TANTO DE TENER LA TEORÍA PERFECTA COMO DE VER PARA QUÉ ME SIRVE

A partir de ese intercambio, quedó claro que distintas interpretaciones pueden resultar útiles si favorecen la autoobservación y el crecimiento interior.

La cuestión no es defender una formulación como única válida, sino ver de qué manera me ayuda a entender mejor lo que hago, lo que siento y cómo reacciono.

QUÉ TIENE MÁS PESO EN LA PERSONALIDAD

Cesca cerró este bloque recordando que lo que más peso tiene en la personalidad es el eneatipo principal.

Después vendrían una o las dos alas, y solo más puntualmente aparecerían las estrategias de refuerzo o movimientos hacia otros puntos. Dicho de otro modo: lo central sigue siendo el eneatipo troncal, aunque esté siempre matizado.

¿EL ENEAGRAMA ES UNA HERRAMIENTA ESTÁTICA O DINÁMICA?

A partir de una intervención, apareció una idea importante: aunque hoy el eneagrama suele quedar colocado en el terreno de la pseudociencia, eso no impide que pueda ser una herramienta útil para conocerse mejor.

Se señaló también que ciertas etiquetas, como “pseudociencia” o “autoayuda”, a menudo se usan de forma despectiva y pueden llevarnos a despreciar aportaciones valiosas sin examinarlas de verdad.

LA PERSONALIDAD TIENE UNA PARTE HEREDADA Y OTRA APRENDIDA

Se recordó que la personalidad no depende de un único factor, sino que en ella

intervienen tanto el temperamento biológico como el carácter, es decir, lo aprendido.

Por eso la personalidad no es algo fijo: puede modificarse a partir de la experiencia, la autoobservación y el trabajo interior.

LA PERSONALIDAD ES DINÁMICA Y PUEDE CAMBIAR

A partir de ahí, se subrayó que la personalidad tiene un carácter dinámico.

Si me observo, comprendo mejor lo que hago y trabajo sobre ello; puedo cambiar. Precisamente por eso el eneagrama no debería entenderse como una condena ni como una etiqueta cerrada, sino como una ayuda para ver mejor mis automatismos.

TAMPOCO EN EL ENEAGRAMA TIENE MUCHO SENTIDO HABLAR DE “BUENO” Y “MALO”

Apareció también una matización importante sobre el lenguaje.

Más que hablar de rasgos “buenos” o “malos”, se propuso hablar de formas más funcionales o más disfuncionales, más saludables o menos saludables. Cesca sugirió luego la expresión “conductas ecológicas”, en el sentido de conductas respetuosas conmigo y con los demás.

Una expresión muy inspiradora que indica aquellas formas de actuar que no me dañan a mí, ni dañan a los demás, y que por tanto favorecen una vida más consciente y más respetuosa.

NOS VAMOS MOVIENDO CONTINUAMENTE

Cesca insistió en que el eneagrama describe un funcionamiento mucho más móvil de lo que parece.

Una misma exageración puede presentarse con más o menos intensidad según el momento vital. Además, podemos movernos por las alas, activar estrategias de refuerzo en situaciones de estrés e ir también recuperando más equilibrio interior.

POR ESO ES IMPOSIBLE ENCAJAR DEL TODO EN UNA DESCRIPCIÓN FIJA

Si la personalidad está viva y en movimiento, entonces no tiene sentido esperar que una persona encaje de manera perfecta en la definición de un eneatispo.

Dependiendo del momento, del contexto y del trabajo interior realizado, la expresión de un mismo eneatispo puede variar mucho.

LA AUTOOBSERVACIÓN ME DA UN MARGEN REAL DE RESPONSABILIDAD

En este tramo apareció también la idea de que no todo depende de mí, pero sí mucho.

Se evocó una formulación parecida a la del “90/10”: hay una parte de la realidad que no controlo, pero hay otra parte importante que sí me corresponde. Y es ahí donde la autoobservación y el trabajo interior adquieren todo su valor.

EL ENEAGRAMA NO DECIDE POR NOSOTROS

Ante otra pregunta del chat, Cesca respondió con claridad que el eneagrama no sirve para decidir si una persona debe o no ser madre, casarse o tomar una determinada decisión vital.

Puede aportar comprensión sobre ciertos patrones, pero no sustituye ni el juicio personal ni la conciencia.

¿LAS PERSONAS DEL MISMO ENEATIPO SE ATRAEN?

También se preguntó si las personas de un mismo eneatispo tienden a atraerse.

La respuesta fue prudente: puede ocurrir o puede no ocurrir. El eneagrama no permite hacer afirmaciones automáticas de ese tipo. Lo decisivo sigue siendo el nivel de conciencia con el que cada persona vive sus propios patrones.

¿A QUÉ CAMPO PERTENECE EL ENEAGRAMA?

Se planteó también la cuestión de en qué rama del conocimiento habría que situarlo.

Cesca explicó brevemente su recorrido histórico: el símbolo vendría de Oriente, habría llegado a Europa con Gurdjieff y a Sudamérica con Oscar Ichazo, y fue Claudio Naranjo quien lo dio a conocer ampliamente. Pero reconoció con honestidad que no sabe ubicarlo con precisión en una sola disciplina.

En todo caso, actualmente es usado por terapeutas, psicólogos/as y psiquiatras, además de por guionistas que los usan para dar volumen y credibilidad a los personajes que crean.

LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL PUEDE AYUDAR A EXPLORAR MATICES

En el chat apareció también la idea de usar herramientas de inteligencia artificial para investigar sobre el eneagrama y explorar matices, incluso analizando personajes de series o películas.

Se valoró como una posibilidad interesante, siempre que siga estando al servicio de la observación y no de la simple acumulación de teoría.

CERRAMOS LA SESIÓN COMO UNA INVITACIÓN A SEGUIR PROFUNDIZANDO

El cierre de la sesión dejó una idea sencilla: el eneagrama puede ser una vía más para seguir profundizando en uno mismo.

Si te has quedado con alguna duda, si hay algo que te ha resonado en especial o, simplemente, quieres compartir una reflexión...

escíbeme, me encantará leerte.

Puedes hacerlo a este correo:

info@danielgabarro.com

Gracias por estar ahí.

Un abrazo muy grande.