

# ANEXO LIBRO DHIRAVAMSA

## “Meditación Vipassana y Eneagrama”

### EL FLUJO INTERNO

El punto que sigue a otro, moviéndonos en la dirección de las flechas, es una elaboración más, un resultado, y una reacción al original. Lo que sigue es un resumen breve del despliegue de los tipos siguiendo el flujo interno. Empezando con la pérdida de contacto con la **Esencia** para resolver el aprieto por el distanciamiento de las profundidades y cómo el interrogante de cada punto, es una consecuencia natural de la resolución alcanzada por el tipo que lo precede. La resolución que cada eneatis tipo alcanza es inherentemente insatisfactoria, ya que el interrogante no puede ser resuelto en el nivel de la personalidad, y así la búsqueda de la resolución, continua alrededor del eneagrama de la personalidad, en una especie de círculo vicioso.

Vimos en nuestra discusión del triángulo interno, cómo el perder el contacto con la Esencia, representado por el Punto Nueve, conduce al miedo existencial del Punto Seis. Sin ningún fundamento del ser, el ego (nuestra función ejecutiva) se queda inseguro y asustado, lo que a su vez lleva al desarrollo de una falsa personalidad –representado por el Punto Tres- para ser capaz de sobrevivir y funcionar. Con nada más para nosotros que nuestros instintos e impulsos, el mundo es uno de supervivencia de los más aptos en el Punto Seis; y con el movimiento al Punto Tres, te sientes que debes tirar de ti mismo por tus propios medios, construyéndote un sentido de uno mismo y una vida, y en efecto, convirtiéndote en un semidiós. Cuanto más te crees a ti mismo el ser esa concha y vivir en la superficie externa de ti mismo, y cuanto más que te identificas con lo que haces y alcanzas, a su vez más te apoyas en olvidar tus profundidades, llevándonos el movimiento del flujo interior de nuevo al Punto Nueve. Todo lo que queda es hacerte a ti mismo sentirte cómodo y distraerte, centrándote en irrelevancias y en inconsecuencias de una manera mecánica y sonámbula. Este es un samsara de los Sistemas del Eneagrama.

Así que en el movimiento de un punto al siguiente en el triángulo interno, vemos bloques de construcción en las capas del desarrollo del ego de una estructura de personalidad. Tal como hemos visto, los eneatis tipos que rodean a aquellos en el triángulo pueden ser vistos como una elaboración o variaciones de este proceso arquetípico. Empezando con el Punto Uno (que es arbitrario, podríamos empezar con cualquier punto del círculo exterior), vemos que en respuesta a la sensación de ser imperfecto, dañado, o defectuoso, el movimiento natural es hacia el anhelo de una fuente perfecta, representada por el Punto Cuatro. Desde otro ángulo, el intento del Punto Uno de hacerse a sí mismo/sí misma y otros perfectos – lo que está condenado al fracaso ya que lo que está mal es la pérdida de vista de la perfección inherente al ego – conduce al sentido trágico del anhelo desesperado del Punto Cuatro. O, desde otro ángulo más, el sentido interno de ser malvado del Punto Uno lleva al Punto Cuatro, aquel de ser abandonado y expulsado del Ser (Esencia).

Sin ser capaz de conectar con una fuente interior en el Punto Cuatro, la mente ego se mueve naturalmente hacia fuera, hacia otros para esa conexión, representada por el Punto Dos. El convertirse en dependiente del amor del otro para la realización parece la solución obvia cuando uno ha decidido que su propio distanciamiento de sus propias profundidades es irresoluble. Apegándose a alguien que personifica lo que uno desea parece ser el billete en el Punto Dos, y el amor romántico parece mantener la promesa de satisfacción. Pero tras jugar para otros y convertirse en un felpudo adulator en el Punto Dos, el ego ha tenido suficiente de ese tipo de humillación, y de todas maneras la realización a través de la relación, todavía no llena el vacío interior.

Así que el siguiente paso en el flujo es hacia el Punto Ocho, optando por la dominación y la venganza por la degradación total que uno ha sufrido en el Punto Dos. El foco se convierte en ser equilibrado y en ser duro más que blando. Más que rendirse a la voluntad de otro y convertirse en impotente como en el Punto Dos, el estar a cargo se ve como la respuesta. Suficiente de ser una víctima, no importa lo inocente – y suficiente de amor, que no soluciona todo al final; en vez de manipular a otros para obtener lo que uno quiere y esperar alrededor para que respondan, lo que nunca hacen del todo bien de todas maneras, es tiempo de tomar el control y agarrar lo que uno quiere sin preocuparse uno mismo de nadie.

Cuando esta solución falla para traer la realización deseada, el próximo movimiento del ego es hacia la retirada, representada por el movimiento hacia el Punto Cinco. Llevarse sus propias canicas e irse a casa puede ser el mejor castigo después de todo, y de todas maneras estas canicas parecen bastante valiosas, así que el foco se desplaza aquí hacia el acapararlas a una distancia segura de todo impacto y demandas. El compromiso apasionado en la vida sólo ha dejado el vacío, así que observar desde una distancia segura parece ser la mejor solución en el Punto Cinco. El conocimiento parece como que sí puede traer la realización, lo que a su vez lleva a una huida en las abstracciones y esquemas del Punto Siete. La búsqueda de compromisos mentales estimulantes parece mejor que el vacío de escape que se ha convertido en central en el Punto Cinco. Trazar el curso de uno hacia la realización parece, con el movimiento al Punto Siete, más prometedor que permanecer aislado en el Punto Cinco.

El hacer mapas y planes del Punto Siete lleva a su vez a tener un sentido de cómo podrían ser las cosas, y con el sentido adicional de que así es como deberían ser, el flujo interno nos lleva de nuevo al Punto Uno. La necesidad de ser positivo en el Punto Siete lleva a una especie de tendencia de militancia de-ser-bueno en el Punto Uno, apuntalado por la convicción defensiva de lo correcto. Fuera del plan idealizado desarrollado en el Punto Siete, la crítica a los que no se adhieren a él sigue en el Punto Uno.

El punto que precede al propio en el flujo interior (el directamente anterior, moviéndose hacia atrás, siguiendo el flujo interior) se llama el punto corazón de cada tipo. Esto es así, porque es el corazón del siguiente eneatispo, en el sentido de que psicodinámicamente forma una capa más profunda en la psique. Cada tipo puede ser visto como una respuesta y una reacción dentro del ego, a su punto corazón

El punto que sigue al propio ha sido llamado por algunos escritores del eneagrama el punto de estrés. La idea es que bajo situaciones estresantes, nos movemos a la perspectiva de este punto, tomando su conjunto-mental, su tono emocional, y adoptando su estilo de conducta. Este concepto no fue parte de la enseñanza original de Naranjo, y en mi experiencia y en la de Sandra Maitri<sup>1</sup> no es del todo precisa. Moverse con las flechas al punto siguiente al suyo propio, puede ser visto más correctamente como seguir la línea de menor resistencia en la personalidad. Es una posición más defensiva, y por ello nos aleja de nuestras profundidades interiores. Nuestra posición egoica se fortalece más aquí, así que nos volvemos más inexpugnables de cualquier verdad más profunda filtrándose a través de nuestra psique. Así, más que cuestionar nuestra posición, nos afianzamos cuando nos movemos hacia la mentalidad indicada por este punto.

Aunque a menudo nos convertimos más defendidos cuando estamos bajo estrés, esto no siempre es así. Situaciones que son extremadamente difíciles pueden en vez resquebrajar nuestras defensas, acercarnos a nosotros mismos, más que alejarnos. Para muchos de nosotros, eventos tales como la muerte de un ser querido, un accidente, o una enfermedad seria pueden ser realmente el momento decisivo en nuestras vidas, en el que nos abrimos a algo más profundo dentro y nos acercamos a nuestra verdad interior, al estar más abiertos y transparentes a ella. De acuerdo con la experiencia personal de Sandra Maitri y la observación de otros, se afirma que en tiempos de tensión y angustia, igualmente podemos movernos al punto corazón de nuestro tipo, como al punto siguiente. La defensa versus la apertura a la exploración interior parece ser la variable, más que el estrés en sí mismo o incluso su grado. Por este motivo, es más preciso el referirse a estos puntos como el punto corazón y el punto defensivo.

Centrándonos en el punto corazón, ¿qué quiere decir y cuáles son las implicaciones de que forme una capa subyaciendo nuestro eneatispo? La comprensión desarrollada por Almas en el Enfoque Diamante es que las características de nuestro punto corazón se correlacionan con una de nuestras estructuras más problemáticas en nuestra alma, a los que él ha llamado el niño alma. Nuestro niño alma (Niño Interior) es parte de nuestra consciencia que fue frenada en su desarrollo cuando somos muy pequeños, de manera que no

---

<sup>1</sup> Una pionera del Sistema Eneagrama de Personalidad y autora de Las Dimensiones Espirituales del Eneagrama

maduró con el resto de nosotros y por ello se siente experiencialmente como una parte de nosotros que es un niño. No es simplemente una versión más joven de nosotros como somos ahora; es una parte de nosotros que no fue mantenida, permitida completamente, y apoyada como niños. Sus cualidades – que veremos que son aquellas de nuestro punto corazón – no fueron aceptables por una razón u otra dentro de nuestro entorno de la infancia, así que aprendimos a reprimir estos aspectos de nosotros mismos. Nuestra personalidad se desarrolló alrededor de esta parte cerrada de nosotros, mayormente como reacción a la misma. Dado que sus características no fueron aceptadas, desarrollamos otras que sí lo fueron – aquellas del punto siguiente moviéndonos siguiendo el flujo interno del eneagrama – nuestro eneatispo. Estas partes de nosotros que fueron aceptables para nuestros padres y apoyadas por nuestro entorno maduraron, mientras que el niño alma (Niño Interior) permaneció atrás, siendo gradualmente escondido, y viviendo por ello en el inconsciente.

Nos damos cuenta de nuestro alma niño (Niño Interior) cuando la parte adulta sabe que necesitamos hacer algo y nos encontramos postergándolo o incluso olvidándonos de todo ello. Lo notamos cuando necesitamos perder algo de peso o hacer más ejercicio, y en vez nos encontramos comiendo bombones o tomándonos una siesta. Lo notamos cuando tenemos que hacer la declaración de Hacienda, y de alguna manera nos encontramos esperando hasta el último momento posible, a pesar de nuestras mejores intenciones. Lo notamos, en resumen, cuando nuestras acciones no se corresponden con nuestra observación objetiva de lo que se necesita, y entonces nos encontramos divididos y reñidos con nosotros mismos. Nos encontramos a nosotros mismos haciendo las cosas exigentes en nuestras vidas a pesar de nuestro niño alma (Niño Interior), y mucha de nuestra energía se va en vencer su pesadez sobre nuestras aspiraciones de adulto.

Dhiravamsa