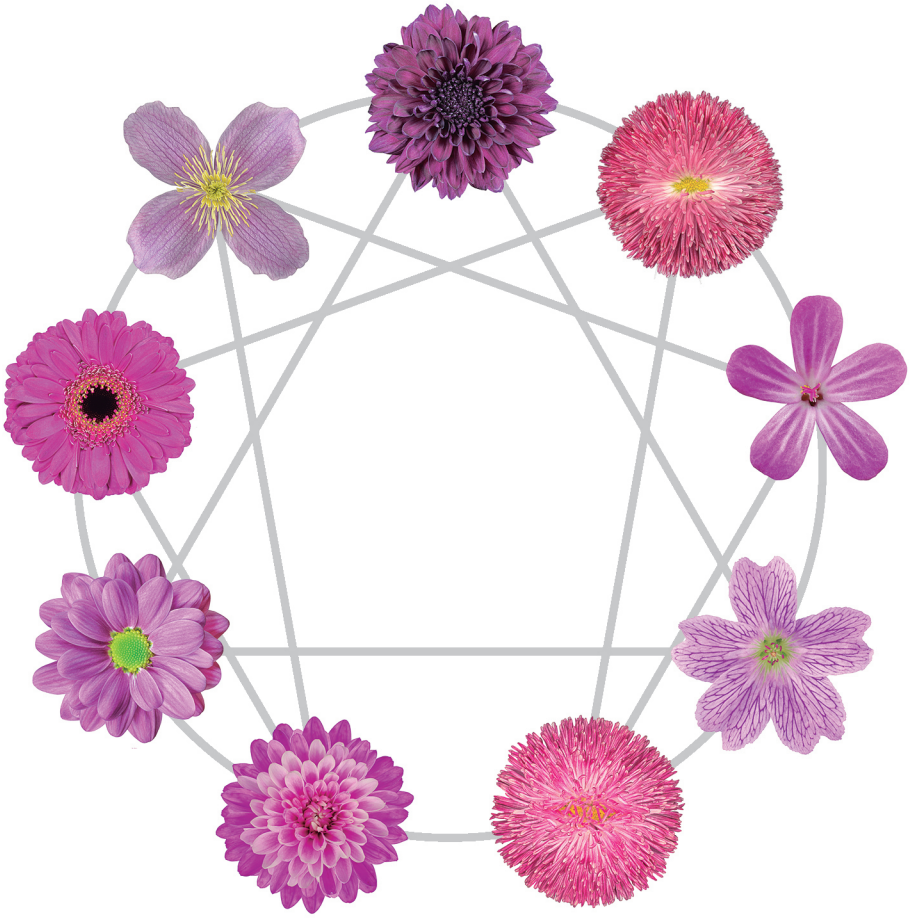
Carmela Ruiz de la Rosa

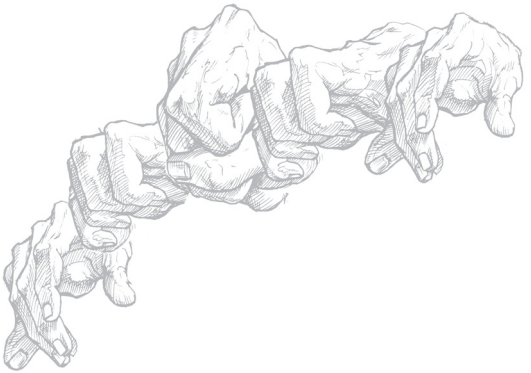


eneagrama
PARA TERAPEUTAS

Serendipi
MAIOR

Carmela Ruiz de la Rosa

ENEAGRAMA PARA TERAPEUTAS



Desclée De Brouwer

Índice

Presentación *(por Augusto Abello Blanco)* 15

Prólogo 19

Guía de lectura 23

¿Qué es el eneagrama? 25

Eneatipo uno 27
- Abordaje terapéutico. La terapia de la liviandad 27
- Mecanismos de defensa 35
- Patologías frecuentes 36
- Coincidencias en las biografías 36
- Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo uno 36

Eneatipo dos 39
- Abordaje terapéutico. La terapia de la relación 39
- Mecanismos de defensa 51
- Patologías frecuentes 51
- Coincidencias en las biografías 52
- Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo dos 52

Eneatipo tres 55
- Abordaje terapéutico. La terapia que retira las vendas al corazón 55
- Mecanismos de defensa 63
- Patologías frecuentes 64
- Coincidencias en las biografías 64
- Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo tres 65

Eneatipo cuatro 69
Abordaje terapéutico. La terapia del aquí y ahora 69
Mecanismos de defensa 81
Patologías frecuentes 82
Coincidencias en las biografías 82
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo cuatro 82

Eneatipo cinco 87
Abordaje terapéutico. La terapia de la no-acción 87
Mecanismos de defensa 96
Patologías frecuentes 96
Coincidencias en las biografías 96
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo cinco 97

Eneatipo seis 103
Abordaje terapéutico. La terapia de la paciencia 103
Mecanismos de defensa 115
Patologías frecuentes 116
Coincidencias en las biografías 116
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo seis 117

Eneatipo siete 121
Abordaje terapéutico. La terapia de las excusas y las justificaciones 121
Mecanismos de defensa 130
Patologías frecuentes 130
Coincidencias en las biografías 130
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo siete 131

Eneatipo ocho 135
Abordaje terapéutico. La terapia del contacto con la ternura 135
Mecanismos de defensa 144
Patologías frecuentes 144
Coincidencias en las biografías 145
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo ocho 145

Eneatipo nueve 149
Abordaje terapéutico. La terapia del movimiento 149
Mecanismos de defensa 157
Patologías frecuentes 158
Coincidencias en las biografías 158
Testimonios. Lo más terapéutico para el eneatipo nueve 159

Y para concluir 161
¿Qué es la salud? ¿Cómo se alcanza? 161
¿Y qué es lo más importante para mí, como terapeuta, cuando trabajo con el eneagrama? 163

Presentación

La única objetividad posible siempre es la subjetividad confesada.

Carmela Ruiz de la Rosa

Gracias a Carmela tengo el honor de escribir estas líneas. Vaya entonces desde este mismo momento mi gratitud hacia ella.

En el inicio de este libro se lee una conmovedora cita de Julio Cortázar antecedida por una declaración de gratitud y el esbozo de un momento vital de la autora que –a juzgar por el pasado utilizado en el verbo «creer»– sabemos, con alegría, superado.

Podemos decir que el libro empieza así mostrando algunos aspectos de la «subjetividad confesada» de Carmela y anuncia desde el mismo comienzo una posición que recorrerá el texto, algo que ella misma declara: «Se trata de un resumen de varios textos, salpicados de mi experiencia».

Experiencia que en el caso de nuestra autora acumula treinta años de vivencias clínicas, de los cuales veinte han sido con el eneagrama como telón de fondo.

Y remitirse a su propia experiencia tiene gran valor en muchos sentidos, incluido el que Tolstoi le daba a lo personal y su entrecruzamiento con el mundo: «Si quieres ser universal, habla de tu aldea».

Desde el principio el lector tendrá la sana y placentera sensación de que la experiencia, en un sentido amplio, está presente, de diálogo con la autora, de ser tenido en cuenta de una manera cercana. Tanto es así que Carmela le pide cosas tan claras como esta:

> Finalmente, pediros un último esfuerzo que debéis hacer en cuanto a la lectura de lo que tenéis escrito delante de vosotras y vosotros. Me gustaría que donde pone «siempre» pudierais leer «a menudo» o «casi siempre». Igualmente, donde pone «nunca» me gustaría que pudierais interpretar «casi nunca».
>
> Una invitación a tener en cuenta: nunca siempre, nunca nunca.

El hecho de que me encuentre escribiendo estas líneas merece una breve reflexión: soy terapeuta de orientación psicoanalítica y conozco de manera muy rudimentaria la escuela Gestalt, pero sí conozco a Carmela desde hace muchos años. El lance de que me haya cursado esta honrosa propuesta muestra a las claras algo que siempre he valorado en ella: lo poco que tiende a cerrar filas en torno a una teoría desconociendo la variedad tan rica de saberes que existen en torno a nuestra disciplina. Así actúa de una forma lamentablemente poco practicada en nuestros días. También me consta que por los grupos de estudio que coordina junto a su equipo ha pasado más de un psicoanalista, entre los cuales he tenido el placer de ser incluido. Así, pude disfrutar de un diálogo fecundo con su equipo y los alumnos que asisten a sus cursos de formación y en cada caso salí más rico de lo que entré; también –por suerte– más ignorante de lo que llegué.

Bien es cierto que tenemos cosas en común. Además de esa curiosidad por el ser humano, por sus vicisitudes, por la pasión de entender y aliviar el sufrimiento, ambos sentimos con fuerza el valor de la relación terapéutica, y yo me adhiero a una corriente que se conoce, precisamente, como psicoanálisis relacional, coincidencia que al final de este libro aparece de manera diáfana cuando Carmela explica qué es lo más importante para ella como terapeuta:

> Lo más importante no es el eneatipo [...], sino las defensas que presenta, [...] pongo el acento en el *contacto entre dos personas* [...].
>
> Estoy absolutamente convencida de que lo que cura es la relación y el amor que en ella se pone.

En mi campo cada vez me siento más lejos de las intervenciones (interpretaciones fundamentalmente) que surgen de la mente del analista y me sitúo más cerca de las que construyen conjuntamente paciente y terapeuta, como si el

tejido que se realiza en cada sesión, en cada tratamiento, fuese hecho a cuatro manos y nunca a dos.

Creo que de eso se trata, de contactar, de relacionarnos. Quizá seamos en eso especialistas: en estudiar, practicar y tratar de generar las mejores formas de relación que seamos capaces de ejercer con el mundo, incluyendo la relación que tenemos, en ese precario equilibrio permanente, con nosotros mismos. No es poca cosa.

Sabemos, porque así lo ha querido la autora, que ella misma se identifica (con todos los matices que declara) con un eneatipo, el 6. También así decide no esconderse detrás de las palabras, se muestra, se expone, dotando al texto de una fuerza y un valor singular, ese que surge de las teorías *encarnadas*.

El libro que tienes en tus manos posee una estructura que facilita mucho su lectura y dota de fuerza el aprendizaje; cada capítulo está dividido en apartados que recogen diferentes aspectos que van desde la teoría a la vivencia, de lo abstracto a lo más concreto, ilustrado con testimonios de pacientes que ligan los aspectos tantas veces disociados en los textos que estudiamos.

Carmela se posiciona en relación al género y al lenguaje, una forma de ir desterrando las fórmulas hegemónicas que situaron el artículo masculino en la posición que ha ocupado hasta ahora. No es frecuente que alguien se tome el trabajo de democratizar los artículos «el» y «ella», pero sí una tarea necesaria si queremos salir de los modelos heredados, que –como sabemos– han cercenado la libertad de la mujer de muchas silenciosas maneras.

Me ha interesado mucho aprender que el eneagrama tiene sus orígenes en campos tan aparentemente lejanos a la psicología, al menos a la psicología académica, ya que algunos autores sitúan sus orígenes entre los sufíes. También aquí vemos el sello de lo amplio, de la capacidad de nutrirnos de muchos mundos para entender el propio y el del semejante.

Carmela menciona las fuentes en las que aprendió buena parte de lo que aquí expone y comparte. Pero se nota que eso que recibió lo pudo hacer suyo, honrando esa luminosa idea de Goethe, que nos dice:

Lo que has heredado de tus padres adquiérelo para poseerlo.

Creo que las palabras que preceden a un buen texto deben ser breves, el libro es el protagonista y se encuentra esperándote justo detrás, estimado lector.

Me despido haciéndome eco de una frase de la propia autora que retoma el sentir con el que empecé estas líneas:

> *Creo que lo verdaderamente curativo es el amor, sensaciones tales como la gratitud, la ternura, la posibilidad de agradecer lo recibido…, todo ello contribuye a alejar de nosotras y nosotros la neurosis.*

Por ello, querida Carmela, y por tantas cosas, ¡muchas gracias!

Augusto Abello Blanco

Prólogo

El texto que a continuación expongo no pretende ser un decálogo de cómo se trabaja con el eneagrama y las patologías, sino que se trata de un resumen de varios textos, salpicados de mi experiencia. En este sentido, todos los ejemplos tienen que ver con la práctica clínica, a la que llevo dedicándome treinta años, los últimos veinte con el eneagrama como fondo, si bien nunca había estado en mi intención hacer o escribir un manual, ni tan siquiera un libro que hablara de eneatipos, subtipos o patologías.

Es gracias a la machaconería de las personas que supervisan conmigo, desde su interés y desde su deseo insistido, que me siento ahora a poner por escrito algunas ideas y a revisar lo que tengo de otros autores, sobre todo de Claudio Naranjo y Don R. Riso.

He contado con la colaboración inestimable de Azucena, Jesús y Marisa para llevar a cabo este proyecto: sus apostillas y sus sugerencias están también reflejadas en este texto. Para ellas y para él, mi gratitud.

He de agradecer igualmente a mis alumnas y alumnos, que año tras año me renuevan su confianza con su asistencia a los diversos encuentros que completan el Ciclo de Eneagrama, que me hayan permitido ampliar mi perspectiva y afinar la mirada respecto a la diversidad y riqueza de los eneagramados: todos iguales y todos distintos, haciendo real la frase «Todos queremos ser diferentes, lo que nos hace a todos iguales».

Las ideas que aquí vierto no son artículo de fe ni se elevan a categoría de definitivas, dado que todas ellas están, a su vez, tamizadas por mi rasgo (enea-

tipo 6). Tampoco quiero que se tome por «verdad universal» lo que solo –y nada menos– es mi «verdad particular». La única objetividad posible siempre es la subjetividad confesada. Me gustaría que tuvierais estas ideas en cuenta, porque son las vías de exploración de la persona que tenéis delante, un acercamiento personal y desde una perspectiva distinta a la mera enumeración de las características dibujadas tras un eneatipo.

Además, la variedad es tan grande entre las personas del mismo rasgo que pretender igualar intervenciones, actitudes y experimentos no deja de ser –si no lo hacemos con tiento y cuidado– la aplicación de una técnica sin tener en cuenta a la/el otra/o; es decir, lo opuesto a la filosofía gestáltica, en la que me sustento y se sustenta mi práctica clínica. No se trata más que de una humilde y personal contribución a lo poco que hay escrito respecto a cómo trabajar en psicoterapia con los distintos eneatipos.

Intento aclarar la diferencia entre pertenecer a un eneatipo y presentar las defensas de dicho eneatipo u otros, lo que puede confundir la intervención terapéutica. Cada vez que imparto eneagrama trato de hacerlo sin ánimo clasificatorio y, aunque en el lenguaje cotidiano decimos «eres un…», siempre me refiero a la defensa en superficie más visible en el aquí y ahora de la persona, y no a lo que la persona es.

La experiencia me ha mostrado que es mucho el trabajo necesario para aclarar el rasgo y que es más común de lo deseable quedarse con uno y «trabajarse» desde ahí. Por ello, sobre todo en el caso de quienes trabajan con personas, propongo el rasgo como algo «pasajero», por así decirlo. Es esta la defensa que en este momento se ve más y hay que seguir trabajándola para que aparezca, en su caso, la defensa más profunda. No se me olvidan unas palabras que escuché decir a Claudio Naranjo: «Si al pez le preguntas cómo es el agua, este no podrá definirla».

El eneagrama tiene una gran potencia *autotransformadora,* así que no querría terminar esta introducción sin recordar lo importante que es emprender la formación en eneagrama con *metodología vivencial* antes de ponerse a trabajar con él, aunque solo sea como fondo. Los libros no pueden reemplazar la experiencia.

He tratado de sintetizar mis conocimientos de eneagrama, he revisado bibliografía y he aportado mi experiencia. He ordenado todo eso y aquí tenéis el resultado.

El lenguaje que he utilizado no es en absoluto científico, sino sencillo y coloquial, porque he tratado de acercar lo teórico a la práctica del trabajo terapéutico, evitando, por tanto, lo *psicológico* para que fuera más cercano a la realidad.

Como no puede ser de otra manera, este texto refleja sobre todo lo neurótico de cada rasgo y faltaría otro posterior que ampliara lo positivo o saludable de cada uno de ellos.

Finalmente, pediros un último esfuerzo que debéis hacer en cuanto a la lectura de lo que tenéis escrito delante de vosotras y vosotros. Me gustaría que donde pone «siempre» pudierais leer «a menudo» o «casi siempre». Igualmente, donde pone «nunca» me gustaría que pudierais interpretar «casi nunca».

He tratado de estar atenta al lenguaje que he utilizado, pero es casi seguro que se me habrá escapado más de una frase inexacta y habré generalizado en más de una ocasión sin deber; es lo que aquí y ahora puedo hacer, quizá en una futura revisión sean muchos los cambios realizados. He utilizado fundamentalmente «la terapeuta» y, a veces, «el terapeuta» de modo alternativo para tratar de hacer del lenguaje algo inclusivo. Y aunque en el texto no se refleja la/el, ellas/ellos, otras/otros, para no hacer la lectura demasiado tortuosa, espero que lo leáis con ese ánimo.

Guía de lectura

Observad que, para hacer más fácil la lectura, cuando me refiero a los eneatipos uso las expresiones abreviadas Eúno, Edós, Etrés, etcétera.

En el epígrafe «Mecanismos de defensa» recojo los más significativos de cada rasgo, no los únicos.

Para cada uno de los eneatipos hay un epígrafe denominado «Coincidencia en las biografías» que recoge lo expuesto por las personas pertenecientes a ese rasgo en los cursos que imparto desde 1996 (Ciclo de Formación en Eneagrama). Eso sí, solo reseño lo que se repite año tras año de un modo representativo en el segundo de estos tres cursos: Eneagrama II: Conocimiento y Profundización en los Subtipos.

Igualmente, hay un epígrafe denominado «Testimonios: lo más terapéutico para el eneatipo» en el que recojo las respuestas textuales de las y los pacientes a la pregunta: «¿Qué te ha resultado más terapéutico durante el proceso? Explica lo más importante en tu proceso terapéutico, lo que más te ha ayudado, lo que resaltarías». Algunas frases de estos textos están algo adaptadas en lo que a la redacción se refiere para una mejor lectura, si bien no se ha modificado en absoluto su sentido ni su estilo. Gracias a ellas y a ellos.

En mi carrera como psicoterapeuta gestáltica he tenido la oportunidad de trabajar con todos y cada uno de los rasgos tanto con hombres como con mujeres. Desde aquí mi gratitud a todas las personas que han hecho posible que este proyecto vea la luz: colegas, pacientes y asistentes a los cursos.

Lo que a continuación presento es un punto de vista del «conocimiento», mi punto de vista, que es lo que se puede dar y compartir, y no el «conocimiento en sí».

Carmela Ruiz de la Rosa
Gestalt: Psicoterapia y Formación