



# eneagrama y espiritualidad ignaciana

sesión 5

eneatipo 9  
desenmascarando el mal en mi vida  
y acogiendo la invitación a crear vínculos  
significativos donde yo participo activamente.

**"Por eso ahora la voy a conquistar,  
la llevaré al desierto  
y allí le hablaré a su corazón."**

Oseas 2; 16

IDENTIDAD Y MISIÓN

IBERO CDMX

MTRA. AURORA ZARZOSA



# eneagrama y espiritualidad ignaciana



IDENTIDAD Y MISIÓN  
IBERO CDMX

"El amor verdadero produce miedo;  
entraña la disolución de los límites y la muerte del ego.  
Sin embargo, cuando aprendemos a rendirnos  
a la acción del amor sagrado  
reconectamos con el océano del ser  
y comprendemos que en nuestro núcleo o centro  
somos ese amor.

Somos esa presencia infinita, dinámica,  
transformadora de percepción amorosa,  
y siempre ha sido así."

*La sabiduría del eneagrama  
Don Richard Riso y Russ Hudson*



Es muy importante que **NO** nos identifiquemos con un eneatipo.  
No digamos: "Yo **soy** 3, ala 2."  
En su lugar podemos decir: "Me **estoy viviendo** desde el 3, ala 2."

Primero, porque es falso. Si me he vivido en esa dinámica ha sido porque no he alcanzado a sanar mi herida madre.

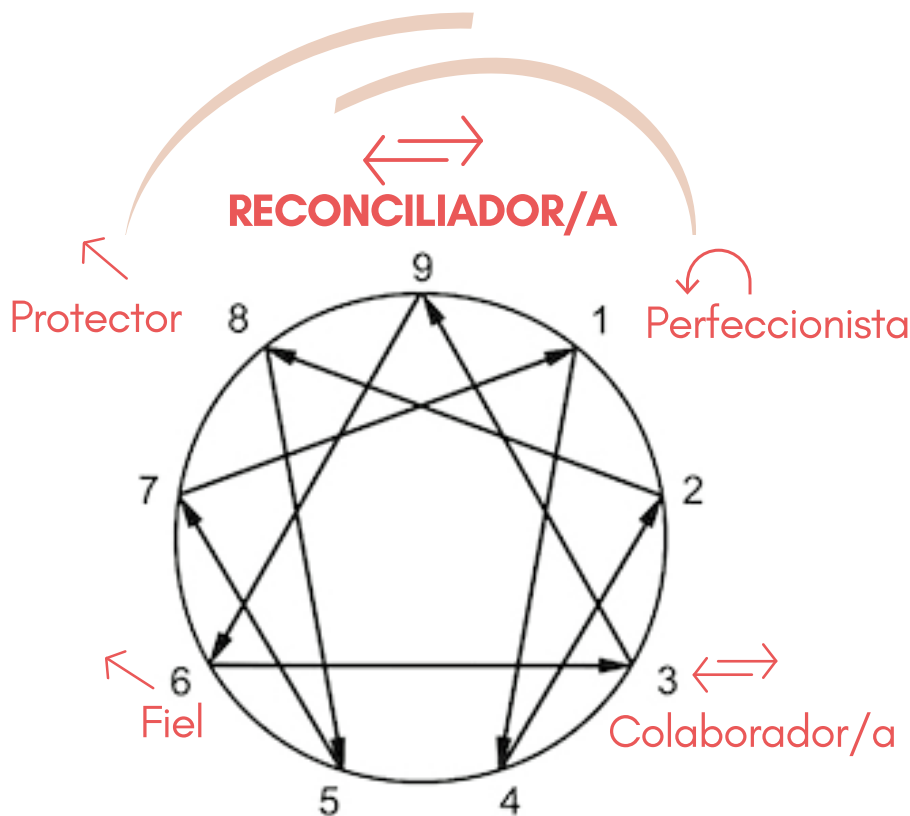
Conforme lo haga poco a poco necesitaré ir integrándome en el resto de los momentos de mi proceso de humanización.

Una vez realizado esto, me viviré en libertad y flexibilidad para decidir aquí y ahora, en cada situación, que es lo nos da mayor Vida.

Restauraré todas mis habilidades para responder al momento según yo lo decida; no sometida/o por mis falsas creencias, miedos y apegos.

Segundo, porque estaré limitando la visión de mis posibilidades y de lo que en realidad debería estar ejercitando para responder a esa situación.

Tercero, no podré contactar conmigo misma ni con las demás personas desde mis prejuicios y estereotipos.



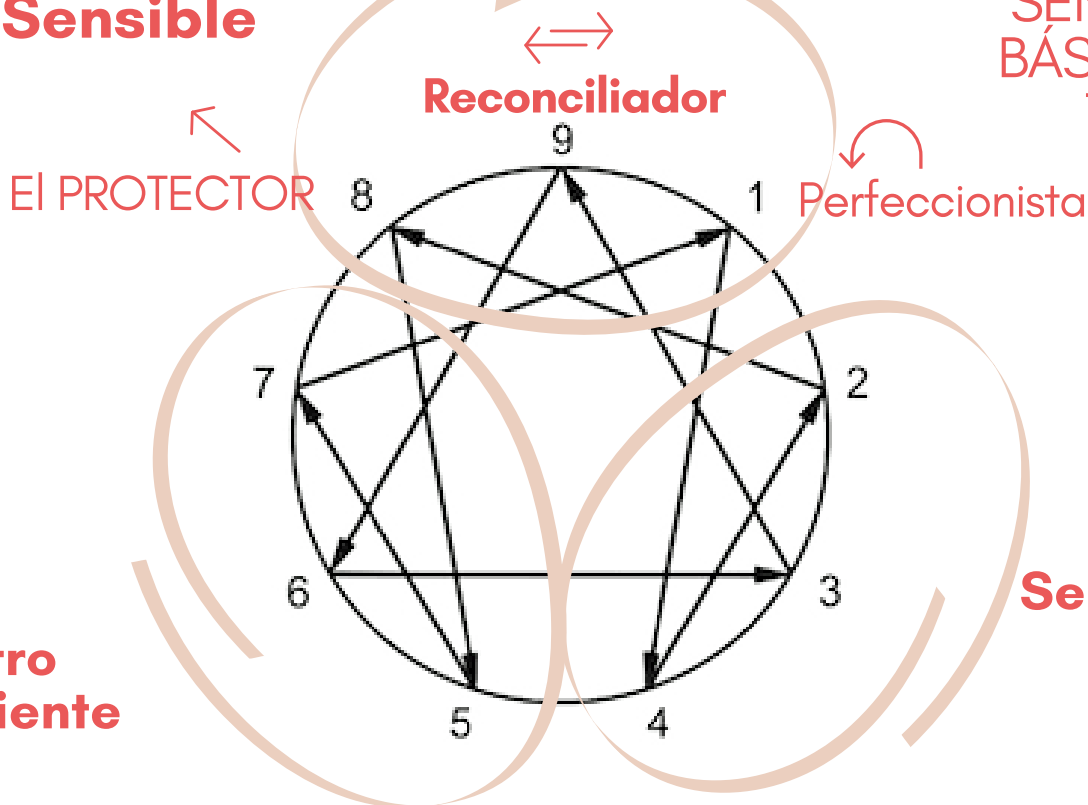
*otros nombres*  
Pacificador/a  
Mediador/a  
Sanador/a  
utópico/a  
nadie especial





**Centro Corporal o Sensible**

**IRA**  
SENTIMIENTO BÁSICO DE LA TRIADA



**Centro Sentimental**

**Centro Consciente**

**5 MOMENTOS DEL Paradigma Pedagógico Ignaciano**

**9** situar *la realidad* en mi **CONTEXTO** e historia personal

**Centro Sensible**

→ **1 9 8**

¿Quién soy?

Lo que está en juego es mi integridad y dignidad.



# ENEATIPO 9

## DINÁMICA DE DESINTEGRACIÓN LA INDOLENCIA Y EL DIFUMINARME

1. Herida Madre: "No soy importante."

2. Caída: Pereza y falta de sentido.

3. Mensaje inconsciente de la infancia:  
"No esta bien hacerse valer."

4. Anhelos más profundos:

Vivir en paz y en armonía conmigo misma, con las demás personas y con la naturaleza.

5. Miedo Básico:

Miedo a perder el vínculo, la conexión.

6. ¿Cómo manipulo?

Evadiéndome y resistiéndome a las demás de modo pasivo-agresivo.

7. Pasión: Pereza. "No me comprometo con mi experiencia."

8. Sentimiento básico: Ira



# creencias desde la desintegración




Soy impotente. No puedo hacer realmente nada para que las situaciones cambien. Sería muy violento.

No puedo añadir más conflictos a los que ya existen.

No soy nadie para intervenir o afectar la vida de las demás personas. No soy nadie especial.

Las demás se sienten bien porque las escucho y estoy de acuerdo con ellas.

Aunque puede llegar el momento en el que las demás tienden a no tomarme en cuenta.



# ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

## ¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

EVADO LOS CONFLICTOS.  
NO ENFRENTO. NO EXISTEN  
LOS PROBLEMAS.

1

2

DESAPARECER. PERDERME EN EL TODO.

MINIMIZAR. "NO ES NADA",  
"NO IMPORTA",  
"TODO ESTÁ BIEN"..

3

4

ACALLO LOS  
CONFLICTOS DENTRO Y  
FUERA DE MÍ.  
NADIE LO NOTA.

# ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

## ¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

JUSTIFICAR Y DESARROLLAR  
UNA FILOSOFÍA DE VIDA QUE ME PERMITA  
EVADIR LA REALIDAD  
Y MI EXPERIENCIA EN CADA SITUACIÓN.

5

6

TENGO RESPUESTAS HECHAS PARA  
LOS PROBLEMAS QUE LA VIDA ME  
PRESENTA.

SUEÑO Y ME PIERDO  
EN IMAGINAR UNA VIDA HERMOSA  
DONDE IDEALIZO  
A LAS DEMÁS PERSONAS.

7

8

NO ENTIENDO PÓRQUÉ  
TODAS LAS PERSONAS ME  
RECUERDAN LOS PROBLEMAS  
E INSISTEN EN QUE ME MUEVA,  
QUE ACTÚE.



# ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

## ¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

**SOY NECIA. ME AFERRO A MI FORMA DE  
PENSAR PARA QUE NADIE NI NADA ME  
CAMBIE.**

9

10

**NO TOMO DECISIONES.  
LAS OPORTUNIDADES PASAN Y YO  
POSTERGO LA VIDA.**

ESCUCHAR, APROBAR, ASENTIR A TODO.  
ME ACOMODO A LAS DEMÁS PERSONAS.  
A CASI TODO DIGO QUE SÍ.

11

12

**NO CONFRONTAR A NADIE;  
NI A MI MISMA.**

# EVASIÓN DE LA IRA

Indolencia. No me dejo afectar por la vida.

"Yo no me enojo. Soy apacible. Nadie me quita la paz."

Desprecio la fragilidad, la debilidad.

No enfrento los conflictos porque podría perder el vínculo con las demás personas.

Permito que las demás me maltraten.

No puedo llevar ni hacerme cargo de mi propia vida. Es mejor que la vida me lleve. Para eso necesitaría ser una persona violenta.

*manejo de sensaciones  
y sentimientos*

*manejo de sensaciones  
y sentimientos*

# ENEATIPO 9 DINÁMICA DE INTEGRACIÓN EN BÚSQUEDA DE LA JUSTICIA

## **Cualidad Consciente:**

"Soy importante."

Lo que yo siento, pienso, quiero,  
necesito y hago, es importante.

## **Anhelo más profundo:**

Vivir en paz y en armonía conmigo misma,  
las demás personas y la naturaleza.

## **Invitación a la abundancia:**

Llevar paz y sanación a mi mundo.

Mi verdadera naturaleza es ser  
una inagotable fuente de serenidad,  
aceptación y bondad en el mundo.



# creencias desde la integración

Soy fuente inagotable de serenidad y bondad.

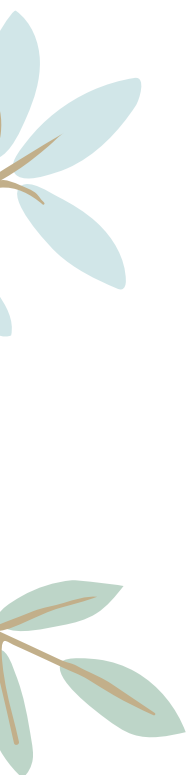
Tengo el poder de enfrentar cualquier conflicto, actuar y trabajar por lo que quiero.

Aporto mucho a las demás desde mi experiencia de armonía conmigo misma, las demás y la naturaleza.

Acojo y acepto a las demás personas.

Soy independiente y me comprometo con mi mundo.

Inspiro confianza por mi inocencia y franqueza.





# ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

**Contacto conmigo misma,  
con mi vitalidad y energía  
instintiva.**

**1**

**2**

**Contacto con  
lo sagrado de la vida.**

**Estoy plenamente presente,  
despierta, consciente  
centrada desde mi  
percepción corporal  
aquí y ahora.**

**3**

**4**

**Fluyo y me reconozco  
en el amor sagrado  
siempre presente  
que transforma  
y derriba las barreras a su paso;  
superando los límites del ego  
que nos separan y aíslan.**

# ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

ACEPTO LA REALIDAD  
Y LA PARADOJA  
DE LOS OPUESTOS.

5

6

ME RECONOZCO  
Y PERMANEZCO EN EL TODO  
SIN DILUIRME A MÍ MISMA.

ME COMPROMETO CON LO QUE SIENTO,  
PIENSO, NECESITO Y QUIERO  
Y LO COMPARTO  
A LAS DEMÁS PERSONAS.

7

8

ME VINCULO CON LAS DEMÁS  
SIN DESVINCULARME  
DE MÍ MISMA.

# ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

**ME INVOLUCRO  
CON LAS PERSONAS.  
REALMENTE ME IMPORTAN.**

**9**

**10**

**PARTICIPO CON LAS DEMÁS  
PARA RESTAURAR LA PAZ  
Y LA ARMONÍA.**

**PROMUEVO LA RECONCILIACIÓN.**

**11**

**Disfruto de ser parte de la naturaleza.  
Descubro la unidad y armonía  
en el todo y descanso  
en esta paz interior.**

**12**

# ESCUCHA DE MI IRA

*manejo de sensaciones  
y sentimientos*

El enojo es la energía vital,  
la fuerza que tengo derecho a  
experimentar y a ejercitar.

Me permito protegerme  
y salir de mi bloqueo  
a dejarme afectar por la vida  
sensible y emocionalmente.

Escucho mi ira.

Me permito negarme a hacer lo  
que no quiero, confrontar  
y poner límites y consecuencias  
para que haya respeto y justicia,  
para cuidar de mi dignidad  
y la de las demás personas.

Así, **mi amor se convierte en un  
indómito poder sanador del  
mundo.**

*manejo de sensaciones  
y sentimientos*



# EJERCICIOS DE TAREA

## RESTAURACIÓN DE LA CONSCIENCIA SOBRE TU IMPORTANCIA

1. Recuerda y escribe sobre 3 experiencias donde te hayas sentido invisible, donde no fuiste tomada en cuenta. Reconstruye la historia de la relación con las personas involucradas; haz una composición del lugar y el momento con tu imaginación permitiendo que las sensaciones, los sentimientos, los pensamientos y deseos vengan a ti. Date cuenta de qué haz hecho o dejado de así para permitir o promover que así fuese.
2. Haz el mismo ejercicio, ahora con 3 experiencias donde te hayas sentido violentada o hayas sido partícipe de la violencia de alguna persona sobre otra u otras. Atrévete a contactar con tu ira. Descubre el deseo que tu ira trae consigo como búsqueda de paz verdadera (no aparente). ¿De qué te das cuenta?
3. Recuerda 3 ocasiones en las que haz confundido la paz de "aquí todo está bien" con la evasión de la realidad. ¿Qué miedos, qué ideas te detienen a actuar? ¿Para qué quieres evitar el conflicto? ¿Qué necesitas para recuperar el poder de tu amor?
4. ¿Cuándo haz confundido la violencia con el hacerte valer? ¿Qué consecuencias a tenido en tu vida y en la vida de las personas que amas?
5. Siguiendo las instrucciones del número 1 de estos ejercicios de tarea, recuerda y permanece en la experiencia, siente y gusta, 3 ocasiones significativas en las que te sentiste en armonía: con una persona / contigo misma / con la naturaleza.
6. A partir de esta sensibilidad de contactar con lo sagrado de la vida, describe quién eres, qué amas y a qué te gustaría dedicar tu vida.
7. Pide a 5 personas que te escriban una carta diciéndote cómo haz impactado en su vida y por qué creen que es importante que te atrevas a salir de ti y a impactar en el mundo, en la historia de las personas y la naturaleza.
8. ¿Qué necesitas para comprometerte con tu experiencia y asumir tu indomable capacidad de amar y transformar la vida en búsqueda de la reconciliación y la armonía?