



eneagrama y espiritualidad ignaciana

sesión 7

*eneatipo 3 magis
desenmascarando el engaño en mi vida
y siguiendo mi vocación personal.*

**No hay nada más práctico
que encontrar a Dios.
Es decir, enamorarse profundamente
y sin mirar atrás.**

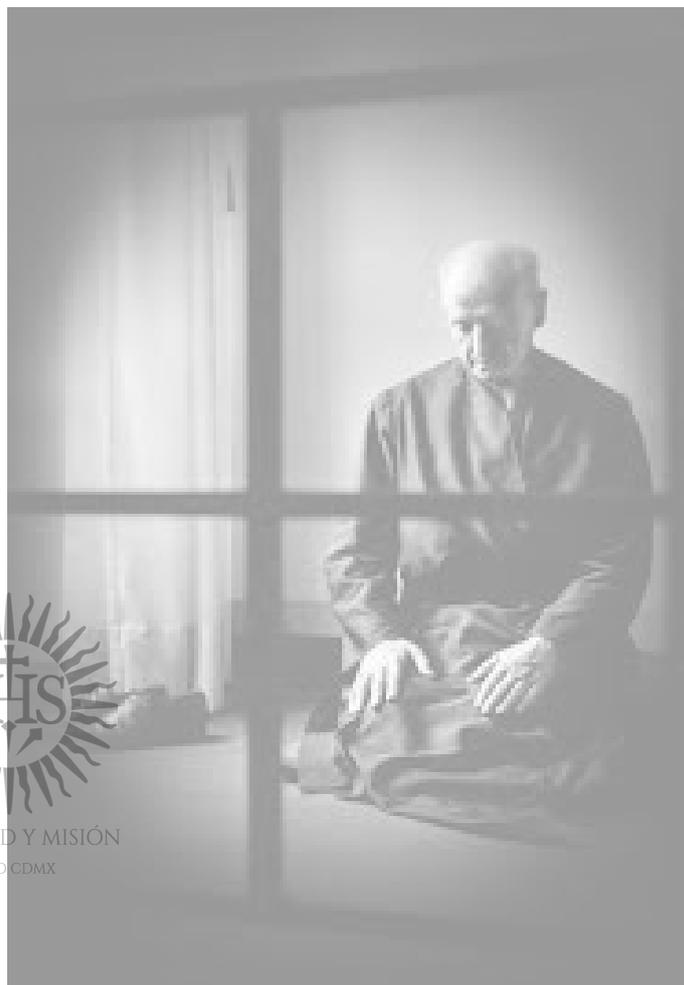
**Aquello de lo que te enamores,
lo que te arrebate tu imaginación,
afectará todo.
Determinará
lo que te haga levantar por la mañana,
lo que harás con tus atardeceres,
cómo pases tus fines de semana,
lo que leas,
lo que te rompa el corazón...
y lo que te llene de asombro
con alegría y agradecimiento.**

**Enamórate,
permanece enamorado(a)
y esto lo decidirá todo.**

P. Pedro Arrupe, S.J.



IDENTIDAD Y MISIÓN
IBERO CDMX

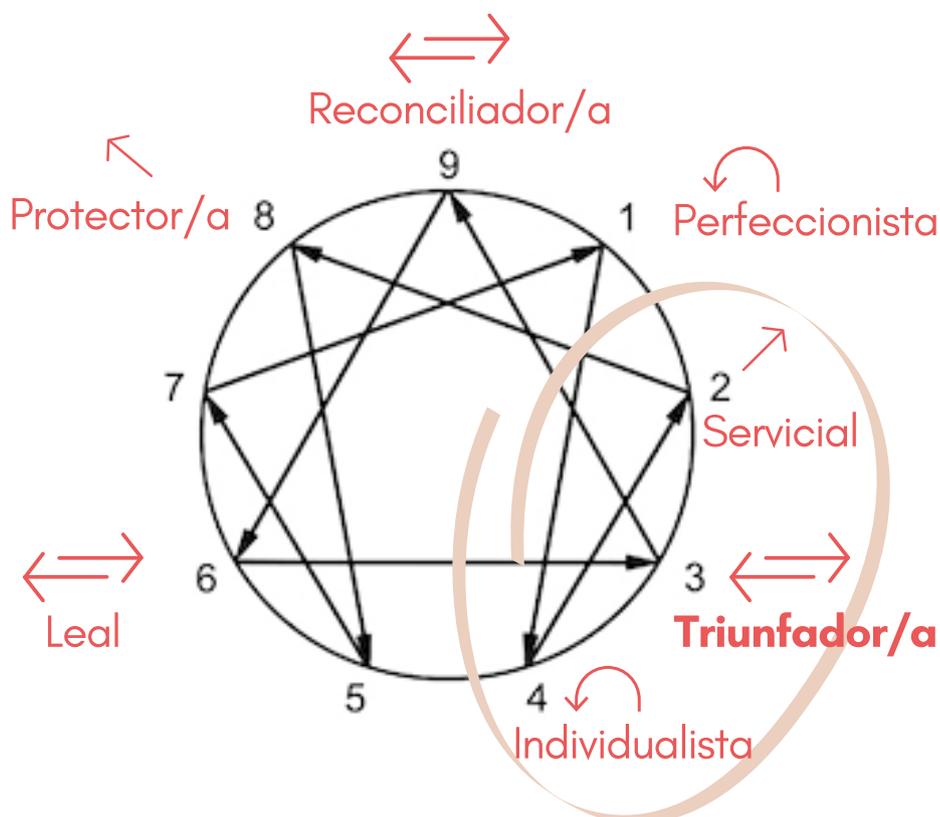




Debajo de las defensas de quien se niega y se vende a sí para obtener el amor de las demás personas, o de quien se impide a sí la vinculación amorosa aferrándose al desamor (la tríada sentimental) se esconde la tristeza ante el desamor y la vergüenza insana por no reconocerse personas dignas de ser amadas;

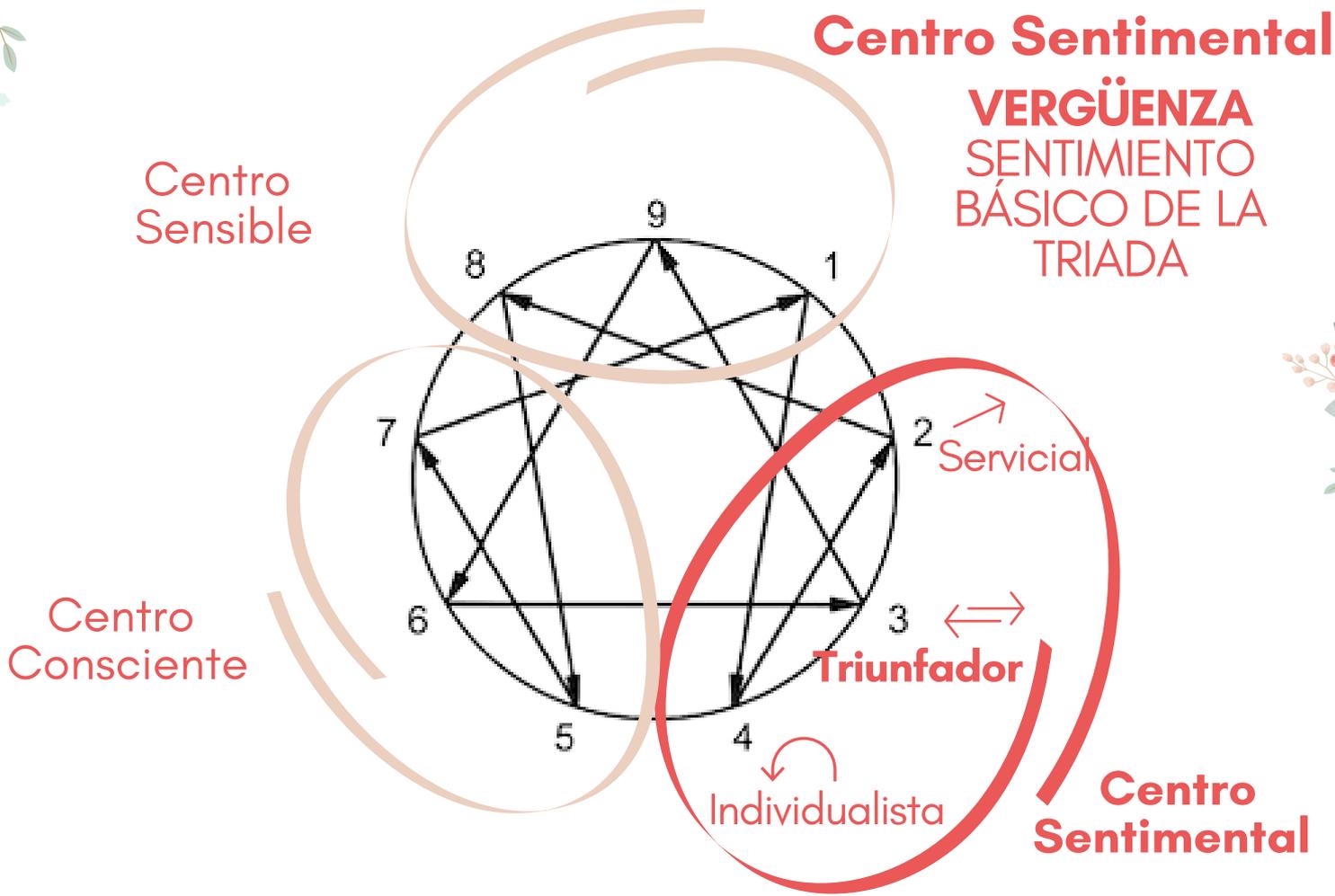
Lo que el eneatispo 3 nos revela a todas las personas es que todas desde nuestra desintegración:

- generamos una imagen y nos aferramos a un falso yo.
- vivimos según un rol social y no salimos de éste.
- nos confiamos a nuestros propios esfuerzos.
- nos aferramos a obtener lo que queremos.



otros nombres
mejor
modelo
dechado/a
comunicador/a
buscador/a
de status
motivador/a
colaborador/a





Discernimiento Ignaciano
Paradigma Pedagógico Ignaciano

2 atender, expresar,
escuchar y valorar mi
EXPERIENCIA



Centro Sentimental
2 3 4

¿CUÁNTO VALGO?

Lo que está en juego es mi valía como persona,
mi capacidad de decidir mi vida conforme a lo que amo
y de ser y crecer con otras personas
a través de la colaboración.

ENEATIPO 3 DINÁMICA DE DESINTEGRACIÓN EN LA BÚSQUEDA DE RE-CONOCIMIENTO

1. Herida Madre: No ser vista/o o reconocida/o.

2. Mensaje inconsciente de la infancia: No está bien tener sentimientos de identidad y ser yo misma/o.

3. Sustitución: de la valía esencial por el éxito que radica en el valor de la grandeza de sus logros.

4. Anhelos más profundos: Desea de ser una persona valiosa; re-conocimiento.

4. Miedo Básico: A ser des-preciable o carecer de valor inherente.

5. ¿Cómo manipulo?

Mostrándome encantador/a y adoptando cualquier imagen que "funcione".

6. Pasión: Falsedad entendida como la creencia de que somos nuestro ego. Vanidad y engaño.



creencias desde la desintegración

Mi valor se mide por el tamaño de mis logros. Sin ellos, no soy nadie, por lo que me he propuesto *grandes* logros.

Necesito el reconocimiento de quienes yo admiro. Por eso dedico mi vida a lo que ellas creen valioso.

Más vale parecer que ser. Soy falsa.

Mi vida es un proyecto para lograr lo que me he propuesto.



Necesito esforzarme porque las cosas que valen la pena requieren de mi trabajo para que se realicen.

Estoy dispuesta/o a pagar el alto costo de no dedicar mi vida a lo que yo considero valioso, con tal de obtener el reconocimiento de las demás personas. (*trampas* continuas)

ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

ME ADAPTO Y CAMBIO DEPENDIENDO DE LO QUE LAS DEMÁS PERSONAS CONSIDERAN VALIOSO O MEJOR.

1

2 GENERO UNA IMAGEN DE MI Y UN ROL SOCIAL QUE DESEMPEÑO ANTE LAS DEMÁS DEPENDIENDO DE CON QUIEN ESTOY.

GASTO MI ENERGÍA TRATANDO DE OBTENER EL RECONOCIMIENTO DE LAS DEMÁS PERSONAS A TRAVÉS DE MIS LOGROS.

3

4

PERSIGO LA GRANDEZA POR LOS MÉRITOS DE MIS LOGROS.

ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

PLANEAO CADA DÍA
Y PROCURO EJECUTAR TODO
DE LA MANERA MÁS EFICIENTE.

5

6

HAGO UN "CHECK LIST" PARA
EVALUAR MI DÍA.

ME DESGASTO MUCHO TRABAJANDO
Y ME ESFUERZO PARA
LOGRAR LO QUE QUIERO.

7

8

MANIPULO A LAS DEMÁS PERSONAS
PARA QUE HAGAN
LO QUE YO CONSIDERO
QUE ES LO MEJOR.

ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

**SOY VIOLENTA EN CUANTO
A LOS TIEMPOS Y LOS PROCESOS
DE CADA PERSONA.
JALO O EMPUJO A LAS DEMÁS PARA QUE
LAS COSAS SEAN "LO MEJOR POSIBLE".**

9

10

**SOY COMPETITIVA/O
Y SIEMPRE QUIERO
SER LA O EL MEJOR EN TODO.**

SUEÑO Y ME



ESCUCHA DE MI VERGÜENZA

EVALÚO MIS EXPERIENCIAS DE ACUERDO AL ÉXITO O FRACASO EN RELACIÓN A SI LOGRÉ O NO MIS METAS.

Nunca me siento satisfecha.

"NUNCA" ME CANSO. NECESITO LLEGAR A LA CATARSIS EN EL EXCESO. SIEMPRE ESTOY BIEN Y TENGO ENERGÍA PARA HACER TODO LO QUE TENGO QUE HACER.

No confío en que las cosas sucederán, por lo que si yo no intervengo, no van a suceder como yo "es mejor".

VIVO REPRESENTANDO UN PAPEL O ROL COMO EN UNA OBRA DE TEATRO.

No contacto con mis sensaciones y sentimientos.

LAS PERSONAS Y LOS SENTIMIENTOS ESTORBAN PARA LOGRAR, MÁS PRONTO Y LO MEJOR POSIBLE, LO QUE ME HE PROPUESTO.

DESCONFÍO de la dinámica amorosa de la vida; yo lo tengo que hacer para que suceda.

ME AGOTO OCUPANDO EL LUGAR DE DIOS Y DE LAS DEMÁS PERSONAS; ASUMIENDO SU RESPONSABILIDAD.

*manejo de sensaciones
y sentimientos*

ENEATIPO 2 DINÁMICA DE INTEGRACIÓN EN SEGUIMIENTO DE MI VOCACIÓN

Cualidad Consciente:

Valgo por mi misma. Esta bien estar
mostrarme y vincularme
tal y como soy.

Anhelo más profundo:

Ser valiosa.

Invitación a la abundancia:

A desarrollarme e inspirar a las demás.
Mi naturaleza es deleitarme en mi existencia.
Estimar y valorar a las demás personas.



creencias desde la integración

Estoy en paz conmigo tal y como estoy.

Acepto que "no soy una monedita de oro"; que las personas pueden o no valorarme por quien soy y está bien.

No compito por el amor o reconocimiento de las demás.

Pueden o no valorar lo que amo y a lo que quiero dedico mi vida.

Mi valor no depende de los resultados de mis acciones.

Participo de la vida como un regalo.

Los vínculos justos y amorosos entre las personas son lo más importante. No el logro de tales o cuales metas.

Todo cobra sentido en función de las posibilidades de vida que abrimos a las demás personas.



creencias desde la integración

Dios mismo es quien nos invita a encarnar lo mejor de nosotras mismas. Lo que Él- Ella quiere es vivamos de acuerdo a lo que amamos.

No necesito ser grandiosa; está bien ser desde mis límites y condición humana. Puedo ser humilde y vivirme en mi verdad.

Dios ya ES y ESTÁ SIENDO. Con Él-Ella tengo la experiencia de la plenitud en el amor que busco. Sólo Dios es perfecto en su ser AMANDO y Él-Ella *labora* en el corazón de cada personas y en la naturaleza.



La vida tiene su propio tiempo y ritmo; puedo respetar la libertad de las personas y sus decisiones.

Confío en Dios y en la capacidad de amar y de aprender a amar de las personas.



ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

ESTOY PRESENTE AQUÍ Y AHORA
EN CONTACTO CON MI
EXPERIENCIA.

ME MUESTRO TAL Y COMO SOY.

1

2

ACTÚO CONFORME A LO
QUE ES VALIOSO PARA MÍ.
SIGO MI VOCACIÓN PERSONAL.

ME MUEVE EL AMOR.
MI AMOR ES LO QUE ME INDICA
¿QUÉ ES LO MÁS AMOROSO?
LO MEJOR ES LO MÁS AMOROSO.

*"El amor es mi peso,
él me lleva a donde quiera que voy".
San Agustín*

3

4

AL MAYOR SERVICIO DE LA VIDA.
ME ENTREGO DESDE LO QUE SOY Y
TENGO AL SERVICIO DE LA VIDA.

ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

**BRILLO NATURALMENTE POR QUIEN
SOY. CUANDO HABITO EN MÍ,
MIS CUALIDADES ESENCIALES
SALEN A LA LUZ.**

5

6

**DEDICO TIEMPO A VIVIR CON
GRANDEZA DE ESPÍRITU,
AMOROSAMENTE, EN ABUNDANCIA Y
PORTENTO.**

**RESPECTO EL RITMO Y PROCESO
DE CADA QUIEN.**

7

8

**RESPECTO Y PERMITO QUE LAS
DEMÁS PERSONAS APRENDAN
DE SU EXPERIENCIA.
LOS ACOMPAÑO EN LA ESCUCHA
DE SÍ.**

ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

ASUMO LAS CONSECUENCIAS DE
RESPETAR QUE CADA QUIEN
ASUMA SU RESPONSABILIDAD
Y DECIDA POR SI MISMA.

9

10

INSPIRO A LAS DEMÁS A DAR
LO MEJOR DE SÍ.

VIVO DESDE LA GRATUIDAD DEL
AMOR QUE ME ES DADO, DEL QUE
PARTICIPO Y AL QUE ELIJO.

11

ESCUCHA DE MI VERGÜENZA

Estoy en contacto con todos los sentimientos que en cada situación brotan en mí.

Los contacto y los escucho.

**Me conmueve el amor.
Habito en él;
me dejo transformar por él.**

Lo mejor es ser amoroso con nosotras mismas y realizarnos lo más plenamente posible en armonía y sinergia con la vida y las demás personas.

**Lo que satisface mi alma
es el gozo de la grandeza de la belleza
y bondad del Amor
que me sostiene, mueve y trasciende.**

Me hago cargo de lo que sucede en mí más allá de los resultados de lo que hago. Acepto que no todo depende de mí.

**Me entrego a lo que amo
y configuro mi vida de acuerdo a ello.**

*manejo de sensaciones
y sentimientos*

EJERCICIOS DE TAREA

DESDE LA NECESIDAD DE SER RECONOCIDA POR OTRAS PERSONAS HACIA LA LIBERTAD DE VIVIR DESDE LA EXPERIENCIA DE LO QUE AMO.

Si eres creyente, abre un espacio de oración para hacer estos ejercicios. Ponte delante de Dios para mostrarte humilde y confiadamente ante tí y ante Él-Ella.

1. ¿Qué costo has pagado en tu vida para obtener el reconocimiento de las demás personas?
2. ¿Cuál es el rol que desempeñas en tu familia y qué tanto consideras que este rol es tu forma de ser?
3. ¿Cómo te engañas a ti? ¿Para qué te engañas?
4. ¿En qué sentido podrías decir que te "vendes" para obtener algo de las demás personas?
5. ¿Cómo evades contactar con tus sentimientos? ¿Para qué los evades? ¿Qué ganancias secundarias te da esto?
6. ¿En qué sentido es cierta esta frase: "si quiero algo debo esforzarme por obtenerlo"?
7. ¿Qué te esfuerzas por obtener de las demás personas?
8. ¿A qué dedicas tu vida? ¿Esto responde a tu vocación personal o está en función de las demás personas?
9. Escribe en tres líneas ¿Cuál es tu vocación personal? ¿Qué es lo que tu amas y disfrutas?
10. Recorre tu vida y enumera las 10 cosas más valiosas para ti y mira la gratuidad de esos regalos en tu vida.
11. Enumera las 15 cosas que más valoras de ti.
12. Enumera 3 experiencias en donde puedas mirar cómo Dios labora en el corazón de las personas y ellas se han dispuesto a confiar en él y a seguir movidas por el amor.
13. ¿Qué pasaría se te atrevieras a vivir más plenamente conforme a lo que amas? ¿Qué cambios harías en tu vida?
14. Recupera una experiencia significativa en tu día y valórala más allá de los resultados. ¿Con qué te quedas? ¿Qué cosas buenas sucedieron que quieres integrar en tu vida?