

Reencuentro con la sombra



En cuanto a mi experiencia siento que el trabajo del eneagrama es lento, va calando con los años mientras uno está aprendiendo a reinterpretar lo que sucede y lo sucedido desde una óptica de sí mismo más amplia.

Los primeros pasos fueron como los del estudiante de medicina que va a ver una autopsia para reconocer las entrañas del cuerpo y para cerciorarse realmente cómo son los pulmones o el mismo corazón. Las entrañas del eneagrama son las pasiones y las fijaciones que se mueven entre las compulsiones y las ideas locas; el esqueleto son las evitaciones de ese dolor primario ya casi olvidado y la piel, los mecanismos de defensa. La circulación interna son esas flechas que van y vienen y que relacionan unos rasgos con otros. Pareciera un ser viviente con un todo organizado y con una dinámica de vida propia.

A través del laberinto

Desde un punto de vista, el eneagrama pareciera comportarse como un laberinto. Entrás en él y sólo ves pasillos circulares y meandros que no llevan a ningún sitio. Aparece una insólita desorientación, un desasosiego que nos pone en alerta. Y es posible que en ese deambular por el laberinto, viejas certidumbres se fundan y que grandes verdades antiguas se eclipsen, sin aparecer por ello un horizonte más claro. Utilizando otro lenguaje, cuando nos sensibilizamos de alguna manera nos expandemos hacia la libertad, o hacia el ser, y la torre donde habitamos se nos queda pequeña, nos sentimos angustiados y

oprimidos.

Podemos anticipar que todo laberinto simboliza el mundo y su complejidad. Pero el mundo de los hombres está hecho a imagen y semejanza de su propio yo, de su ego, como no podría ser de otro modo. En esas curvas laberínticas habita la mentira en su sentido más lato, la hipocresía, la ignorancia, la falsedad o el egoísmo, hermanastros del verdadero miedo.

Matar al dragón

Como en todo cuento iniciático, el héroe o la heroína que somos cualquiera de nosotros tiene que entrar en el laberinto y matar al dragón, al minotauro, al mago negro, al tirano, etc. De la misma manera que la conciencia en cada uno de nosotros tiene que iluminar la ignorancia que nos habita, o dicho de otra manera, el sí mismo tiene que irrumpir en la consciencia aún a costa de la disolución (momentánea) del ego. Lo podemos vivir a veces como una batalla (arquetípica), una crisis personal donde una parte quiere elevarse mientras la otra tiende todavía hacia la gravedad, hacia la inercia o el abandono. Tal vez es lo que nos pasa tantas veces que después de un buen propósito de vida, a las pocas semanas, se queda en una mera tentativa y seguimos en las mismas.

Resolver la incógnita

Este no querer ver, este no querer cambiar cuando la realidad pide cambios o no querer salir de la espiral rutinaria que nos promete seguridad es comprensible porque hay algo en cada uno que teme avanzar porque implica sufrir, aunque este temor tenga un eco infantil.

El eneagrama nos dice algo parecido, una vez has husmeado en su interior buscando

algún poder que complazca al ego, nos retiene en un laberinto. La salida a ese laberinto no es dar marcha atrás sino resolverlo. Resolver la incógnita del laberinto es llegar al Centro. Pues más allá de todos los meandros se encuentra una montaña mágica, una cueva con tesoros, un castillo con princesa o príncipe incluidos, un paraíso, es decir, en el centro está el encuentro con uno mismo, el verdadero rostro del ser.

Darse la vuelta

Yo llamo a ese resolver el laberinto, oes decir, resolver la incógnita de quién realmente somos, a darse la vuelta y enfrentar nuestra sombra, aquello que permanecía en el inconsciente y que urgaba desde la oscuridad. Así, aunque no sepamos lo que nos encontraremos en el interior de esa sombra, probablemente encontraremos aquellos aspectos del ser que no hemos valorado (porque no nos los han reconocido) y que han perdido la voz, que a fuerza de reprimirlos se han quedado mudos. Es ahí, donde la fuerza de la voluntad y la comprensión de la consciencia colaboran en darle al ser aquella dimensión perdida.

La virtud

En lenguaje del eneagrama diríamos que cuando uno ha comprendido los intrínquilis del propio pecado y le ha quitado hierro a esa compulsión que nos hacía funcionar como una máquina entonces, con la ayuda de la meditación, de la conciencia y un largo etcétera, aparece la virtud.

Esa virtud que forma parte esencial de todo ser había estado, por así decir, exiliada, y ahora se convierte en una conquista de la conciencia.

¿Quién soy yo?

En realidad el eneagrama da vueltas concéntricas en torno a la cuestión sobre la propia identidad. Ese que cada uno cree que es puede ser tanto un libertador como un usurpador, un carcelero. La filosofía perenne nos invita a tener presente siempre esa pregunta para no caer en identidades falsas o pobres, para dejar de sentirnos aislados ante el universo y para comprender, si cabe, que todo, absolutamente todo, está profundamente interconectado.

Compasión

La gota de rocío, la espuma de la ola y la nube comparten como bien sabemos una misma esencia, aunque sus formas sean diferentes. Entre nosotros, los humanos, si más allá de todo lo que nos diferencia, de cualquier idiosincrasia, de cualquier credo pudiéramos ver realmente todo lo que nos acerca, todo lo que nos identifica, todo lo que nos hace vibrar conjuntamente, se abriría el ancho mar del amor para navegar por sus aguas.

En este sentido el eneagrama lejos de servir para etiquetar al otro, para señalar su error y su pecado, nos debe servir para comprenderlo en la medida que uno está haciendo un esfuerzo loable para comprenderse a sí mismo.

Vernos al desnudo, observar nuestra realidad de forma ecuánime es una puerta abierta para comprender la naturaleza del ser humano. Cuando entendemos que la perfección no es de este mundo estamos más abiertos a la tolerancia y a la compasión con el otro.

En la aventura del vivir

Para salir de la espiral de culpas y autoexigencias, de inseguridades y

prepotencias, y sobretodo de los miedos
necesitamos de una buena herramienta de
conocimiento, y de un grupo que nos apoye,
y de algo más, nuestro propio empeño en que
cada día sea nuevo con el máximo de
atención y consciencia. Convertir el mundo
de pesares en una genuína aventura.

Julián Peragón
