



eneagrama y espiritualidad ignaciana

sesión 11

*eneatipo 6
la audacia de lo improbable
en el seguimiento a Jesús
desenmascarando el engaño del miedo
para vivir desde la osadía de
confiar y dejarnos llevar.*

"Dios es amor, y el que permanece en el amor permanece en Dios, y Dios en él....

En el amor no hay lugar para el temor.

Al contrario, el amor perfecto destierra el temor, porque el temor supone castigo, y el que teme no ha llegado a la perfección en el amor."

1 Juan 4;18



IDENTIDAD Y MISIÓN

IBERO CDMX

MTRA. AURORA ZARZOSA

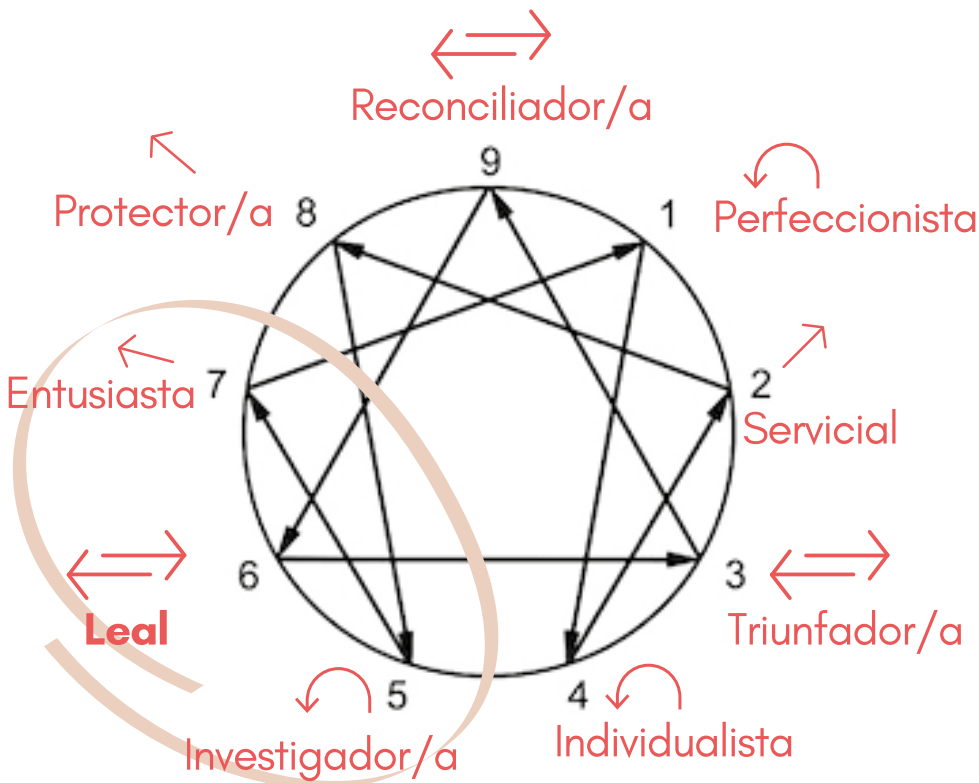


Cerramos este taller con el 6 como culminación del proceso de escucha y discernimiento de todo lo que el contexto nos provoca y a lo que nos convoca.

Es la toma de decisiones lo que está en juego una vez que hemos sentido el contexto y atendido nuestra experiencia.

MIEDO
SENTIMIENTO
BÁSICO DE LA
TRIADA

Entendido
como desconfianza y
como cobardía para
crecer en confianza y
osadía.




- otros nombres*
- Amigo/a
 - Incondicional
 - Fiel
 - Apagafuegos
 - Tradicionalista
 - Comprometido/a





Paradigma Pedagógico Ignaciano

- 1 SENSIBLE AL CONTEXTO
 - 2 DEJARME AFECTAR POR MI EXPERIENCIA
 - 3 RECUPERACIÓN DE MI EXPERIENCIA
confiar en mi capacidad para tomar las mejores decisiones y asumir mi responsabilidad.
- Centro Consciente**
5 6 7
- 

¿Cómo puedo confiar en mi capacidad para tomar las mejores decisiones que me conduzcan a una vida sustentable en el cuidado de mí y las demás personas?

- ¿Cómo medir los riesgos?
- ¿Cómo asumir las consecuencias de mis decisiones?
- ¿Cómo crecer en autoridad para enfrentar la vida?
- ¿Cómo asumir mi responsabilidad de hacerme cargo de mí mismo/a y de mi vinculación con las demás personas?

ENEATIPO 6

DINÁMICA DE DESINTEGRACIÓN LA BÚSQUEDA DE SEGURIDAD A TRAVÉS DE LA POSESION

1. Herida Madre: "No puedo confiar en mí."

2. Mensaje inconsciente de la infancia:

"No está bien confiar en mí mismo/a."

3. Mensaje perdido de la infancia: "Estás seguro/a."

4. Sustitución: La confianza en sí por apoyos externos.

5. Anhelos más profundos: Confianza (que degenera en un fuerte apego a creencias.)

6. Miedo Básico: Carecer de apoyo u orientación.

7. ¿Cómo manipulo? Delegando mi responsabilidad y asumiendo la de las demás personas para mantener unidas las redes de apoyo.

8. Pasión desordenada: Cobardía y desconfianza




creencias desde la desintegración

Las redes de apoyo son más importantes que mis propios valores y deseos.

Es preferible sacrificar mi propio desarrollo con tal de no perder el vínculo con las personas que me dan la seguridad que necesito.

Soy intransigente en mis creencias porque me dan la seguridad que necesito. Las establezco con mucho cuidado, por eso no es fácil evaluarlas y reconstruirlas.

La vida es incierta y todo el tiempo cambia. Yo no sé cómo tomar decisiones, los riesgos son demasiado altos. Que otras personas decidan por mí.



ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

HAGO ALIANZAS PARA RESGUARDARME Y QUE UNA AUTORIDAD O GRUPO ME PROTEJAN.

1

2

DELEGO EN ALGUNA AUTORIDAD LA TOMA DE DECISIONES, AUNQUE SIEMPRE DESCONFÍO Y QUISIERA PODER TOMARLAS YO MISMA/O.

POR ESA DESCONFIANZA Y DESEO DE INDEPENDENCIA, SOY PASIVA-AGRESIVA. QUISIERA SER INDEPENDIENTE.

3

4

SOY UNA PERSONA SUMISA O AUTORITARIA.

ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

TEJO REDES DE APOYO Y BUSCO
RESPALDO.

5

6

PIENSO Y DUDO DEMASIADO DE TODO.

NO ASUMO RESPONSABILIDAD
DE MIS DECISIONES.

7

8

ME QUEJO PARA EXPRESAR MIS
ANSIEDADES.

ESTRATEGIAS DE DESINTEGRACIÓN

¿CÓMO DESGASTO MI ENERGÍA?

ANTICIPO TODO LO MALO QUE PUEDE PASAR SEGÚN MIS MIEDOS. ME PREOCUPA EL FUTURO.

9

10

TRATO DE RESOLVER LOS CONFLICTOS ENTRE LA FAMILIA Y AMIGOS PARA MANTENER LOS LAZOS QUE NOS UNEN ASUMIENDO RESPONSABILIDADES QUE NO ME CORRESPONDEN.

SUEÑO Y ME



ESCUCHA DE MI MIEDO

VIVO ANGUSTIADA/O. NUNCA ESTOY A SALVO, POR LO QUE NO PUEDO RELAJARME.

Tengo miedo de equivocarme al tomar decisiones. Mi supervivencia y la de las otras personas está en juego.

TENGO MIEDO DE ESTAR DESPROTEGIDA.

Me identifico con mis miedos y necesito reaccionar ante mi ansiedad. Procuro la seguridad ante todo.

ANTICIPO LOS PEORES ESCENARIOS PARA PROTEGERME DE ELLOS, POR LO QUE VIVO EN CONTINUA ANSIEDAD.

Me aferro a mis creencias.

TENGO MIEDO AL CAMBIO Y A LO DESCONOCIDO.

*manejo de sensaciones
y sentimientos*

ENEATIPO 6 DINÁMICA DE INTEGRACIÓN DESDE EL DESAPEGO Y LA GENEROSIDAD

Cualidad Consciente:

Soy una persona competente, comprometida, digna de confianza y respeto.

Anhelo más profundo:

Confianza, serenidad y valentía para enfrentar el dinamismo de cambio de la vida y su natural incertidumbre.

Invitación a la abundancia:

A tener fe en mí y confiar en la bondad de la vida. Mi verdadera naturaleza es ser valiente y capaz de enfrentar la vida en todas las condiciones.



creencias desde la integración

Soy una persona competente, comprometida, digna de confianza y respeto.

Puedo hacerme cargo y hacer frente a la vida. Puedo cuidar de mi y de quienes dependen sanamente de mí.

La fe es un acto de confianza que nace de la experiencia inmediata, cierta, de la presencia de Dios y yo participo de Él, de su paz y sabiduría.

Mi ser se sostiene en sí mismo; poseo una orientación interior esencial.

Tengo acompañamiento en mi discernimiento y asumo mi responsabilidad de tomar decisiones confiando en mí.

Mi espacio interior es tierra firme.

La naturaleza es benévola y nos sostiene completamente.

Puedo equivocarme y aprender de mis experiencias.




creencias desde la integración

En lugar de vivir quitando hierbas, vivo sembrando flores.

No hay personas líderes y seguidores. Cada quien aporta sus dones y podemos trabajar juntas por el bien común para cubrir las necesidades de todas las personas y tener una vida digna.

El compromiso, la cooperación y el servicio le dan sentido a mi vida.

Colaboro para crear estructuras sociales justas e incluyentes.



ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

CONFÍO EN MI CAPACIDAD PARA TOMAR DECISIONES. SÉ MEDIR RIESGOS Y ASUMO LAS CONSECUENCIAS. CONFÍO EN MI ORIENTACIÓN INTERIOR.

1

2

CONECTO CON MI CUERPO AQUÍ Y AHORA, CON MIS SENSACIONES Y SENTIMIENTOS. ME ESCUCHO. RECONSTRUYO MIS CREENCIAS, VALORO LA SITUACIÓN Y DECIDO DE ACUERDO A MIS PROPIOS CRITERIOS.

MI VALENTÍA NO SURGE EN REACCIÓN CONTRA EL MIEDO, SI NO COMO UNA FUERZA INTERIOR REAL.

3

4

MI CONFIANZA SURGE DE LA CLARIDAD, DE LA BONDAD Y DE LA CAPACIDAD PARA VALORAR LO MEJOR. CONFÍO EN MI VALOR, FUERZA Y SABIDURÍA.



ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

LA FE EN MI SE MANIFIESTA COMO
VALENTÍA Y LIDERAZGO.

5

6

ME ABRO A LA EXPERIENCIA DE LA
VIDA Y A LA DINÁMICA DEL CAMBIO
CON CONFIANZA.

OFREZCO MI AMISTAD
Y SOY UNA PERSONA
DIGNA DE CONFIANZA.

7

8

EXPLORO EL MUNDO Y
ME SIENTO
SEGURA/O.

ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

**EXPERIMENTO LOS LAZOS QUE NOS
UNEN COMO HUMANIDAD.**

9

10

**SOY LEAL Y PROCURO LA VIDA.
PROMUEVO UN ESPÍRITU DE EQUIDAD.**

**ORGANIZO LOS RECURSOS,
DOY PRIORIDAD A LAS TAREAS
Y LLEVO A BUEN TÉRMINO MI
TRABAJO.**

11

12

**RESPETO LOS
ACUERDOS Y HAGO
LAS COSAS CON
GRAN CALIDAD.**



ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ¿CÓMO RECUPERO Y DIRIJO MI ENERGÍA?

SOY FLEXIBLE
EN MI FORMA DE PENSAR.

13



ESCUCHA DE MI MIEDO

ME SIENTO SEGURA/O,
CONFIADA/O Y
CONECTADA/O.

Me mueve el amor a las demás personas.

ME COMPROMETO CONMIGO
PARA CONOCERME,
DESCUBRIR Y DESARROLLAR
MIS ABUNDANTES DONES Y MI
CAPACIDAD CREATIVA Y LA
AUTO EXPRESIÓN.

Aprendo de mis errores
a medir mejor los riesgos y a elegir mejor
los medios para lograr
el fin que me propongo.

CONSULTO PARA ESCUCHAR
A LAS DEMÁS PERSONAS
Y APRENDER DE ELLAS
SIN DELEGAR MI
RESPONSABILIDAD.

Escucho mi miedo para crecer en confianza
y estar atenta a los riesgos reales.

*manejo de sensaciones
y sentimientos*

EJERCICIOS DE TAREA DESDE LA COBARDÍA Y LA TEMERIDAD HACIA LA VALENTÍA Y SERENIDAD.

Si eres creyente, abre un espacio de oración para hacer estos ejercicios. Ponte delante de Dios para darte la oportunidad de mostrarte tal como estás confiando en el amor de Dios que TODO lo resignifica y renueva.

1. Relata la historia de qué te ha significado asumir la responsabilidad de tus decisiones. Date cuenta de cómo se generaron tus miedos y qué ha mermado tu capacidad para confiar en ti misma/o.
2. Relata tres experiencias en las que te hayas equivocado al no medir bien los riesgos. ¿Qué aprendiste? ¿Con qué sentimientos y creencias te quedaste? Si revaloras hoy la situación, ¿qué pudiste haber hecho mejor?
3. Relata dos experiencias en las que recurriste a otras personas para que te dijeran qué debes hacer bajo el supuesto de que por ti mismo/a no puedes decidir. ¿Cómo se siente que otras personas decidan tu vida?
4. Relata tres experiencias en las que hayas confiado en ti misma y que hayas quedado satisfecha de las decisiones que tomaste. Crea una metáfora que describa la sensación de hacerte cargo de tu vida y de poder confiar en ti.
5. Relata una experiencia en la que hayas dejado crecer tus más grandes miedos anticipando lo peor. ¿Hasta qué punto te paralizó? ¿Qué podrías hacer para medir los riesgos atendiendo a la realidad y la probabilidad? ¿De qué creencias tendrías que desprenderte para que el miedo no te ciegue y domine?
6. Equivocarnos está bien; es un medio para aprender. Correr riesgos es bueno porque nos permite acoger las posibilidades que la vida nos ofrece. ¿Cuáles son las posibilidades que hoy la vida te está ofreciendo y por qué sería valioso optar por ellas? ¿Qué miedos concretos te detienen? Enfrenta uno a uno tus miedos y ellos recobrarán su justo tamaño. Enlista las cualidades que tienes para asumir los riesgos que esta situación te presenta y la posibilidad de asumir las consecuencias con la consciencia de que puedes aprender de tus errores.
7. Abre un espacio para escucharte a ti misma/o y valora lo que amas. Enlista lo que te es más valioso. Puedes orientar tu vida hacia ello y comprometerte. Continúa esta frase vaciando en ella todas tus cualidades: Soy una persona digna de confianza porque...
8. Cristo murió en la cruz sosteniéndose en el amor a la humanidad y en su compromiso con revelar a un Dios amoroso que nos libera
9. "Donde hay miedo no hay amor; donde hay amor, no cabe el miedo".

Vida en el Espíritu
- desde nuestro espacio interior -

donde ordenamos la vida
y colaboramos siguiendo nuestro anhelo
del **mayor bien para todos y todas;**

donde aprendemos a establecer
vínculos de **amor incondicional**
y nos mueve la compasión
para cuidar de las personas,
especialmente las más necesitadas;

donde vivimos conforme lo que amamos y valoramos,
validando lo que da sentido a nuestras vidas,
y colaboramos **dando lo mejor de nosotras mismas**
al servicio del Amor;

donde somos fieles a nosotras mismas
y expresamos lo que sentimos
promoviendo la escucha de nuestra experiencia
para vivirmos **reconciliadas** a través del proceso del perdón;

donde confiamos en la abundancia de la vida
y somos capaces de vivir desde el desprendimiento
y ofrecemos nuestro saber al servicio de la creación
de las condiciones de posibilidad
para una **vida digna y sustentable** para todos y todas;

donde aprendemos a confiar en nosotras mismas
para asumir la responsabilidad de nuestras decisiones
en búsqueda de la amistad y los lazos solidarios
que crean **comunidad.**

donde aprendemos de nuestras experiencias dolorosas
para salir de ellas más humanos,
con la capacidad de promover
el gozo y la celebración de la Vida;

donde nos indignamos ante la violencia y la exclusión
y ello nos inspira el colaborar por la **justicia;**

donde nos duele la indiferencia
y desde nuestra experiencia de **armonía con el todo,**
colaboramos por la reconciliación en el mundo.

*"La misión lleva implícita una espiritualidad,
porque la espiritualidad misma es una misión".*

Josep M. Rambla, S.J.