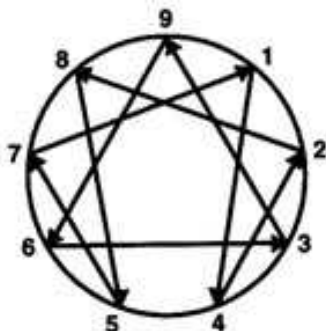


INTRODUZIONE ALL'ENNEAGRAMMA



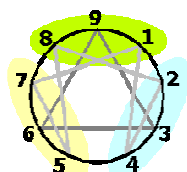
L'enneagramma è un antichissimo strumento di conoscenza che si ipotizza abbia più di 2000 anni. Furono i **monaci sufi** (corrente mistica dell' Islam) a tramandarlo per mezzo della tradizione orale sul finire del Medioevo. Il suo nome greco è composto da due parole: **ennea = 9** e **gramos = segno, punto, figura**; di fatto è una figura geometrica composta da **tre forme**: il **cerchio**, il **triangolo** e l'**esagramma**. Il triangolo e l'esagramma toccano il cerchio che racchiude 9 punti formando le **9 Tipologie Principali**, dette anche **Basi Enneagrammatiche** o **Enneatipi**.

L'enneagramma arriva in Occidente attraverso **George Ivanovich Gurdjieff**, un maestro spirituale dallo straordinario carisma, che lo usava per individuare la forma di lavoro interiore più adatta ai suoi studenti.

Oscar Ichazo è stato il primo ad interpretare pubblicamente il simbolo per descriverne i differenti aspetti nell'esperienza umana. Attorno al 1950 scoprì il collegamento fra i nove punti, i nove tipi di ego e la loro interconnessione. Nella teoria dell'enneagramma di Ichazo sono comprese le idee di **Unità (il cerchio)** di **Trinità (il triangolo)** o **legge del tre** e la **Legge del sette (l'esagramma)**. Queste due leggi fusionandosi formano la **legge del nove** che all'interno del cerchio (unità) va a formare una mappa, dove in modo dinamico e articolato, si può approfondire la conoscenza di tutte le componenti della personalità umana.

Claudio Naranjo, discepolo di Ichazo e psichiatra alla California University, correlò le tipologie dell'enneagramma alle categorie psichiatriche. Con la sua comprensione psicologica, ha successivamente dato più sostanza all'interpretazione di Ichazo, elaborando le descrizioni fondamentali di nove modelli di carattere psicologicamente coesivi, che ha chiamato **enneatipi**, ognuno con specifici schemi mentali, emozionali e comportamentali. Attualmente Claudio Naranjo, è considerato uno dei massimi esperti mondiali di enneagramma, tiene corsi in ogni parte del mondo (Italia compresa).

I TRE CENTRI ENERGETICI



I tipi di pancia, otto, nove e uno, vivono secondo i modelli dell'**energia istintiva primaria**: sono spontanei, diretti, tendenzialmente aggressivi (eccezione il 9 che nega la rabbia). Amano perciò esercitare il potere in tutte le sue forme e faticano a restare in una posizione subalterna (esempio: nella professione).

I tipi di cuore, due, tre e quattro hanno una **personalità dominata dai sentimenti**, per loro la relazione umana viene al di sopra di tutto. La loro energia gravita nella regione del cuore, centro dell'amore, della sensibilità e dell'emozione. Possono diventare personalità estremamente emotive.

I tipi di testa, cinque, sei e sette, le **personalità razionali** che appartengono a questa triade, mediano l'azione attraverso il pensiero. Cerebrali e riflessivi, difficilmente si lasciano coinvolgere dalle emozioni o dai sentimenti altrui. In loro il potenziale dell'analisi e dell'osservazione è alla massima potenza.

LE ALI

Sono "appendici comportamentali" che raccogliamo da uno dei due tipi che ci sono a fianco nell'enneagramma (lungo il cerchio) , oppure oscilliamo tra i due. Ci differenziano leggermente dal tipo base.

LE FRECCE

Le frecce stanno ad indicare la direzione di sicurezza (movimento verso un'altra base) o la direzione involutiva (detta compulsiva). La freccia che ci indica la nostra traiettoria di evoluzione (o equipaggiamento) è la freccia che **arriva alla nostra base**. Es: **alla base 4 arriva la freccia dalla base 1**, perciò, una tipologia di base quattro compirà un **movimento evolutivo** se adotterà i comportamenti della tipologia di base 1.

Viceversa, se una tipologia di base 4 seguirà la freccia che **parte dalla sua base** verso la tipologia di base 2, si starà dirigendo verso un movimento compulsivo (di stress), considerato **involutivo**.

PERCORSO EVOLUTIVO DEL TIPO 4: il Romantico, l'Artista, l'Individualista

Malinconico, sensibile, un po' tragico, capace di cogliere con estrema precisione le sensazioni delle persone e di entrare in sintonia con l'ambiente circostante, il tipo quattro tende ad enfatizzare le sensazioni e a coltivare sentimenti estremi, è attratto da amori impossibili, dominato da improvvisi cambiamenti di umore, irrimediabilmente diviso tra amore e odio, tra l'urgente bisogno di comunicare e quello ancor più urgente di non essere trovato. In genere da bambino il quattro è cresciuto con una sensazione di abbandono da parte di entrambi i genitori e ha costruito la propria identità facendo appello alle risorse del proprio mondo interiore. Solitudine e carenza affettiva hanno stimolato il quattro a ritenere la realtà insensata e insopportabile, spingendolo a rifugiarsi nel mondo dell'inconscio, della fantasia, dei simboli, sempre comunque lontano dalla routine. Così il quattro è diventato un diverso, ma proprio a causa della sua diversità crede di capire tutto meglio degli altri e si ritiene davvero speciale e unico. Il rischio del quattro è quello di crogiolarsi nella sofferenza, di impedirsi di agire, di farsi "inghiottire dalla tragedia", come lui stesso sostiene quando parla di sé ironicamente.

Falsa realizzazione orientarsi verso il due, diventando dubbioso, confuso, insoddisfatto, e rinunciando ad esprimere la sua vera identità.

Vera realizzazione dirigersi verso l'uno imparando ad agire in base a principi oggettivi, anziché sulla scia dell'umore del momento.

La personalità del tipo quattro si forma a causa di un abbandono (reale o immaginario) vissuto nell'infanzia. Immaginario, poiché un bambino, a seguito di ferite o traumi gravi infantili (abusi o violenza domestica....) può sviluppare un senso di abbandono tale da sentirsi isolato e solo. Questa situazione, che può essere anche reale (un ricovero ospedaliero a seguito di una malattia della madre o sua, un viaggio dei genitori...) spinge questa personalità a crearsi un mondo interiore dove si può sentire protetto e al sicuro. Per questo motivo in questa tipologia di personalità si troveranno molti artisti (Van Gogh, Michael Jackson, Marlon Brando.....) che possedendo questo mondo interiore ricco, riuscirono ad esprimersi molto bene nel mondo dell'arte in tutte le sue forme. Tanto possono essere ispirati dalla bellezza e dall'arte, tanto faticano a vivere nel presente e a concretizzare le loro idee o i loro talenti in progetti reali.. Perciò il loro **primo passo evolutivo consiste nello spostarsi verso la tipologia di base uno**, che con la sua concretezza di carattere, la sua struttura mentale e il centro di riferimento a cui fa capo (la pancia), può aiutare il tipo quattro a radicarsi sulla terra (tornare con i piedi per terra). La ricerca dell'ordine e l'etica del tipo uno possono aiutare il caotico (per natura) quattro a posizionarsi nella vita in modo strutturato ed efficace. Il **secondo passo evolutivo lo indirizza verso il sette**, l'epicureo, che con la sua "leggerezza" verso la vita "sdrammatizza" i moti depressivi del tipo quattro, dominato dalla malinconia e dalla depressione. Segue poi il **movimento verso il cinque**, il distacco dall'emotività, analisi del progetto (talento), **l'otto**, la capacità di prendersi a cuore il gruppo, l'imprenditorialità, **il due**, imparare a comunicare, a donare il talento (gratuità) senza riserve e con umiltà **e di ritorno verso il quattro**.

PRESENTAZIONE SINTETICA DELLE BASI

IL TIPO 1: Il Riformatore, il Critico, il Perfezionista. Evitano la *collera*, non si arrabbiano ma criticano e si auto criticano (esigenti con se stessi e con gli altri). Grande senso di responsabilità, preciso, ordinato... Animato da un profondo senso del dovere, il tipo uno è coscienzioso, disciplinato, corretto, meticoloso, critico e autocritico, spesso intollerante. Sa assumersi le proprie responsabilità, cerca di essere imparziale, crede profondamente nella verità e nella giustizia. Di solito fin da bambino si è sforzato di essere bravo, di fare sempre il meglio ed è cresciuto all'insegna di severe proibizioni morali che lo hanno indotto a separare giusto e sbagliato, buono e cattivo. Poiché pensa che si è a posto solo se si è perfetti, desidera automigliorarsi e crede che anche gli altri debbano sempre dare il massimo. Non teme la sofferenza, sacrifica senza rimpianto il piacere per i suoi ideali, dimenticando perfino le proprie esigenze. Spesso la necessità d'integrità e di rettitudine lo portano a provare un profondo senso di frustrazione e insoddisfazione verso ciò che lo circonda, anche un piccolo dettaglio sbagliato può mandarlo in collera, ma difficilmente esterna la sua rabbia e finisce con l'adirarsi fra sé e sé. In campo lavorativo è pretenzioso, meticoloso fino all'ossessione. Nella vita sentimentale resta facilmente deluso dalle imperfezioni del partner e non tollera i suoi punti deboli.

IL TIPO 2: L'Aiutante, il Generoso, la Nutrice. Evitano il *bisogno*, si vantano di essere di grande aiuto agli altri e non ammettono di aver bisogno degli altri. Sanno donare molto calore umano, sono disponibili..... Altruista, gentile e generoso, il tipo due è sempre pronto a soddisfare i bisogni di chi lo circonda, ma dietro a questo amore per il prossimo nasconde un estremo bisogno di affetto, un forte desiderio di approvazione, un profondo bisogno di sentirsi importante e indispensabile. Nell'infanzia è stato amato per la sua gradevolezza ed è cresciuto coltivando l'idea che dall'abilità di compiacere agli altri dipenda il benessere personale, così si prodiga per essere notato e approvato. Difficilmente riesce però ad ammettere che dà per ricevere attenzione, eppure la sua predilezione per i rapporti umani è sollecitata dalla ferma volontà di creare un vincolo affettivo, dal desiderio di rendere gli altri dipendenti. Questa manovra, spesso inconsapevole, porta il due a dedicarsi con devozione al partner, agli amici, alla famiglia, per poi indulgere in recriminazioni quando il rapporto tra dare e avere non quadra. Sensibili e sentimentali, rinunciano volentieri alla carriera per dedicarsi ai figli. Quando si inseriscono nel mondo del lavoro scelgono le professioni di tipo assistenziale o tutte quelle mansioni in cui si aiutano gli altri.

IL TIPO 3: Il Manager, l'Organizzatore, l'Allenatore. Evitano l'*insuccesso*, si identificano con i successi che ottengono. Sanno diventare degli ottimi motivatori, coach, allenatori. Molto attivi e intraprendenti.... Attraente, efficiente, competitivo, il tipo tre è sicuro di se stesso, crede nel proprio valore, desidera ardentemente emergere e fa di tutto per vincere. Chiunque abbia rapporti di lavoro con un tre subisce il fascino della sua determinazione e del suo entusiasmo. Animato da una vivacità stimolante, il tre organizza e programma con realismo e senso pratico tutti i dettagli di un piano di lavoro ed è capace di giocare i ruoli più disparati pur di conquistare gli obiettivi che si è prefisso. Non sa però gestire con uguale efficienza la sfera sentimentale: gli è difficile percepire i propri e altrui sentimenti, riconoscere i suoi limiti e i suoi difetti, anche perché tende a mettere da parte le emozioni per ottenere un ruolo professionale prestigioso. In genere da bambino è stato elogiato per ciò che faceva e non per quello che era. Così ha interiorizzato l'idea che si ha amore solo quando si ottiene successo, e per arrivare primo si dedica eccessivamente alla promozione della propria immagine. Il vero rischio del tre è confondere l'arrivismo con la realizzazione personale.

IL TIPO 5: l'Osservatore, il Pensatore, l'Investigatore. Evitano il *vuoto*, sempre intenti ad alimentare il loro bagaglio di conoscenze. Hanno un'attitudine per lo studio, ottimi ascoltatori, parlano poco..... Comprensivo, aperto e ricettivo, il tipo cinque ascolta con interesse gli altri e li incoraggia, cerca il significato nascosto degli eventi, si esprime con parole concise e comprensibili, è animato da un forte interesse per tutto ciò che lo circonda. La curiosità abbinata all'originalità, all'amore per la ricerca e per la contemplazione, rende il cinque un abile pensatore più che un attivo protagonista. Di solito ha un'intelligenza sorprendente, ma non ama mettersi in mostra, anzi evita sempre di attirare l'attenzione, preferisce non farsi coinvolgere, adora la vita appartata e anche quando ricopre un ruolo professionale prestigioso mantiene una posizione di controllo a distanza, delegando agli altri i rapporti sociali. Raramente il cinque si impegna nella ricerca dei beni materiali perché ritiene coercitiva e logorante qualsiasi forma di attaccamento. Anche nella vita privata evita i rapporti che non forniscono sufficiente garanzia d'indipendenza. Spesso da piccolo il cinque ha subito l'invasione di genitori troppo presenti o ha ricevuto scarse attenzioni, così è cresciuto con un senso di vuoto interiore, sviluppando l'idea che solo ritirandosi in se stesso avrebbe potuto vivere indisturbato. Tuttavia per quanto sembri freddo e presuntuoso, ha una vita emozionale ricca e intensa, non ama giudicare né criticare.

IL TIPO 6: Il Difensore, lo Scettico leale, il Sostenitore. Evitano la *devianza*, vedono la vita come ordinata da leggi, regole e norme. Possono essere ottimi amici, leali, fidati pronti a sostenere il prossimo..... Il tipo sei è serio, affidabile, amabile, si impegna per le persone che lo circondano, ha spirito di gruppo, è disposto a lavorare sodo, specialmente se a dirigerli sono persone che stima. A queste caratteristiche positive fanno da contraltare la sfiducia nelle proprie capacità, la difficoltà di agire, l'insicurezza, la paura dell'ignoto. In genere da bambino il sei è stato spesso umiliato senza un motivo preciso, spesso ha subito scoppi d'ira improvvisi di genitori imprevedibili che non gli hanno mai chiarito quale fosse l'errore che aveva commesso. Spaventato dalla possibilità di essere ferito, il sei ha sviluppato un forte senso d'impotenza, un atteggiamento ambivalente verso l'autorità e l'incapacità di agire per il proprio interesse. Così desidera costantemente una guida, un difensore, e spesso si affida a un'istituzione come la chiesa o il partito oppure l'azienda per avere risposte ai suoi dubbi, tuttavia in fondo non nutre molta fiducia nella gerarchia. Vorrebbe realizzare un progetto ma ha paura degli errori che può commettere, anche il successo è per lui fonte di conflitto e di pericoli, preferisce combattere per la pura sopravvivenza, ubbidire anziché comandare.

IL TIPO 7: L'Epicureo, l'Entusiasta, il Materialista. Evitano il *dolore*, alla ricerca del piacere ad ogni costo, nel cibo, nel divertimento. Possono risultare molto divertenti e leggeri. Ottimi compagni d'avventura... ottimista, gioioso, fantasioso e sempre pronto ad esaltare i lati positivi delle persone, il tipo sette sa assaporare i lati belli della vita che considera un bene prezioso. La sua capacità di godere l'attimo fuggente, di meravigliarsi in modo quasi infantile, di adattarsi alle novità, lo rendono un amico prezioso in grado di far dimenticare qualsiasi disappunto. Quando una discussione diventa pesante, il sette propone una passeggiata, se un lavoro perde d'interesse ne trova subito un altro. Adora i cambiamenti, non sopporta le limitazioni, predilige i lavori autonomi ma non anela al successo: l'importante per lui è svolgere una o più attività interessanti. Contrariamente a quanto si potrebbe pensare il sette non è stato un bambino felice, spesso ha fatto esperienze difficili che ha preferito dimenticare spostando l'attenzione sui ricordi piacevoli dell'infanzia. Teme la ripetizione del dolore e per evitarla utilizza i suoi numerosi talenti, la sua versatilità, l'abilità di rendere fecondi i suoi svariati campi d'interesse. Nel rapporto di coppia è abilissimo nel trovare interessi da condividere che seppelliscano eventuali disagi e che distolgano l'attenzione da problemi emotivi.

IL TIPO 8: Il Leader, il Capo, il Protettore: Evitano la *debolezza*, possono risultare molto aggressivi, non temono la rabbia. Si prendono a cuore il bene delle persone che amano. Difendono il gruppo..... sicuro di sé, forte, aggressivo e coraggioso, il tipo otto sa imporre la propria volontà ed è capace di lottare per conquistare gli obiettivi desiderati. Il conflitto non spaventa l'otto che si considera difensore della giustizia e prova orgoglio nel proteggere i più deboli dai pericoli e dalle iniquità. Temerario e intrepido, non si scusa mai degli errori commessi perché ciò potrebbe apparire una debolezza. Fortunatamente la vera forza dell'otto non è l'aggressività o il coraggio, ma la determinazione e l'impegno che utilizza per difendere le proprie idee o le persone di cui si sente responsabile. Spesso da bambino il tipo otto è stato incitato dai familiari a difendersi o ha vissuto in quartieri poveri dove non ci si possono permettere debolezze. Così è cresciuto coltivando l'idea che il mondo sia minaccioso e ostile e che dovunque possa nascondersi un nemico da affrontare e smascherare. Questa visione della realtà porta l'otto a odiare i messaggi confusi e ambigui, l'ipocrisia, l'ingiustizia, la falsa autorità. Nei rapporti interpersonali l'otto si adatta con difficoltà a relazioni paritarie, non ama abbassare la guardia né dipendere emotivamente dall'altro, preferisce giocare il ruolo del leale protettore ma al tempo stesso perde interesse per chi si sottomette con facilità al suo potere.

IL TIPO 9: Il Mediatore, Il Diplomatico, Pacifista. Evitano il *conflitto*, non reggono le tensioni e somatizzano la rabbia. Sono persone gentili e premurose. Si annullano perdendo di vista i propri bisogni.... Niente nella vita ha veramente importanza, potrebbe essere il motto del tipo nove che non ama agitarsi, impegnarsi a fondo, né prendersi troppo sul serio. Le migliori qualità del nove sono l'imparzialità, la calma, la naturalezza; il difetto più evidente la pigrizia. Paziente, disponibile e corretto il nove è tendenzialmente un pacificatore, evita i conflitti e le tensioni, ricerca l'armonia, la concordia, la tranquillità. Affanno, carriera, successo sono parole prive di importanza per il nove, che passa solitamente attraverso la vita come se non gli appartenesse. Da bambino in genere è stato trascurato dai genitori, oppure ha vissuto in un mondo privo di tensioni e non è mai riuscito a costruirsi una vera identità, così ha maturato l'idea di vivere in ombra, e la sensazione che esserci o non esserci siano equiparabili. Non si muove nell'ambiente circostante con vivacità, non è curioso, né attivo, né motivato. Di se stesso dice che è una persona versatile, ma in realtà si interessa un po' di tutto evitando di approfondire qualsiasi questione per evitare conflitti e complicazioni. Tuttavia, nonostante la loro indolenza, i nove sono affidabili e sinceri: dire la verità è più semplice che raccontare bugie. Nei rapporti affettivi cercano il partner ideale con cui potersi fondere senza riserve.